

VAŘÍME Z PŘÍDĚLU!

Účelem příručky
jeť pomoci a poraditi
ve starostech při vaření
našim hospodyňkám
z nejširšich lidových
vrstev.

Sestavil JIŘÍ ŠIMEK

Nákladem >Hospodářské pomoci v Praze I, Lillová 18.
(Telefon 343-84.)

Naši knížku rozesíláme i s poštovným a obalem zcela zdarma. Naši nezištnou pomoc můžete však laskavě oceniti zasláním dobrovolného příspěvku přiloženou složenkou.

Jsme sociální a hospodářská korporace, která z dobrovolných příspěvků a darů pomáhá činem.

Neodkládejte – schvalujete-li naši práci, přispějte!

Upřímně děkujeme.

>HOSPODÁŘSKÁ POMOC<

Praha I, Liliová ul. 18.

Telefon 343-84.

ÚVOD

Z této knížky, milá hospodyňko, nenaučíte se vařit – a ani toho nepotřebujete. Vaříte pro rodinu již leta a všem to vždy chutnalo a šlo k duhu. I dnes jim bude chutnati, jenom že to dá více přemýšlení a nelze již vařit podle starých maminčiných receptů.

Přinášíme vám zde návrh jídelníčku na celé zásobovací období. Tento jídelníček se dá vytvořit z dnešních přídělů používáním brambor, žitné a ječné mouky, jahel, ovesných vloček a podobných, dříve přehlížených materiálů. Je samozřejmé, že náš jídelníček, jako každé lidské dílo, není neomylným rádcem a je nutno se řídit roční dobou a poměry na trhu. ale zpestření a přizpůsobení si snadno vymyslíte sama – jen když máte po ruce vodítko.

Připojili jsme 81 předpisů, z nichž některé uvádějí méně známá jídla, jiné se týkají sice jídel známých, ale jsou zjednodušeny a vůbec přizpůsobeny době. Množství je všude počítáno pro čtyřčlennou rodinu. Ovšem u bábovek, perníků atd. nelze množství takto stanovit. tu jsme vždy vyšli od jednoho vajíčka a přizpůsobili množství ostatních přísad v patřičném poměru.

Všechny předpisy jsou vyzkoušeny a není v nich chyb. Čtete-li třeba, že do bábovky z ječné mouky stačí 3 dkg margarínu, tedy skutečně stačí a nebojte se, že by se vám bábovka s takovou trochou tuku nepovedla!

A teď s chutí do vaření!

Některé obecné pokyny

Před vařením přemýšlíme!

Nikdy nesmíme myslit pouze na nejbližší oběd nebo večeři. Vždy přemýšlíme, je-li možno ušetřit materiálu, práce a paliva tím, že uvaříme zároveň něco na druhý den. tím nemíníme, že bychom chtěli podávat dva dny za sebou přesně týž oběd – s tím by rodina asi nesouhlasila – ale je dobře možno napéci buchty nebo vdolků na dva dny, opakovatí tutéž polévku, nebo počítatí při sekané nebo při vaření knedlíků hned také se zbytkem na večeři příštího dne. Nemáme-li ledničky nebo chladného sklepa, uchováme maso nebo polévku nejlépe tím, že hrnec nebo kastrol obalíme mokrým hadrem a postavíme do průvanu. vlhký náčiněk denně několikrát vyměňujeme. Syrové maso se dobře uchová do druhého dne zabalené v utěrce, namočené do octa. Sýr balíme do hadříku, navlhčeného slanou vodou.

Vaříme-li pravidelně na plynu a zatápíme v plotně jen na pečení, zařídíme si práci vždy tak, abychom co nejlépe využili plotny i trub. Pečeme tedy na příklad v troubě perník a keksy na celý týden a zároveň vaříme na plotně polévku a pečeme vdolky nebo lívance k obědu.

Nic nezmaříme!

Brambory vaříme v malém množství vody, již nevytléváme, nýbrž použijeme jí na polévku, která tím velmi získá na chuti. Na příklad úkrop je mnohem lepší, zalijeme-li jej vodou z brambor, která kromě toho obsahuje také výživné součásti a vitamíny.

Zeleninu z polévky necháme buď drobně nakrájenou v polévce, nebo ji semelem do karbanátků, jejichž chuť se tím znamenitě zlepší.

Sražené nebo nakyslé mléko se dobře hodí k zadělávání těsta. Zvláště knedlíky jsou ještě kypřejší, zadělají-li se kyselým mlékem. V pečivu vůbec není znáti rozdílu. Jenom k rozdělání droždí na kvásek se kyselé mléko nehodí. Do těsta atd. můžeme vždy dávatí jen poloviční množství mléka a doplniti vodou.

Zeleninu pouze dusíme s přidáním trošky vody, takže ji potom bez cezení můžeme dáti na stůl. vaříme-li ji však, přidáme slitou vodu do polévky.

Vajíčka si opatrně rozdělujeme. V předpisech, obsažených v této knížce, jest udáno vždy nejmenší nutné množství vajec. Vaříme-li však podle svých starých receptů, musíme si je upravití. Nejméně polovinu vajec lze vždy nahraditi strouhaným bramborem nebo lžičkou sojové mouky. do těsta dáváme pouze žloutky; bílky si schováme do karbanátků, k obalování nebo k jiným účelům. Na tomto místě upozorňujeme na různé dobré náhražky vajec, jež se v poslední době objevily v obchodě. Je možno dosáhnouti s nimi nejlepších výsledků řídíme-li se jen přesně příslušnými návody.

U snadňujeme si mytí nádobí!

Proti svým dřívějším zvykům nedáváme nyní jídlo na mísy, nýbrž rozdělujeme je hned na talíře, čímž se ušetří omastku, omáčky atd. Nemastné nádobí (šálky po čaji, sklenice atd.) oplachujeme hned po jídle pod kohoutkem vodovodu, utíráme a ukládáme. – Do vyprázdněných hrnců a kastrolů natočíme hned vodu a postavíme je na plotnu, aby nezaschly. Mastné nádobí vytřeme před mytím kouskem smačkaných novin. Tím ušetříme horké vody i utěrek.

Tukem šetříme do nejkrajnějších důsledků. Vyškvaříme-li na příklad měsíční příděl sádla, neumýváme nádobu, nýbrž schováme si ji na vaření polévky nebo ji do sucha vytřeme moukou, jíž pak použijeme na jíšku. – Osmažíme-li na pánvi cibulku do karbanátků, upečeme potom

karbanátky na téže pánvi. Kůžičku se sádla a kosti z pečeně nebo z dušeného masa vyvaříme v polévce, v níž vyváříme též všechny listy a slupky s brukví, košťály ze zelí, škrabky z chřestu, vrchní listy kapusty atd. Takovým hospodařením se ovšem nedají zachrániti v jedné domácnosti nějaké závratné sumy, ale strava velmi získá na chuti – a to je právě při nutné šetrnosti velmi důležité.

