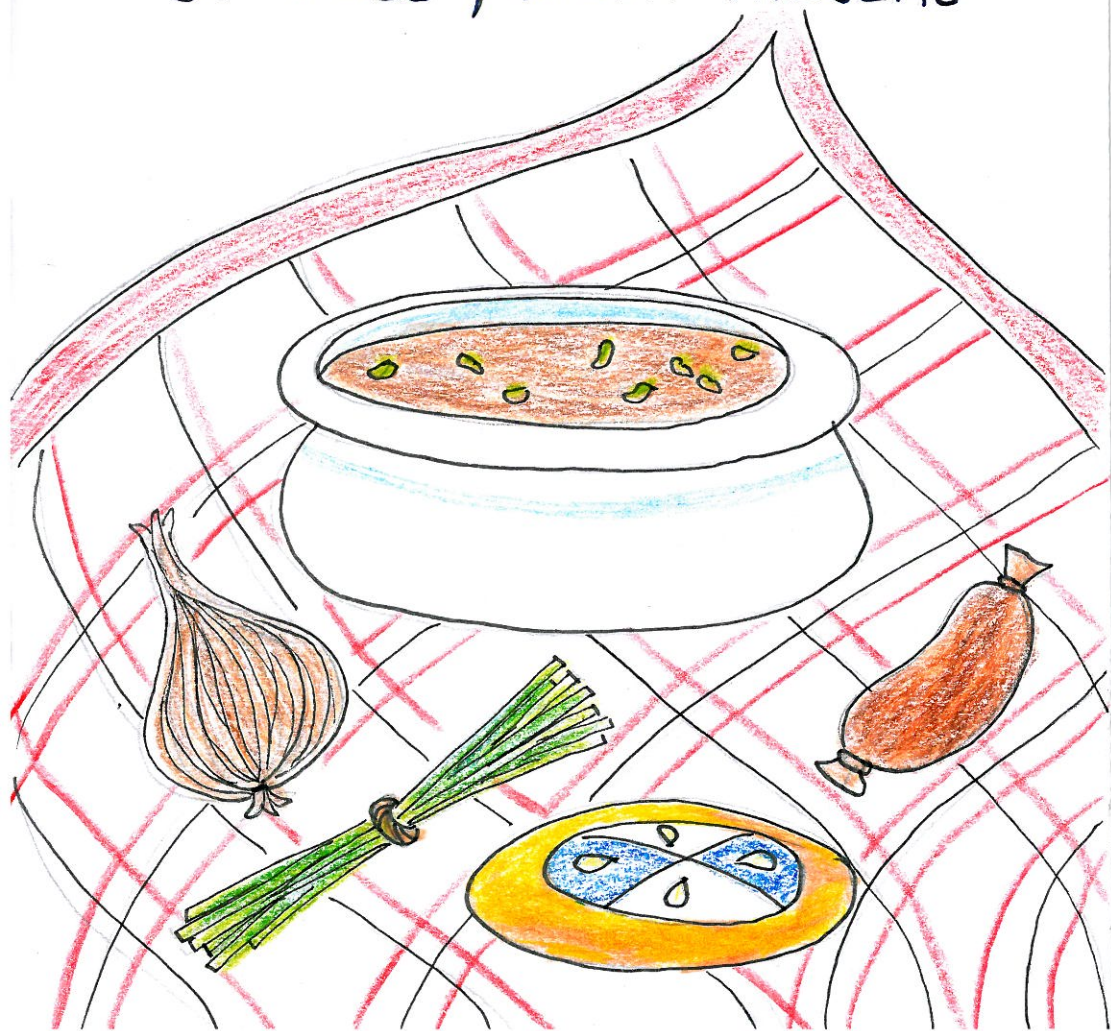
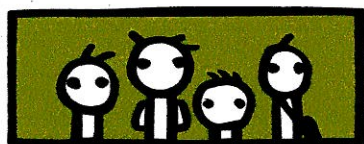


