CELEROVÁ POMAZÁNKA SE SÝREM A PAŽITKOU       

30 dkg celeru                    
  2 vařená vejce                    
            1 lžíce polotučné hořčice                       
            1 cibule                                      
             ½ kostky měkkého tvarohu                         
             sůl, pažitka

Najemno nastrouháme celer i vajíčka, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, hořčici, sůl, tvaroh a vše promícháme. Pažitku zamícháme naposled. Můžeme přidat i nastrouhaný tvrdý

BROKOLICOVÁ POMAZÁNKA                                         
  
                                10dkg brokolice     
                            7dkg másla                        
                          10dkg tvrdého sýra                                    
                          1-2 lžíce bílého jogurtu, sůl                               
  
Brokolici uvaříme v páře a rozmačkáme vidličkou. Přidáme strouhaný sýr, změklé máslo, jogurt a dobře promícháme. Dosolíme (opatrně  podle druhu sýra).

POMAZÁNKA Z LUČINY                                    
  
                      2 ks lučiny     
                        2 jablka                  
                    1 mrkev                                  
              3 lžíce moučkového cukru                           
  
Lučinu utřeme s cukrem a přidáme jemně nastrouhaná jablka (oloupaná) a mrkev.     
  
ČOČKOVÁ POLÉVKA SE ZAKYSANOU SMETANOU                  
  
                                     30 dkg čočky                      
                                     2 brambory                            
                                     1 cibule                         
                                     10 dkg zakysané smetany                  
                                     olej                                   
                                     hladká mouka                           
                                     ½ lžičky mletá papriky                  
                                     sůl, ocet, cukr             

Propláchnutou čočku si namočíme den předem. Druhý den jí uvaříme ve stejné vodě, když je poloměkká, přidáme nakrájené brambory a vaříme do měkka. Na oleji usmažíme cibulku, přidáme mouku, papriku a uděláme jíšku. Polévku zahustíme a povaříme. Nakonec přidáme smetanu, dochutíme a již vaříme jen chvíli, aby se smetana nesrazila.

KEDLUBNOVÁ POLÉVKA S VAJEČNOU JÍŠKOU    
  
                       1 velká kedlubna     
                        2 menší mrkve                              
                     2 cibule                           
                  2 stroužky česneku                  
                     kousek másla                  
                       1 vejce                  
                     hladká mouka

voda, sůl, pažitka

Kedlubnu si nakrájíme na proužky, cibuli na malé kousky a česnek na plátky. Do hrnce dáme máslo, osmažíme cibuli do sklovita, přidáme mouku aby byla středně hustá jíška. Pak přidáme rozšlehané vejce a mícháme, dokud se neudělají vaječné žmolky, zalijeme vodou a rozmícháme. Přidáme kedlubny, mrkev, česnek a necháme vařit dokud zelenina nezměkne. Osolíme a vsypeme pažitku.           
  
  
MORAVSKÁ KUŘECÍ SMĚS                           
  
                     25 dkg kuřecích prsou            
                    25 dkg krůtích prsou                             
                10 dkg drůbežích jater                 
              5dkg   oleje              
                 5dkg  cibule                     
                    35 dkg čerstvých červených paprik           
                   35 dkg čerstvého pekingského zelí                       
              hladká mouka, sůl

Maso nakrájíme na malé nudličky a opečeme na oleji. Přidáme cibuli nakrájenou na jemné plátky, kousky jater na malé kostičky, mírně podlijeme vodou a krátce povaříme. Přidáme papriku nakrájenou na malé kousky, krájené nudličky zelí a společně dusíme. Když je vše měkké  
trochu mouky rozkvedláme v hrníčku a zavaříme asi 10 minut, Dochutíme solí a podáváme s rýží.

ŠVÉDSKÉ FAZOLE         
  
              30 dkg bílých fazolí      
               1 dl sladké smetany    
               1 velká  cibule        
                olej, sůl                    
  
Den předem namočené fazole uvaříme ve vodě do měkka. Do fazolí přidáme drobně nakrájenou, na oleji osmaženou cibuli, sůl promícháme. Necháme přejít varem, případně ještě dochutíme a podáváme s chlebem. Fazole jsou dobré jak teplé, tak studené.  

LOSOS SE SÝROVOU OMÁČKOU         
  
                                         60 dkg lososa     
                                         6 dkg másla                            
                                         3 dkg hladké mouky                        
                                         3 dkg smetanového taveného sýra                     
                                         citron, kopr, sůl

Maso z lososa osolíme a  opečeme na polovině másla. Z druhé poloviny másla a mouky připravíme jíšku, zalijeme jí vodou, prošleháme, ochutíme sýrem a provaříme. Do hotové omáčky přidáme nakrájený kopr. Na talíři přelijeme porci lososa sýrovou omáčkou, ozdobíme kouskem citronu a podáváme s

těstovinami nebo rýží.   
  
  
  
  
  
                
  
                                                            
  
                                                                        
  
                                                     

=