Jídelníček na celé zásobovací období

Nemáme-li právě velmi syté jídlo, doplníme oběd podáním žitné kávy s pečivem. toto pečivo – perník, keksy, ječnou bábovku atd. – upečeme vždy do zásoby na několik dnů, třeba i na celý týden. Různé recepty jsou na stránkách 25 až 27.

Recepty známých jídel (třeba masových, drůbeže, obyčejných knedlíků atd.) nejsou zde uvedeny; recepty ostatních najdete podle čísel v závorkách.

P o n d ě l í : Oběd: Kapustová polévka, nudle s perníkem, káva s pečivem
Večeře: Bramborový salát (31).

Ú t e r ý : Oběd: Kyselo (3), šklubánky s mákem.
Večeře: Opečené nudle od pondělka s vajíčkem.

S t ř e d a : Oběd: Zapražená polévka, knedlíky se sezonním ovocem (79),
káva s pečivem.
Večeře: Kabanos, šfouchané brambory.

Č t v r t e k : Oběd: Bramborová polévka (1)), lívance z ječné mouky.
Večeře: Karbanátky z ovesných vloček (20).

P á t e k : Oběd: Kroupová polévka, rybí guláš (42), ječný chlebiček (60).
Večeře: Plněná brukev (23).

S o b o t a : Oběd: Hovězí polévka, knedlík s koprovou omáčkou (22), káva
s pečivem.

Večeře: Jahelná kaše.

Neděle: Oběd: Hovězí polévka s haluškami (flíčky), karbanátky (9), dort z mrkve (73).

Večeře: Chléb s pomazánkou z jíšky (47), čaj.

Pondělí: Oběd: Polévka z rajských jablíček (5), bramborové omelety ze zbytků masa od neděle (29).

Večeře: Strouhanka (25).

Úterý: Oběd: Houbová polévka, zelené závitky (16), káva s pečivem.

Večeře: Topinky, čaj.

Středa: Oběd: Úkrop, špenátové karbanátky (26), brambory a salát.

Večeře: Bramborové placky (35).

Čtvrtek: Oběd: Bramborová polévka (1), spagetty s rajskou omáčkou (24), káva s pečivem.

Večeře: Játrové nočky (8) s bramborovou kaší.

Pátek: Oběd: Mléčná polévka, mořská ryba na sardelích (39), káva s pečivem.

Večeře: Bramborové knedlíky s Maizenou (28).

Sobota: Oběd: Hrachová polévka, brambory v pikantní omáčce (33).

Večeře: Tvarožníky (80).

Neděle: Oběd: Polévka z pražené krupice, sekaná pečeně, brambory, salát, puding z prášku.

Večeře: Bramborový salát (31).

Pondělí: Oběd: Polévka z kostky, bramborový guláš (30), káva s pečivem.

Večeře: Studená sekaná od neděle, salát.

Úterý: Oběd: Zeleninová polévka, masové taštičky (12), buchty.

Večeře: Bramborová kaše s cibulkou.

Středa: Oběd: Kapustová polévka, brambory s rajskými jablíčky (32), zbylé buchty, káva.

Večeře: Jaternice nebo jelítka, brambory.

Čtvrtek: Oběd: Kroupová polévka, fazole s cibulkou.

Večeře: Šťouchané brambory, salát.

Pátek: Oběd: Fazolová polévka s tyrolskými knedlíčky (2), makovec (78), káva.

Večeře: Rybí majonéza (38 a 43) s bramborovým salátem.

Sobota: Oběd: Kyselo (3), bramborový závin (7), zelí nebo salát.

Večeře: Opékaný závin od oběda.

Neděle: Oběd: Dršťková polévka, závin se sezonním ovocem (58), káva.

Večeře: Chléb s pomazánkou z kvasnic (46).

Pondělí: Oběd: Polévka z rajských jablíček (15), párky s gulášovou omáčkou, brambory, zbytek závinu od neděle.

Večeře: Dršťková polévka od neděle, brambory.

Úterý: Oběd: Hovězí polévka z kostí s bramborovým koláček (34), káva s pečivem.

Večeře: Brambory, salát.

Středa: Oběd: Úkrop, zapečené jáhly se suchými švestkami (81).

Večeře: Bramborový guláš (30).

Čtvrtek: Oběd: Kmínová polévka, bramborové karbanátky (27 se zelím, špenátem nebo salátem, káva s pečivem.

Večeře: Černý kuba (17).

Pátek: Oběd: Guláš, polévka, vdolky s povidly (67).

Večeře: Zadělávaná mrkev, brambory.

S o b o t a : Oběd: Polévka z droždí (4), kroupy s krví (10), zbylé vdolky se syrobem.

Večeře: Bramborová kaše s cibulkou.

N e d ě l e : Oběd: Jaternicová polévka (6), dušené hovězí, brambory a zelenina, ořechové nebo makové rohlíčky (54 a 56), káva.

Večeře: Chléb s masovou pomazánkou (44), čaj.

R e c e p t y

Recepty jídle obsažených v jídelníčku, jsou označeny hvězdičkou (*). V každé skupině však najdete ještě další recepty, takže snadno můžete jednotlivá jídla nahradit jinými, bude-li toho někdy třeba.

P o l é v k y

* 1. **Bramborová polévka.** Oloupejte 6 velikých bramborů a rozkrájejte na kusy. Uvařte ve slané vodě celou mrkev, petržel, kus celeru, vše rozkrájené na kousky, a trošku kmínu. Polévku velmi zlepší též hlávka kapusty, j-li právě na trhu. přidejte brambory k zelenině napolo uvařené a když změknou, rozmíchejte v hrnečku kousek margarínu, veliký jako ořech, s vrchovatou lžičkou hladné mouky, dvěma lžičkami sojové mouky a troškou polévky, až je to úplně hladké. Přidejte do polévky, nechte rozvařiti. Do hotové dejte asi 3 lžíce vařených kroup. Polévku velmi zlepšíte přidáním pepře, marjánky a kousičku rozetřeného česneku.

* 2. **Fazolová polévka s tyrolskými knedlíčky.** Rozkrájejte drobně 3 dkg slaniny, rozpustěte a osmažte v ní do růžova 1 dkg žemlových kostek a trochu sekané petrželky. Zpracujte v míse řidší těsto ze

4 dkg mouky, $\frac{1}{14}$ l mléka¹, 2 dkg rozpuštěného margarínu, soli a 1 žloutku. Potom přidejte osmažené a vychladlé žemlové kostky, 3 dkg rozsekaného salámu, a nechte $\frac{1}{2}$ hodiny odpočinout. Utvořte malé knedlíčky a vařte 8 minut ve fazolové polévce. Polévka: 20 dkg fazolí, večer namočených, se uvaří, osolí a propasíruje. Přidá se k nim světlá jíška a cibule, přilije se zeleninový odvar a nechá povařit.