Ubrousku
prosbi se

ANEŽ

30 JIDEL, KTERA' MILUJEME





ZŠ a MŠ Proseč

V rámci celoročního projektu

Návrat k tradicím

Projekt žáků, dětí a učitelů ZŠ a MŠ Proseč k obnově prosečského kroje v roce 2019.



s láskou
ručně sešila
a svým maminkám
věnovala

5. třída

Dobrou chuť!

květen 2019

Coucalka

30 dkg zelí

zelná voda

$\frac{1}{4}$ l kyselé smetany

jogurtu nebo mléka

4 dkg mouky

$1\frac{1}{2}$ vody

sůl

Zelí s látkem zalijeme horkou vodou a vaříme je do měkka. Podle chuti přisolíme. Ve smetaně, mléce nebo jogurtu rozkvedláme mouku a zavaříme do polévky. Chceme-li ji mít lepší, přilijeme do ní před podáváním ještě žloutek rozkvedlaný v troše mléka. Máme-li naloženo vlastní zelí a uберeme-li zelné vody na polévku, musíme vždy zase dolít



osolenou, převařenou a vychladlou
vodou, aby bylo zelí stále potopeno.

V některých krajích říkají zelí
polévce, „covačka“. Má být příjemně
nakyslá. Podáváme k ní horké
brambory vařené s kmínem nebo chléb.

Vypracovala: Pavla Palová

Velké koláče

500 g hladké mouky

100 g moučkového cukru

120 g másla

200 ml mléka

1/2 kousky droždí

2 vejce

1 lžice vanilkového cukru

špetka soli

200 g máku

70 g cukru

200 ml mléka

3 lžice rybízové marmelády

špetka skořice

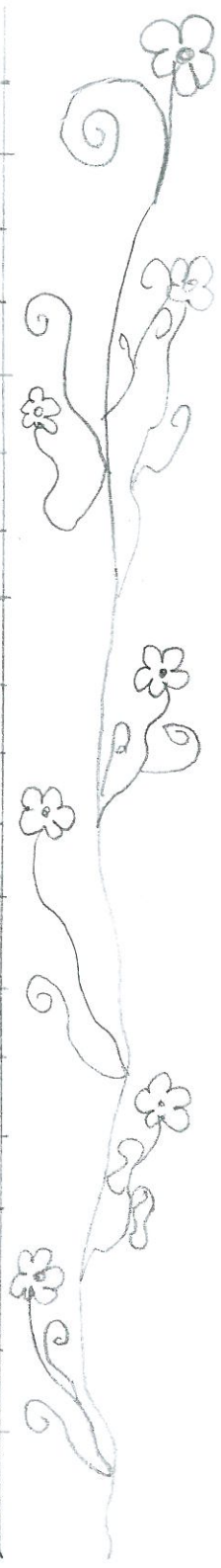
mandle

500 g polotučného tvarohu

2 vejce

120 g cukru

1 lžička vanilkového cukru



rozinky

300 g jablečných povidel

100 g rozdrčených piškotů

Postup: Do mísy dáme mouku, cukr, špetku soli a vanilín
a mí důlek. Do dílku rozdělíme droždí a zalijeme vlažným mlékem
až vznikne kóáek, přitom roztvátíme máslo a vejce. Vypracujeme
hladké těsto, které se nelepí k míse. Těsto necháme
kysnout asi 1 hodinu na teplém místě.

Výhynutí těsto rozdělíme na čtyři díly. Vypracujeme
z dílu hladké koule a ty vyválíme do šlounky 4-5 mm.
Obvod uděláme tak, že kraj vyvalené placky 1-5 cm
rozdáme pod placku a vyharujeme. Dále vyvalené
a vyharované těsto přendáme na plech a
urovnáme. Na těsto dáváme střídavě náplně,
které upravíme do trojúhelníků. Na mák ještě
pokládáme mandle a na tvaroh rozinky. Okraj těsta
podíráme rozchlazeným vejčkem. Pečeme v předehřáté
troubě na 170 stupních asi 20-30 minut.