* 3. Kysel o. Do vody dejte sůl, kmín a čerstvé nebo sušené houby, jakož i kousek margarínu, asi jako lískový ořech. Nechte vařit, potom rozmíchejte chlebový kvásek s mlékem, zavařte do polévky za stálého míchání, aby se neutvořily knedlíčky, nechte přejít var a nalijte do mísy na oloupané brambory. Kdo může, zlepší tuto polévku žloutkem a kyselým mlékem, ale jde to i bez nich. Je-li málo kyselá, může se přikápnouti trochu octa. Příprava kvásku: Z vody, 1 dkg droždí a žitné mouky udělejte v hrnečku řídké těsto a nechte zkynouti. Do druhé dne zkysne. Potom vezměte na polévku, ale hrneček nevymývejte. Přikryjte jej papírem a postavte o spíže. Když příště chcete vařit kysel o, rozmícháte přischlé těstíčko vlažnou vodou, přidáte mouky a kvásek se znovu zvedne.

* 4. Polévka z droždí. Uvařte drobně rozkrájenou zeleninu. V koflíčku rozmíchejte 3 dkg droždí, polévkovou lžící sojové a stejné množství hladké pšeničné mouky s troškou vody, v níž se vařila zelenina, a přidejte to k vařící zelenině. Vařte 10 minut, načež zavařte krupici nebo nudle.

* 5. Polévka z rajských jablíček. Drobně rozsekanou cibulku usmažte na kousku margarínu zároveň s rozkrájeným celerem, mrkví a petrželí do zlatova. Potom vše umelte na strojku, dejte znovu do kastrolu, přidejte malou plechovku rajského protlaku, asi $1\frac{1}{2}$ l vřelé vody a vařte asi hodinu. Zavařte do polévky půl šálku rýže, chcete-li mít polévku hustší, přidejte napřed kousek jíšky.

¹ Pozn.: V knize to vypadá skutečně na $\frac{1}{14}$ l; je otázka, jestli by to neměla být spíše $\frac{1}{4}$ l.

* 6. **Jaternicová polévka.** Tuto polévku děláte nejlépe téhož dne jako kroupy s krví. Připravíte si buď polévku z kostek nebo z nějakých kostí a pod. Když je hotová, dáte do ní zbylé barvené kroupy a také krev, zbyla-li vám nějaká (na obarvení krup i na polévku pro 4 osoby stačí půl litru krve). Necháte to povařit, ochutnáte, podle potřeby přikořeníte, veškerým kořením, jež patří do jelit, a necháte na druhý den, Je tak sytá a výživná, že s moučníkem úplně nahradí oběd.

Masitá jídla

* 7. **Bramborový závin.** Ustrouhejte 1 kg vařených studených brambor a udělejte na vále těsto s 1 vejcem, solí a moukou (asi 40 dkg). Rozválejte na malík silně, posypte osmaženými houskovými drobečky, smíchanými s troškou sekaného salámu a sbalte. zavažte do ubrousku a uvařte ve slané vodě, nebo nakrájejte napříč na silnější řezy, které po obou stranách pomoučníte a opečete na pomaštěné pánvi. podává se se špenátem, želím nebo salátem.

* 8. **Játrové nočky.** 15 dkg vepřových, telecích nebo hovězích jater umelte, oduste na kousku sekané cibulky, potom přidejte 30 dkg vařených strouhaných brambor, trochu mouky, bílek, sůl a pepř. Lžící vykrajujte noky, obalte moukou a vysmažte v horkém oleji. podávejte se špenátem, karotkami nebo se zelím.

* 9. **Karbanátky.** 40 dkg (váženo za syrova) hovězího masa, vařeného v polévce, se umele, přidá se drobně rozkrájená a do zlatova usmažená cibulka, bílek, sůl, pepř, marjánka, česnek, jeden veliký vařený brambor, umletá zelenina z polévky, namočené housky nebo chléb. Zpracuje se dosti tuhá hmota, z níž se utvoří 10 karbanátků, obalí strouhanou houskou a usmaží.

* 10. **Kroupy s krví.** Kroupy uvařte do měkka (bez přísady tuku) a nechte vychladnouti. Potom je rozmíchejte s vepřovou krví, ale jen tolik, kolik přijmou, aby na nich nestála. Okořeňte pepřem, solí,

marjánkou, novým kořením a česnekem, omastíte buď trochu vepřovým kořením a česnekem, omastíte buď trochou vepřového sádla nebo hrsti sekaných škvarků a upečte na masném kastrolu, na němž jste vyškvařila měsíční příděl sádla.

11. Maso s fazolemi v rajske omáčke. Rozkrájejte na kostky 20 dkg vepřového masa, osolte, přidejte pepře a opecte na osmažené cibulce. K tomu přidejte 40 dkg fazolí, večer předtím namočených, trochu rajskeho protlaku a po případě trošku octa, citronové šťávy nebo cukru – podle chuti. zalijte to vodou, v níž byly namočeny fazole, a duste v troubě v dobře uzavřené ohnivzdorné nádobě.

* 12. Masové taštičky. Udělejte nudlové těsto ze 40 dkg mouky, soli, 1 vejce a vody, hezky tuhé. Vyválejte hodně tence a na polovinu dejte malé hromádky sekaného masa, smíchaného s osmaženou cibulkou, solí, pepřem a strouhanou houskou. Durhou polovinu těsta přikryjte, všude kolem nádivky pevně prstem přitiskněte a kolečkem vykrajujte malé taštičky. zavařte je buď do hovězí polévky a podávejte s ní, nebo je vařte ve slané vodě, omastíte a posypte parmasánem.

13. Náky p z jater a kapusty. Malá hlávka kapusty se uvaří a umele zároveň s 20 dkg syrových hovězích nebo telecích jater. K tomu přidáme sůl, pepř, marjánku, strouhanou housku, 1 bílek, trošku sekané zpěněné cibulky a několik kapek polévkového koření. Vymažeme ohnivzdornou formu, těsto dáme do ní a upečeme v troubě.

14. Risoto. 30 dkg neprané rýže osmažte do zlatožluta v trošce sádla nebo oleje. $\frac{1}{4}$ kg vepřového nebo telecího masa, rozkrájeného na drobné kostky, osolte, opepřte a opecte na zpěněné cibuli, přidejte rajska jablíčka, nakrájená na plátky, nebo rajskeho protlak a zalijte zeleninovým odvarem nebo polévkou. Toto lehce odušené maso přidejte k rýži a nechte bez míchání v troubě zvolna dodělati. Právě tak chutné risoto lze připravit s houbami. nemáme-li maso, poslouží též lehce osmažená a dušená zelenina.

15. Z jednoho hrnce. Osmažte cibulku, nechte na ní zrůžověti rozkrájené hovězí maso a bílé zelí, zalijte vodou nebo polévkou, nechte dusiti. Potom přidejte rozkrájené syrové brambory s kmínem a nechte dodělati.

Bezmasá a skoro bezmasá jídla

* 16. Zelné závitky. 20 dkg salámu a 1 cibule se rozseká a odusí, 4 namočené a propasírované žemle se přidají, okoření se solí a pepřem. Veliké zelné listy se spaří, kousky hmoty se do nich zabalí, ovaří nití a dusí v kuthanu s trochou tuku, cibulí a rajským protlakem. Podávají se s brambory.

* 17. Černý kuba. Na kus Sany² se dá dusit kmín a rozkrájené houby buď čerstvé nebo sušené. Sušené se předem namočí na několik hodin do vody. Když jsou houby měkké, přidají se do toho trhané krupky, které se vařily zvláště, rozetřený česnek, marjánka, a dá se do trouby asi na 1/2 hodiny zapéci. Můžeme-li místo Sany dáti čerstvé vepřové sádlo, rozkrájené na kousky, které se pak nechají v jídle, je to ještě lepší, ale i s margarinem je to velmi chutné a výživné jídlo.

18. Halušky (flíčky) se špenátem. 1 kg špenátu operte a ponořte na minutu do vřelé vody, načež nechte okapat. mezitím uvařte 40 dkg halušek, ocedte a prolijte studenou vodou. V kastrolu rozpustíte kousek margarínu, dejte do něho halušky a špenát v celku, promíchejte, polijte vajíčkem, rozkloktaným v mléce s hrstí strouhaného parmasánu a zapectete v troubě.

19. Kapustový náky. Prostředně veliká hlávka kapusty se uvaří a rozebere. Udělá se těsto jako na karbanátky (mleté zbytky masa,

² Pozn.: Jde o druh margarínu, tj. směs rostlinných a živočišných tuků, vhodně upraveného mléka, syrovátky, smetany, vody a přísad (emulgátor, antioxidant, barvivo, aroma, konzervační prostředky, vitaminy).

cibulka, strouhaná houska, sůl, pepř – místo masa lze dát též párky nebo salám – 1 bílek). Části kapustových listů vyložíme ohnivzdornou formu, na ně dáme vrstvu sekaniny, pak opět kapustové listy atd. Navrch musí přijít kapusta. Posype se parmasánem a upeče v troubě

* 20. Karbanátky z ovesných vloček. Namočte předem 20 dkg vloček a potom je uvařte ve vodě s troškou tuku na hustou kaši. Oduste na kousku margarínu jemně krájenou cibulku, přidejte ji k ovesné kaši zároveň s celým vejcem, solí a troškou sekaného masa (může být také vařené z polévky). Utvořte malé karbanátky, obalte bílkem a strouhanou žemlí a vysmažte do zlatova.

21. Kroupové karbanátky. Z 15 dkg drobných krup uvařte hustou kaši, nechte vychladnout a zamíchejte do ní trochu strouhané housky, mouky, soli, polévkového koření, jedno vejce a usekanou zpěněnou cibuli. Z toho dělejte karbanátky, obalte moukou nebo strouhankou a usmažte. K tomu podáváme sezonní zeleninu nebo salát.

* 22. Krupičné knedlíky s bramborami. $\frac{1}{2}$ kg vařených brambor se rychle oloupe a ustrouhá, načež se ještě do horkých rychle vmíchá 20 dkg krupice. Po vychladnutí se přidá 1 vejce, sůl a osmažená rozkrájená houska. Tvoří se knedlíky a zavářejí do vřelé slané vody.

* 23. Plněné brukve. Pěkně stejně velké a nedřevnaté brukve (>kedlubny<) se vyhloubí. Dřeň se umele a udusí se na kousku margarínu zároveň s kouskem mletého masa buď vařeného, dušeného nebo syrového. Hmota se osolí, zahustí strouhanou houskou, po případě též 1 žloutkem, který však není nutný. Musí to být dosti tuhé. potom se tím plní vyhloubené brukve, narovnají se na vymaštěný pekáček, podlijí se troškou polévky nebo vody a nechají se pod pokličkou dusit do měkka. Pozor, aby se nedělaly příliš dlouho, mohly by se rozpadnout.

* 24. Spagetti s rajskou omáčkou. Uvařte $\frac{3}{4}$ kg spagetti ve slané vodě a prolijte je studenou vodou. Ve větší nádobě

nechte osmažiti velikou cibuli do zlatova, potom usmažte drobně nakrájenou zeleninu (mrkev, celer, petržel) rovněž do zlatova, přidejte rajský protlak okořeňte solí, cukrem a pepřem a zalijte trochou horké vody. Chuť se ještě zlepší přidáním trošky sladkého nebo kyselého mléka. Do této omáčky dejte ocezené spaghetti a nechte na mírném ohni ještě 20 minut dusiti. Krátce před podáváním posypte je hrstí parmasánu. Můžete přidati též usekané zbytky vařeného nebo pečeného masa

* 25. Strouhanka ze žitné mouky. Dejte na vál $\frac{1}{2}$ kg žitné mouky, osolte a zadělejte 1 vejcem a studenou vodou, až vznikne velmi tuhé nudlové těsto. Ustrouhejte je na hrubém struhadle a strouhanku nechte rozprostřenou na vzdušném místě úplně vysušiti. Potom rozpalte margarín, strouhanku na něm upražte do červena, zalijte vřelou osolenou vodou a nechte zvolna dusiti. Toto jídlo je zvláště dobré, můžeme-li místo margarínu dáti husí sádlo a přidati buď houby, zelený hrášek nebo drobně rozkrájené dušené maso.

* 26. Špenátové karbanátky. 1 kg špenátu, uvařeného ve slané vodě, se umele na masovém strojku, přidá se k němu jeden bílek a tolik strouhané housky, až vznikne ne příliš tuhá hmota, která se okoření pepřem, malinko česnekem, a tvoří se karbanátky, jež se vysmaží v margarínu. Velmi se zlepší, můžeme-li přidati aspoň maličký kousek zbylého vepřového masa nebo škvarků. Podávají se s bramborovou kaší. Stejně se dělají též karbanátky z kapusty.

Brambory a jídla z brambor

* 27. Bramborové karbanátky. 1 kg vařených loupáných brambor se za horka propasíruje a zadělá s moukou, solí, jedním vejcem a polovinou pečivového prášku. Může se přidati též kousek sekaného salámu. Z toho utvořte malé karbanátky, obalte strouhankou a vysmažte. Hotové posypte strouhaným parmasánem a podávejte se salátem.