Vymacovala: Michaela Kyndlová

Staročeské Řepáky

nádívka:

1 šálek - máku

1 ks - řepy cukrovky

1 lžička skořice mleté

těsto:

100g - másla

80g - cukru krupice

špetka soli

250 ml - mléka

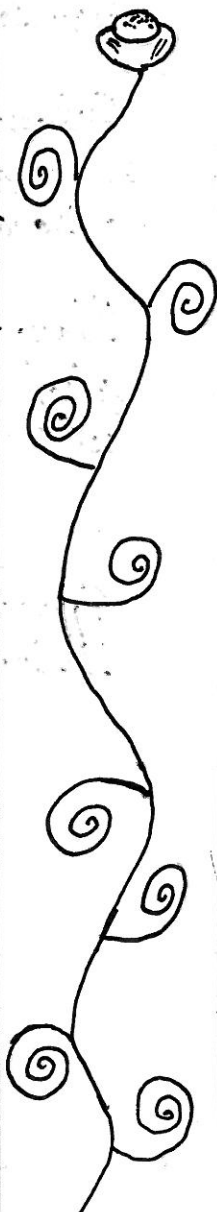
500g - mouky polohrubé

2 vejčka

30g - droždí

Postup: Kvásek připravíme tak, že do části vlažného mléka rozdrolíme droždí, přidáme lžičku cukru a lžici mouky a necháme vykynout.

Do mísy dáme mouku, zbytek cukru rozpuštěné máslo, vejce, sůl, kvásek a zbytek mléka a vypracujeme hladké těsto, které se nelení na stěny. Připravené



Šesto na řepáky necháme v sepi vykynout.

Meziším si uvaříme cukrovou řepu doměkka a nasbrouháme ji na hrubém struhadle. Mák umelíme a spaříme horkou vodou. Nasbrouhanou řepu smícháme s mákem a skořicí.

Vykynuté šesto na řepáky dáme na vál, rozválíme a nakrájíme na čtverce, poklademe nádivkou a sbalíme.

Staročeské řepáky poklademe na vymazaný plech a pečeme ve vyhřáté troubě na 180°C asi 20 minut.

Vypracovala: Valerie Svobodová

Ilustrovala: Valerie Svobodová

Škubánky

1kg brambor

300g hrubé mouky

250g másto

sůl

mletý mák

moučkový cukr

Postup:

1. Brambory oloupeme na středně velké kousky, zalijeme vodou a osolíme.

2. Vaříme asi 15 min (po této době by měly být poloměkky). V této chvíli částečně slijeme vývar z brambor, v hrnci necháme zhruba $\frac{1}{3}$ vývaru.

3. Brambory rozeffeme hrubou moukou a koncem prstů v nich vytvoříme otvory tak, abychom viděli vývar.



4. Hrnec přiklopíme poklicí na nejnižší stup-
ni plotýnky, necháme brambory připravit 15-20 min.

5. Když použijeme obyčejný hrnec, neměly by se
nám připádit.

6. Připravené brambory s moukou rozděláme
do hladka a zpracujeme.

7. Těsto rozděláme pomocí válečky o stěny hrnce,
aby bylo hladké a nelepilo se na váleček.

8. Rozpuštíme si $\frac{1}{2}$ másla.

9. Lžíci namáčíme v rozpustěném máslu a vykrajujeme
škubánky.

10. Můžeme je ihned podávat na talíři, posypat
moučkovým cukrem a polít máslem.

11. Můžeme osmažit škubánky na másle

12. Škubánky chytou zlatavější barvu a budou vo-
nit máslu.
vypocoval: andrea
zacmanova

Trdelník

INGREDIENCE na trdelníky

250 g mouka (hladká)