* 28. Bramborové knedlíky s kukuřičnou moukou. 1 kg den předtím vařených nastrouhaných brambor, 10 dkg krupice, 10 dkg Maizeny nebo Mondaminu³, 1 vejce, 3 až 4 krájené žemle osolíme a propracujeme. Utvoříme knedlíky a vaříme je 15 až 20 minut ve slané vodě. Podávají se s omáčkou, zeleninou nebo salátem.

* 29. Bramborové omelety. V $\frac{1}{2}$ l vlažného mléka rozkloktejte 2 žloutky, přidejte 4 až 5 strouhaných vařených bramborů, 2 dkg zkynutých kvasnic a 2 lžíce těsto je trochu tužší, než na lívance. Přidáme opatrně sníh ze 2 bílků a pečeme omelety na pomaštěné pánvi. Můžeme je plnit buď hustým špenátem nebo mletými zbytky masa, odušenými na cibulce a zahuštěnými strouhanou houskou, nebo také dušenými houbami.

* 30. Bramborový guláš. Velikou cibuli nechte zpěníti, přidejte sladkou papriku, zalijte vodou, přidejte rozkrájené syrové brambory a nechte dusiti. Když jsou brambory již skoro měkké, přidejte rozkrájené párky, vuřty nebo salám a nechte dodělati. Velmi se zlepší přidáním trošky kyselého mléka.

* 31. Bramborový salát. Oloupejte a rozkrájejte na plátky 10 velikých horkých brambor. Přidejte sekané tvrdé vejce, kyselé okurky, kapary, vařenou zeleninu z polévky, drobně rozsekanou, kousek rozsekaného salámu; můžete přidati též zelený hrášek, rudy, vařené fazole atd. Osolte, opepřte a polijte touto omáčkou: Lžící hořčice utřete se lžící rajského protlaku, přidejte drobně usekanou cibuli, trochu cukru a 2 lžíce oleje. Hotový salát nechte stát nejméně hodinu.

* 32. Brambory s rajskými jablíčky. Rozkrájejte jednu nebo dvě cibule na drobno a osmažte s drobně rozkrájenou kořenovou zeleninou. Přidejte plechovku rajského protlaku, 1 kg loupáných brambor, rozkrájených na kostky, a $\frac{1}{4}$ l sedlého mléka a nechte

³ Pozn.: Jde o kukuřičný škrob.

přikryté dusiti, až brambory změknu. Nemáte-li kyselého mléka, můžete dát místo něho polévku.

* 33. Brambory v pikantní omáčce. 1¹/₂ kg loupáných, na polovinu rozkrájených brambor vaříme s přidáním bobkového listu, dimiánu a několika zrněk celého pepře a nového koření. V malém kastrolku osmažíme na trošce tuku krájenou cibuli a uděláme bledou jíšku, kterou pak zalijeme brambory; potom přidáme ještě šálek kyselého mléka nebo jogurtu.

* 34. Parmasánový koláč. Ze 40 dkg vařených strouhaných brambor, 25 dkg mouky, lžice rozpuštěného margarínu, 1 celého vejce, trošky soli a 1 pečivového prášku vypracujeme těsto, rozdělíme na poloviny, jednu vyválíme a vtlačíme do vymaštěné a pomoučené dortové formy. Na to dáme nádivku: 20 dkg tvarohu (po př. bryndzy) smícháme se 7 dkg strouhaného parmasánu. Nádivku pokryjeme druhou polovinou těsta, okraje smáčkeme, potřeme koláč troškou zbylého vejce nebo mléka a upečeme v horké troubě. Podává se k hovězí polévce. Může se nadívatí též mletými zbytky masa nebo smaženou mletou zeleninou

* 35. Placky ze syrových brambor. 1¹/₂ kg brambor se oloupou, rozstrouhají, voda se skoro všechna slije, osolí se, přidá se 1 vejce a tolik mouky, až je těsto jako na lívance. Na horké pomaštěné pánvi se pekou placky po obou stranách do červena. Upečené se nezakrývají, aby nepozbyly křehkosti. sypou se cukrem a skořicí, ale mohou se jísti též solené, se špenátem nebo salátem. V tom případě se přidává do těsta také kmín a drobně rozsekaná cibule.

36. Selský prejt. 1 kg zelí jemně rozkrájíme a uvaříme. 1 kg syrových brambor ustrouháme a vymačkáme vodu. Všechno propracujeme, přidáme 1 vajíčko, 1 vrchovatou lžící sojové mouky, sůl, pepř a kmín, podle potřeby i trochu mléka. Na pekáči osmažíme cibulku, nalijeme těsto a upečeme v troubě.

37. Pardubické slané řezy. 12 syrových a 6 vařených brambor ustrouháme a po vymačkání syrových osolíme. Přidáme 5 lžící mléka (po případě kyselého), 15 dkg mletého salámu a všecko propracujeme. Hmotu natřeme na dobře namaštěný plech (asi na malík silně) a vypečeme 15 až 20 minut. Rozkrájíme na řezy.

Ryby

* 38. Mořská ryba na pikantní způsob. Uvařte šálek octa se třemi šálky vody, 1 cibuli rozkrájenou na kroužky, několika zrny celého pepře a nového koření, bobkovým listem a solí. Do vřelého se ponoří omyté kusy ryby a ihned se vše odtáhne na kraj, kde se nechá 5 minut táhnouti (to jest že voda hází jen zcela drobné bublinky). Podává se s vařenými brambory nebo bramborovým salátem. dělá-li se k němu majonéza (recept č. 43), zalije se koflíkem zbylého rybího odvaru.

* 39. Mořská ryba na sardelích. Řízky z mořské ryby (lososa, tuňáka, mořské dábbla) se dobře vymáčí v octové vodě, po případě se v ní nechají aspoň půl hodiny ležeti. Potom se osuší, po obou stranách pomoučí. Margarin nebo olej se zahřeje na pánvi, rozmíchá se kouskem sardelové pasty, pomoučené rybí řízky se v tom po obou stranách hezky rychle opekou. K tomu brambory a salát.

40. Ryba na paprice. Rozkrájejte a osmažte velikou cibuli, poprašte ji sladkou paprikou, na to dejte řízky ryby a oduste po obou stranách. pak zaprašte moukou, přikápněte octa nebo citronové šťávy a zalijte nakonec šálkem kyselého mléka. K tomu brambory.

41. Ryba v hořčičné omáčce. Rybí řízky omyjte v octové vodě, osušte, potřete zlehka hořčicí (asi 1 čajová lžička hořčice na 1 řízek). Usekejte a osmažte cibuli, dejte na ni rybí řízky a nechte dusiti. Pak přilijte trochu zeleninového odvaru, svařeného s pepřem, novým kořením, bobkovým listem a citronovou šťávou. Ke konci zaprašte šťávu moukou a přidejte podle chuti ještě několik kapek citronu.

* 42. Rybí guláš. $\frac{1}{2}$ kg mořské ryby vyperte v octové vodě a rozkrájejte na kusy. Na pánvi rozpalte margarín, osmažte v něm cibulku do zlatova, přidejte sladkou papriku, trochu octa a sůl, dejte do toho kusy rybího masa a pomalu duste. Ke konci se vmíchá trochu rajského protlaku, ale velmi opatrně, aby se rybí masa nerozpadlo. K tomu brambory.

* 43. Majonéza. Celé vejce, lžíce bramborové mouky nebo Maizeny, lžíce octa, lžíce oleje, trochu hořčice, cukru a soli se smíchá, zalije šálkem polévky nebo zeleninového odvaru, postaví s nádobou do vřelé vody a míchá tak dlouho, až vznikne hladká, dosti hustá majonéza.

Pomazánky

* 44. Pomazánka ze zbytků masa. Zbytky masa (vařeného, dušeného nebo pečeného, i kousky jater nebo sleziny z polévky) se umelou na strojku a smíchají s troškou jemně sekané cibulky, dvěma lžícemi vepřového sádla, lžící hořčice, pepřem, solí a sekanými kapary nebo kyselou okurkou. Může se zlepšit přidáním sardelové pasty nebo rajského protlaku.

45. Pomazánka ze špenátu. Uvařte a prolisujte $\frac{3}{4}$ kg špenátu, přidejte sůl, pepř, trochu marjanky, jemně sekanou cibuli a strouhanou housku. Mažeme na chléb a sypeme parmasánem nebo strouhaným syrečkem.

* 46. Pomazánka z kvasnic. 1 rozsekaná cibule se osmaží na margarínu, zalije osminkou litru vřelé vody, potom se do toho rozdrobí 12 dkg kvasnic, hladce se rozmíchá a přivede do varu. Přidají se 2 lžíce strouhané housky, okoření se podle libosti solí, pepřem, sekanými kapary a sekanou okurkou a nechá vychladnouti. Může se okoření také sardelovou pastou, syrovou strouhanou zeleninou, hořčicí a pod.

* 47. Pomazánka z jíšky. 5 dkg margarínu rozpálíme na pánvi a uděláme ze $3\frac{1}{2}$ dkg mouky slabou jíšku, kterou zalijeme osminkou

litru mléka. Sejmeme s ohně a třeme, pak přidáme jemně nakrájenou kyselou okurku, jemně sekané tvrdé vejce, cibulku a trochu hořčice. Sůl, pepř atd. podle chuti.

48. Majonézová pomazánka. Osminu litru mléka s 1 žloutkem, margarínu jako ořech a lžičkou bramborové mouky se postaví s nádobou do vřelé vody a šlehá do zhoustnutí. Pak se odstaví, nechá vychladnout a přidává se do ní po kapkách čajová lžička oleje, citronová šťáva, sůl, pepř a hořčice. Do této majonézy vmícháme jemně sekanou petrželku, pažitku nebo hlávkový salát a máme výbornou, zdravou a levnou pomazánku.

Pečivo a moučníky

Z pšeničné mouky

49. Biskupský chlebiček. Ze tří ušetřených bílků a 10 dkg cukru se utluče tuhý sníh, do něhož se zamíchá 6 dkg strouhaných ořechů, 6 dkg hrozinek, 1 kávová lžička kakaa, 6 dkg mouky a polovina pečivového prášku. Těsto se vlije do pomaštěné formy a peče ve vlažné troubě.

50. Bílkový koláč. 1 žloutek třete se 4dkg cukru a 4 dkg margarínu, načež přidejte 11 dkg mouky. Toto těsto se vtlačí do vymaštěné a pomoučené formy a upeče do zlatohněda. Potom se potřeba zavařeninou. Mezitím utlučeme sníh ze 3 ušetřených bílků a trochu cukru, rozetřeme jej na dort a dáme znovu na chvíli do trouby, aby sníh na povrchu zežloutl.

51. Dvojbarevný suchar. 1 žloutek se tře s 10 dkg cukru a se 2¹/₂ dkg margarínu až zhoustne, přidá se citronová kůra a potom střídavě po lžících půl šálku mléka, sníh ze 2 bílků a 1/4 kg mouky, smísené s 1/2 pečivového prášku. Těsto se rozdělí na poloviny a do jedné se vmíchá

lžíce kakaového prášku. Forma na biskupský chléb se vymastí a vysype moukou, do ní se dá nejprve světlé těsto, potom tmavé, a zvolna se upeče.

52. Kakaový dort. 4 dkg kaka, 3 dkg margarínu, 1 vejce a 10 dkg cukru se dobře utře. Potom se přidá 20 dkg mouky, smíchané s $\frac{1}{2}$ pečivového prášku a s 1 šálem mléka. Dort se peče ve vymaštěné a moukou vysypané formě.

53. Vanilkové keksy. 40 dkg hladné mouky, 10 dkg Maizeny nebo Mondaminu, 1 prášek do pečiva a 2 balíčky vanilkového cukru, 12 dkg cukru promícháme a nasypeme na vál. Zpracujeme s 1 vajíčkem, 4 lžícemi kyselého mléka a 4 dkg margarínu na tuhé těsto, vyválíme velmi tence, propícháme vidličkou a vykrájíme keksy. Upečeme v mírně teplé troubě.

54. Makové rohlíčky. Vypracujte tuhé těsto z 80 dkg mouky, 1 vejce, 6 dkg margarínu, 8 dkg cukru, soli, citronové kůry, 2 dkg zkynutého droždí a trochy mléka zředěného vodou. Jakmile těsto zkyne, vyválíme je a nakrájíme malé čtverce, jež plníme touto nádivkou: Ve zbylé sladové kávě uvaříme $\frac{1}{4}$ kg mletého máku, přidáme 2 lžíce cukru a podle chuti vanilky nebo citronové kůry. Tvoříme rohlíčky, potíráme mlékem a pečeme do zlatova.

55. Nadívané rohlíčky. Na vále se dobře vypracuje 22 dkg hladké mouky, 5 dkg margarínu. $2\frac{1}{2}$ dkg cukru, 1 dkg droždí, desetina litru vlažného mléka a trochu vanilky (nebo vanilkového cukru). Těsto se nechá odpočinout, pak se rozválí a plní touto nádivkou: 10 dkg strouhaných ořechů, 5 dkg perníku a 5 dkg cukru se vaří ve $\frac{1}{4}$ l mléka. Rohlíky se potrou bílkem nebo mlékem a zvolna upekou. Místo ořechové nádivky lze rohlíčky plnit též marmeládou nebo mákem.