40 g máslo

2 ks žloutek

špetka sůl

0,5 lžička cukru

200 ml mléka

bílky (na potření)

NA OBALENÍ

cukr (krupice)

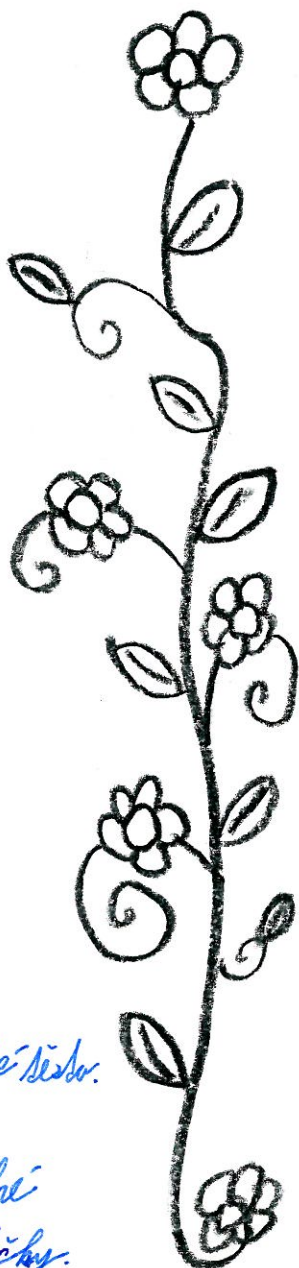
skořice

kaka

orechy (mleté)

POSTUP

- 1 Ze mouky, cukru, žloutků, droždí, soli, cukru a mléka vypracujeme hladké těsto.
- 2 Těsto roztáhneme na 30 cm na dlouhé proužky, které natvoříme na smetáčky.



3

Naladíme je volněji, mohou
sínstas mezery, proto je pak
poválíme po válce, aby se mezery
zaplnily.

4

Posíláme je ^{lé}lžkem a posíláme
ořechy s cukrem nebo skořicí
a dáme péct

5

Péčeme v troubě při 180°C
asi 8 minut

Výpracovala: Kája Vondrová

Martinské rohlíčky plněné mrkví

Martinskými rohlíky odměňovaly hospodyně pasáky rohatého dobytka právě o svátku svatého Martina 11. listopadu.

Plnívaly je mákem, tvarohem, sladkou řepou, povidly, ořechovou, ale také zajímavou mrkvovou náplní.

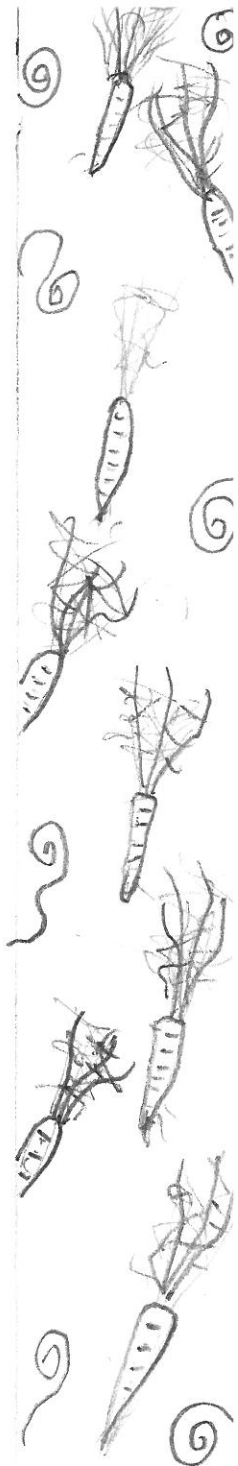
Do půl kila nahřáté a přesáté polohrubé mouky v míse udělej důlek, do

něho rozdrob 4 až 5 dkg kvasnic, zasyp lžící cukru, zalj trochu vlažného mléka a nech kvasnice vzejít. Pak přidej dva žloutky, lžící rumu, 8 dkg cukru včetně vanilkového, 10 dkg teplého másla, citrónovou kůru, půl lžičky soli. Všechno zpracuj teplým mlékem na hladké pružné těsto, povrch posyp moukou, přikrej mísu utěrkou a nech kynout na teplém místě.

Pěknou čerstvou mrkev očisti, jemně ostrouhej, trochu osol a dej na kus másla podusit. Když se vydusí voda, oslad' mrkev podle chuti, můžeš přidat i trochu strouhané citrónové kůry a šťávy. Okořeň skořicí, přidej rum. Pokud je náplň řídká, zahusti ji drcenými piškotovými drobečky nebo strouhaným perníkem. Můžeš přidat i rozinky.

Vykynuté těsto rozválej na plát, nožem nakrájej velké trojúhelníky, naplň je mrkví a stoč na rohlíky. Pomocí utěrky přenes na máslem vymazaný plech a nech znovu dobře vykynout. Potom potří žloutkem rozmíchaným v trošce rumu a dej dozlatova upéct ve středně vyhřáté troubě.

vyraboval: Petr Herynek



Mažesaá krúta-šúvok

4 krúti šúvky

4 stropšky česneku

2 lžičky mletého zázvoru

sól, pepř, vejce, strouhanka, olej

šúvky naklepeme, česnek utriš se solí,

pepřem a zázvorem, smíš maso potriš

a přes noc nechat odpočinout a ledniče

druhý den obalíš v trojobalu

TRJOBAL: hladká mouka

potom vejce

strouhanka

smažíš v oleji

VYPRACOVAL: Odehnal František

Brut



gulās

Išņemings: Hlaveni Bujon

2 ks

īpatāšy

300 g

mazgānta, pepi, sīl

luambauz, paprika sādāli mēlā

cibule česnak, olīvu eļļa



Pasīpava: cibuli a česnak nakiņģina je na
drobnē kosičkā. Opicne je na olejvā eļļā doslabos
a sapuāina moulou. Tālā vāniblu gēšu 3 minuty
opidān. Pīdāme sādāli sepiķu s mazgāntou.

Pīdāme bujōn a 20 minut pīvācne. Pīdāme
doslabos opicne īpatāšy a olouponē luambauz na
kosičkā a vācne dokut luambauz nakiķou mēlē.
Podlē chuti doslome a opicne -



Uppurcaval: Šepin Luomēdka

Haročské Piesbilo

suroviny:

0,5 kg brambory

mleko

2 sadla

1 cibule

1 kg hrubá mouka

sůl

1 vejce

① Z mouky, mléka, šloupku a soli uděláme.

testo na nohy a necháme ^dpočínout.

② Brambory oloupat, nakrájet na menší
kostky a uvařit v osolené vodě do měkka.

③ Vodu slit a savařit do ní nohy vy-
krajované malou brůčkou.

④ Nohy vařit asi 6 minut, vyjmout, přidat
k bramborám a protřít.

⑤ Piesbilo omastit cibulí omořenou na
sádle do zlatova.

Vypracoval: Milan Vanous

Zabijačková polévka "Přidelačka"

10 l vepřového vývaru

1 kg kroup č. 10

2 l vepřové krve

200 g cibule

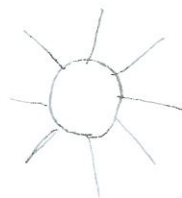
sůl

majonánka

pepř

česnek

kmin drvený



Postup:

Nejdříve ostaríme vvaření kroupy kvi, poté přidáme škvarky vyškvařené ze sřevního sádla a osmažnou cibulku. Přidáme průměreně sůl, majonánku, pepř, kmin a česnek, vše důkladně promícháme. Tuto směs dáme do teplého vývaru a za stálého míchání varíme zhruba



20 min. Ochutnáme a okořeníme podle
chuti

Vypracoval: Jaroslav Šlégr

Staročeská česnečka

Ingredience:

Doba vaření:

2 stroužky česnek

10 min.