56. Oříškové rohlíčky. 16 dkg mouky, sůl, 5 dkg strouhaných ořechů, citronová kůra, 4 dkg tuku, $1\frac{1}{2}$ dkg droždí. Mouka, sůl a ořechy se smíchají na vále, citronová kůra se do toho přistrouhá, tuk rozdrobí a konečně se přidají zkynuté kvasnice. Z této hmoty se rychle utvoří koule, zaváže do ubrousku posypaného moukou a zavěsí se do

hrnce s hodně studenou vodou, v němž se nechá 2 hodiny stát. Potom se těsto vyjme, osuší, vyválí, nakrájí se 30 trojúhelníků, z nichž se utvoří plněné rohlíčky a pečou na suchém plechu v horké troubě do zlatova. Upečené se posypou vanilkovým cukrem. Nádivka: 8 dkg strouhaných ořechů a 1¹/₂ lžíce cukru uvařte do husta v trošce mléka. Mohou se nadvívat též mákem nebo zavařeninou.

57. Vánočka bez vajec. 60 dkg mouky, 30 dkg vařených strouhaných brambor, 10 dkg cukru, 8 dkg tuku, 4 dkg droždí, trochu soli, podle možností hrozinky a citronová kůra. těsto zadělejte troškou mléka hodně tuhé a před pečením potřete vánočku trochou oslazeného mléka. Je výtečná.

* 58. Závín se sezonním ovocem. 25 dkg hladké mouky, 1 lžíce cukru, trochu soli, 2 dkg vepřového sádla a asi 1/4 l vlažné vody, smíšené s octem. Vypracujte těsto, nechte nejméně půl hodiny přikryté odpočinout, potom vytáhněte, posypte strouhanou houskou, nakrájeným ovocem, cukrem a skořicí. Zatočte a pečte na pomaštěném plechu.

Z ječné mouky

59. Bábovka z ječné mouky. 1 vejce se utře s 10 dkg cukru, citronovou kůrou a 3 dkg margarínu. Pak se přidá 40 dkg ječné mouky, smíchané s 1 lžící hrubé pšeničné, zkynutý kvásek z 2¹/₂ dkg droždí a 1/4 l mléka, až vznikne dosti řídké těsto, které se dobře propracuje a nechá 2 hodiny kynouti. Potom vymažeme bábovkovou formu, dáme do ní polovinu těsta, na to >nádivku<, pak zase těsto a upečeme v hodně horké troubě. Nádivka: 1 kávová lžička kakaa, 3 lžičky strouhaného perníku, 2 lžičky cukru a trošku mléka.

* 60. Ječný chlebíček. 12 dkg cukru, 3 čajové lžičky rozpuštěného margarínu, celé vejce, citronová kůra a šťáva z 1/2 citronu se dobře utře. Přidá se 30 dkg ječné mouky, 1 pečivový prášek a s trochou

mléka se vypracuje buchtové těsto. Peč se ve vymazané a moukou vysypané formě, po vychladnutí se rozkrájí a plní zavařeninou.

61. Ječný koláč. 1 vejce se utře s 5 dkg cukru, přidá se $\frac{1}{2}$ kg ječné mouky, smíchané s 10 dkg Maizeny nebo bramborové mouky, polovina prášku do pečiva a asi $\frac{3}{4}$ l mléka, jež může být rozředěné vodou. Těsto se propracuje a upeče ve vymaštěném pekáči. Horký koláč se potře marmeládou.

62. Maková bábovka z ječné mouky. 35 dkg ječné mouky, 10 dkg cukru, 5 dkg umělého medu, 10 dkg mletého máku, 1 vejce, 1 prášek do pečiva, $\frac{1}{4}$ l mléka a citronová kůra. Těsto se vypracuje v míse a upeče ve vymaštěné, moukou vysypané formě.

63. Mřížkový koláč z ječné mouky. 5 dkg margarínu, 10 dkg cukru, 15 dkg den předtím vařených strouhaných brambor, 1 vejce, kvásek z 1 dkg droždí, 1 prášek do pečiva, 1 balíček vanilkového cukru, citronovou kůru a 40 dkg ječné mouky zpracujeme na válu. Největší část těsta dáme na plech, pomazeme tvarohem nebo zavařeninou, ze zbytku těsta utvoříme mřížky a upečeme v dosti horké troubě.

Z žitné mouky

64. Levný perník bez vajec. $\frac{1}{2}$ kg žitné mouky, 1 prášek do perníku, půl kávové lžičky jedlé sody, 2-3 den předtím vařené strouhané brambory, 2 lžice umělého medu nebo sladového výtažku, rozpuštěného v trošce vlažné vody, 2 lžice rozpuštěného margarínu a citronovou kůru rozkloktáme ve $\frac{1}{4}$ l rozředěného mléka a zpracujeme v míse s moukou a bramborami na tuhé těsto, necháme 2 hodiny odpočinouti a upečeme ve vymaštěném a pomoučeném pekáči v hodně horné troubě.

65. Parmasánové keksy ze žitné mouky. 70 dkg žitné mouky se promíchá na válu s 15 dkg strouhaného parmasánu, solí,

kmínem, 1 pečivovým práškem, 1 lžičkou jedlé sody, 4 dkg margarínu a litrem kyselého nebo sladkého mléka vypracuje se se $\frac{1}{4}$ l kyselého nebo sladkého mléka tuhé těsto, které se po částech rozválí, propíchá vidličkou, položí v celku na plechy

66. Perník s mrkví. Rozpusťte 10 dkg cukru a 15 dkg syrobu⁴ a když teče, zamíchejte do něho 15 dkg strouhané syrové mrkve. 50 dkg žitné mouky smíchejte s perníkovým práškem a po částech ji do toho vmíchejte zároveň s rozředěným mlékem, jehož musí býti tolik, aby těsto bylo dosti tuhé. Nakonec můžete vmíchat také rozsekané fíky a ořechy. Těsto se rozloží asi na prst silně na pomaštěný plech a peče se asi 20 min. ve velmi horké troubě. Může se hned po vytažení z trouby zdobiti cukrovou polevou a krájetí.

* 67. Vdolky. Smíchaná žitná a hladká pšeničná mouka (dohromady $\frac{1}{2}$ kg), 2 vařené brambory, sůl, mléko, kvásek z 1 dkg droždí zpracujeme na nepřilíš tuhé těsto. Po vykynutí utvoříme vdolky a pečeme je na holé plotně.

Z b r a m b o r

68. Bramborové knedlíky s povidly. Ve slané vodě uvařte 1 kg oškrábaných brambor, slijte vodu a rozmíchejte je s 2 dkg margarínu. Po vychladnutí zamíchejte do toho celé vejce a tolik mouky, až vznikne nepřilíš tuhé těsto. Můžete také dáti dvě třetiny mouky a třetinu krupice. Rozkrájejte těsto na menší kusy, utvořte knedlíky naplněné povidly a uvařte ve slané vodě.