4 špetky kmín

800 ml voda

Postup přípravy:

Dáme vařit vodu. Můžeme dát i do rychlovarné konvice. Místo vody můžeme použít i hovězí či kuřecí vývar. Připravíme na síť talíře nebo misky. Do každého z nich prolisujeme půl stroužku česneku a přidáme špetku kmínu. Nakonec zalijeme horkou vodou. Staročeskou česnečku ihned podáváme. Doplníme podle chuti čerstvým pečivem.

Upracoval: Josef Šodombra



UVAŘENÉ BRAMBORY

1x cibulka

HLAVNÍ: brambory

1x uzené maso

1x česnek

1x pohanka

1x marojánka

pepř + sůl (kolik chcete)

1x vajíčko (syrový)

POSTUP:

Vše nakrájet kromě vajíčka, vše dát dohromady
a zalít vajíčkem, potom posolit a opepřít.

Vše zamíchat a nechat 15min péct a je
hotovo!



Vaslet

ingredience : 200g kroupy
mletý černý pepř

2 stroušky česnek

1 lžička majoránka

250 g hrášek

4 lžíce olej

2 ks cibule

Tuk na vymazání



M V, H

Ň A R

A C U

M L Š

K A K

A V V

A

Postup: Hrášek propáchneme
a namočíme ho na 4 hodiny do
studené vody. V této vodě ho pak
uvaříme doměkka a scedíme. Kroupy
propáchneme stejně do osolene
vody a uvaříme do měkka budeme
promíchávat. Kroupy scedíme.

mezitím očistíme cibule a česnek
nakrájíme. Rozpálíme olej a cibule
smočíme do slávy. Kroupy smícháme s
hráškem. Přidáme česnek, orestujeme, osolíme

pekáč namažeme tukem.

Rozetřeme směs. Polijeme olejem a cibuli dáme do krovy na 190°C. Do šoulesu zapékáme maso a podáváme se zeleninovým salátem.

Vypracoval V. Prášek

Vánoční Kubajza

Ingredience:

1 kg kroup
sušené houby
česnek
sůl
pepř
sádlo
majonéza

Postup:

Uvaříme kroupy ve vodě, sušené houby vaříme ve vodě. Uvařené kroupy smícháme s houbami, přidáme česnek a sádlo. Dochutíme solí, pepřem a majonézou. Směs dáme do vařící misky a pečeme v troubě. Podáváme s kyselou okurkou.

+ Toto jídlo se
dělá na Vánoce.

vypisovala: Zelenková Veronika

Haročeský pečený kucmach

2 velké brambory

1 lžíce sádla

2 stroušky česneku
sůl

100 ML mléka

2 vejce

1 lžíce majoránky

Plech vymažeme sádlem.

Oloupeme brambory a nakrájíme
na tenké plátky. Rozložíme
na plech a neslané upečeme
dosa lva. Potom potřeme
česnek rozdrcený se solí. Vě
sme taně nebo mlíce rozmícháme
vejce a majoránku. Zalijeme
brambory a dopečeme.

vypícal: Pavel
Dolešal

Hopečkový Mramor

Potřebujeme:

6 šloubků

180 kg práškového cukru

10 půl citronů strouhanou kůru

bíci citronové šťávy

50 kg jemně sekaných mandlí

25 kg sekaného citronátu

ne 6 bíků tuhý sníh

140 kg Soda mylu

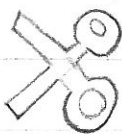
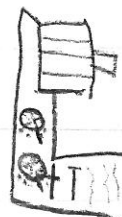
másto

strouhanku

formu

vanilkový cukr

kakao



Postup:

Namíse těsto asi 20 minut 6 žloutky,
180 kg práškového cukru, rozpil citronu
strouhanou kůru a lžici citronové
šťávy. Pak do toho lehka namícháme
50 kg jemně sekaných mandlí,
20 kg sekaného citronátu, ze 6
bílků tuhý sníh a 14 kg Solamylu.
Formu vylijeme máslem a vysypeme
strouhankou.