69. Bramborové rohlíčky. Smíchejte 30 dkg mouky s 1 pečivovým práškem, dejte na vál, utvořte uprostřed jamku a dejte do ní 7

⁴ Pozn.: Jde o redukovaný vývar z cukrové řepy (nastrouhaná cukrová řepa se povaří s trochou vody, vyvařená cukerná šťáva se přecedí a dále redukuje až vznikne hustý hnědý sirup).

dkg cukru, 1 bílek, lžíci vody a 5 dkg rozpuštěného margarínu. Naposled přidejte $\frac{1}{4}$ kg strouhaných vařených brambor a vypracujte hladké těsto, jež tence vyválejte, nakrájejte na trojúhelníčky, plňte marmeládou a tvořte rohlíčky. Dejte je na pomaštěný plech, potřete bílkem nebo mlékem a pečte asi 30 minut v horké troubě.

70. Bramborový koláč. 15 dkg vařených brambor, 20 dkg hladké mouky, 1 vejce, 7 dkg cukru, 3 dkg margarínu, sůl, citronová kůra a $\frac{3}{4}$ pečivového prášku. Na válu vypracujte těsto, tence vyválejte a rozdělte na poloviny. Jeden díl dejte na plech, posypte strouhanou houskou, spařenou, rozkrájenou revení⁵ a cukrem, nebo jiným ovocem (v zimě zavařeninou). Druhý plát položte navrch, okraje smáčkněte, potřete kouskem vajíčka nebo mlékem a upečte.

71. Rychnovský koláč. 20 dkg hladké mouky, 20 dkg den předtím vařených strouhaných brambor, 5 dkg margarínu, 7 dkg cukru, 1 žloutek, citronovou kůru, 1 balíček vanilkového cukru a $\frac{3}{4}$ pečivového prášku propracujeme na válu. Těsto dělíme na poloviny, jeden díl dáme na vymaštěné a moukou vysypané formy, na to nádivku a přikryjeme druhou polovinou. Nádivka: 20 dkg vařených strouhaných brambor, 10 dkg cukru, snít ze dvou bílků a citronovou kůru pozorně promícháme.

Různé

* 73.⁶ Dort z mrkve. 2 vejce (případně za jedno náhražku), 14 dkg strouhaných ořechů se velmi dobře utře. Přidá se šťáva a kůra z 1 citronu, 4–5 kávových lžic strouhané housky, 14 dkg strouhané mrkve a 2 lžíce hrubé mouky, promíchané s kávovou lžičkou pečivového prášku. Peče se ve vymaštěné a pomoučené formě, po vychladnutí se rozkrájí a plní zavařeninou.

⁵ Pozn.: Rebarbora.

⁶ Pozn.: Chyba autora knihy - recept č. 72 zde chybí.

74. Hrachový dort. 15 dkg hrachu, večer předtím namočeného, se uvaří a prolisuje. 1 žloutek, 8 dkg cukru, 3 dkg ořechů a citronová kůra se utře, přidá se prolisovaný hrách, sníh ze 2 bílků a polovina pečivového prášku. Upečený a rozkrojený se plní zavařeninou.

75. Koláčky z ovesných vloček a ječné mouky. 10 dkg ovesných vloček, 10 dkg ječné mouky, 7 dkg cukru, 1 žloutek, 6 dkg tuku, citronová kůra, 1 balíček vanilkového cukru, 1 kávová lžička pečivového prášku. Vypracujeme těsto, vyválíme na půl prstu silně, vykrájíme koláčky a naplníme je mákem, tvarohem nebo zavařeninou.

76. Krém – téměř z ničeho. Čtvrt litru vody, 4 kostky cukru, 1 polévkovou lžící hrubé mouky nebo jemné krupice a šťávu z poloviny citronu vaříme 10 minut. Potom dáme nádobu do studené vody a šleháme půl hodiny až vznikne velmi hustý krém. Podle chuti přimícháme malinovou šťávu, jam nebo v trošce vody rozmíchané kakao s cukrem. Pozor – přimíchat do ušlehaného krému velmi pozorně a nikoliv s těmito přísadami šlehat! Podáváme ve sklenicích s piškoty nebo keksy. V létě můžeme přidávat do krému též rozmačkané jahody nebo maliny.

77. Magronky z ovesných vloček. 6 dkg margarínu, 10 dkg ovesných vloček, 10 dkg hladké mouky, 10 dkg cukru, 1 vejce, 1 prášek do pečiva, citronovou kůru i šťávu, jsou-li, také 3 dkg hrozinek. Na válu vypracujeme těsto, na pomaštěný plech dejte malé hromádky a upečte.

* 78. Makovec bez tuku. 10 dkg cukru se tře s 1 vejcem, citronovou kůrou a šťávou. Přidá se 15 dkg mletého máku, 15 dkg hladké mouky smíchané s polovinou pečivového prášku. S trochou mléka se zadělá dosti lehké těsto, jež vlijeme do formy na biskupský chléb, vymaštěné a pomoučené, a pečeme v prostředně horké troubě.

* 79. Ovocné knedlíky. Osminka litru mléka a stejně tolik vody se vaří. Do vroucího se přidá kousíček margarínu a tolik mouky, až máme těsto. Na válu je necháme vychladnouti, osolíme, přidáme 1 vejce a podle potřeby ještě trochu mouky. Krájíme na kousky a tvoříme knedlíky, do nichž dáváme buď švestky, třešně, jahody, meruňky, na jaře též reveň.

Reveň však musíme předem spařiti a do každého knedlíku přidati ke kousku reveně též čtvrt kostky cukru. V zimě dáváme do knedlíků třeba sušené meruňky, několik hodin předtím namočené. Knedlíky vaříme 8–10 minut v osolené vodě a podáváme je posypané buď jen cukrem nebo strouhaným perníkem nebo syrečkem, a omaštěné.

* 80. Tvarožníky. $\frac{1}{2}$ kg dobře vylisovaného tvarohu prolisujte sítím, přidejte lžíci cukru, celé vejce, trochu soli, citronovou kůru a tolik mouky, aby se daly tvořiti kulaté karbanátky. Ty potom obalíme moukou a po obou stranách rychle opečeme na trošce margarínu. Sypeme cukrem a skořicí.

* 81. Zapečené jáhly. Jáhly, uvařené v mléce do měkka (zbytek jahelné kaše), se nechají vychladnouti a zamíchá se do nich špetka soli, 1-2 lžíce cukru a z 1-2 bílků sníh. Dají se do vymaštěného pekáče a prostrkají se sušenými švestkami, které předtím namočíme do vody a osušíme. Po vrchu se kaše trochu pomastí a dá se do trouby upéci do růžova. Máme-li více vajec, můžeme ji před pečením politi vajíčkem, rozkloktaným v mléce, a potom teprve omastiti. Tak dostaneme ještě krásnější kůrčičku.

Tiskl J. Šefl a spol., Praha XIV, Jarlochova 2