Oděbereme $\frac{1}{3}$ těsta a vmícháme
do něho kakao. Střídavě prokládáme
světlé i tmavé těsto. Pak už můžeme
na 45 minut v nepříliš horké
troubě (200°C) péci do růžova (ne
do černa). Prochladlou posypeme
vanilkovým cukrem.

Vypracoval: Kořnar Tomáš (492 441
886)

Pejučijuroju "Jojujoju"

Ingredience:

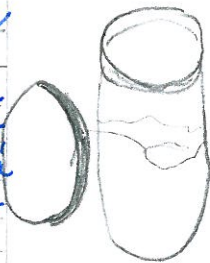
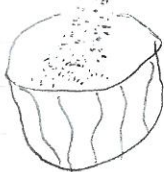
1. 300g másla + čokoláda na vaření
2. 300g hladké mouky
3. 70g cukru krupice + 1 vanilkový cukr
4. 1 žloutek
5. 100g moučkového cukru + 50g cukru
6. 100g nasekaných ořechů

Postup: Mouku prosijete na vát, přidejte 200g depešního smetlého másla, cukr krupice, žloutek a rychle zpracujte v těsto, které necháte dvě h. odpočinout v chladu. Potom z něho vyvalíte plachtu a vykrájíte kolečka, která dáte na vymastěný plech a pečete do růžova.

Nasekané ořechy na spáleného míchání vaříte v 1/8 l. vody, a jeden vanil. cukr lžky. Zbylé máslo a mouč. cukr v mise kréme do pěny, potom přidejte vychladlou ořechovou směs a ještě chvíli šlepe. Takto připraveným krémem slepujete připravená kolečka. Nakonec uděláte polevu. V hrnečku rozehřejte čokoládu na vaření 50g 100% cukru IVA. Takto připravenou polevou potřáme vrch slepených koleček, ještě než poleva ztuhne, můžeme kolečka ozdobit polovinou vlašského ořechu či loupanými mandlemi nebo sekaným kokosem.

Vypracovala: Ida Klímová

HLADKÁ
MOUKA



KOLÁČKA
NA VAŘENÍ

Dumplings

nastrouhané brambory

500g

sůl

vaje 1x

dětskou kroupičku

olej 2x lžíce + mléko 2 lžíce

hladká + polohrubá mouka

POSTUP: Syrové brambory oloupeme a hned

nastrouháme na jemném struhadle. Promícháme

se solí a horkým mlékem a vyklopíme na cedník.

Necháme vychladnout a ještě lžící vymačkáme co se dá.

Brambory přendáme do suché mísy, přisypeme mouku,

přelijeme rozpuštěným máslem a rozkucháme vaje. Vypracujeme

těsto, které duší 10 min. Do větších kuliček dáme více solenou

vodu. Pomocí dvou lžic vykrojujeme noky, které dáme do

nové vody. Váček odložíme ode dna. Vaříme asi 11 min.

Uvařeno: Tomáš Scheibel



Rychlá bábovka

suroviny:

2 hrnky polohrubé mouky

1 hrnek cukru krupice

1 hrnek mléka

1/2 hrnku rostlinného oleje

2 vejce

1 vanilkový cukr

1m prášek do pečiva

1 lžice kakaa

Postup:

Všechny ingredience kromě kakaa
odměříme, dáme do mísy a řádně
promícháme metlou. Část těsta
dáme stranou a obarvíme kakaem.

Polovinu světlého těsta
nalijeme do báboškové formy,
poté kakaové těsto a na vrch
druhou polovinu světlého těsta
(do těsta přidat i opečené rozinky,
případě nadrobno nasekáme oříšky.
Peceme pomalou v předehřáté
troubě cca 30-40 minut.

Je vynikající a velmi rychlá.

Vypracovala: Adela Valérie Zelinko
vá

TVAROHOVÁ BÁBOVKA

250 g hrubé mouky

250 g hery

250 g cukru

5 ks vajec

Vanilkový cukr

Kypřicí prášek

Kakao

Tvaroh

Postup:

Rozdělíme si žloutky od bílků.

Utřeme cukr, heru a žloutky.

Tráme 10 až 15 min. Přidáme

bílků na sníh, tvaroh a

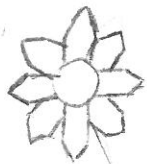
mouku s kypřicím práškem.

Vymažeme si formu. Vše nale-

jeme do formy a vložíme

do trouby.

Vypracovala: Aneta Macháčková



Trchanice

potřebuji: 500g hl. mouky

100g másla

100g cukru

6 polévkových lžic



vinna

4 šloupky

špetka vanilky

špetka citronové kůry

postup: Ze surovin zpracujeme

těsto a vyválíme 4mm

silnou placku. Vykrájíme

kolečka, která na okrajích

načítáme paprsky od sluníčka. Usmaríme v oleji a posukujeme.



Vypracovala: Kusa Adéla

Staročeské zelníky

3 větší brambory

2-3 hrstky kysaného zeli'

1 vajíčko

4 lžíce solamylu

sůl

popřípadě vegeta

postup: Brambory oloupeme a nastrouháme na jemné nudličky. Vymačkáme z nich většinu škrobu.

Okapané kysané zeli' překrájíme a přidáme k nastrouhaným bramborám. přidáme ještě vajíčko, 4 lžíce solamylu a sůl nebo vegetu.

Těsto pořádně promícháme a na rozpaleném oleji zprudka smažíme



menší placičky.

Můžeme podávat samostatně nebo se zeleninou.

vypracovala: Amálie Komportlová

STAROČESKÉ PALAČINKY

Ingredience:

500 ml mléka
200 g hladké mouky
2 ks vejce
sůl

Postup:

1. Do vlažného mléka přidáme: mouku, vejce, špetka soli.

2. Zamícháme na hladké těsto, rozložíme tenkou vrstvou na pánev potřenu olejem. Imaříme po obou stranách.

3. Hotové palačinky potřeme marmeládou, stáčíme a pocukrujeme.

Vytvářel: Daniel G.



Trarohové smaženky

Ingredience:

- 1 tučný tvaroh
- 4 vejce
- 1 prášek do pečiva
- 25 dkg. hladké mouky
- 2 lžice rumu
- 7 lžic mléka

Postup:

- zadělat těsto
- vyválet koblihy
- dát péct
- posypat cukrem (podle naší libosti)

vynucovala: Michaela Talacková



Řepáky

0,1 lžíčky šrovice mleté, 0,1 šálku
máku 0,1 ks řepa cukrovka

Těsto - 0,3 ks vejce

3,8 g droždí

12,5 g másla

10 g cukru krupice

špetek soli

31,3 ml mléka

62,5 g mouky sol. h

Příprava: Kvásek připravíme tak,
že do části vlažného mléka rozdělíme
droždí, přidáme lžičku cukru a lžičku
mouky a necháme vzhynout. Do mísy dáme
mouku, špetek cukru, rozpustěné máslo,
vejce, sůl, kvásek a zbytek mléka a
vypracujeme hladké těsto, které se
nelepí na stěny. Připravené těsto necháme



vyhynout. Mezitím si uvaříme
cukrovou řepu doměřka a nastrojíme
ji na hrubém struhadle. Máh
umelme a spatíme horkou vodou.
Nastrojenou řepu smícháme smáhem
a šorici. Vyhynutí testo. dáme
na vál, rozváíme a nahrájme na
čtverce, pohlademe nadičku a
sabalíme. Pohlademe na vymazaný
plech a péceme ve vyhřáté troubě
na 180 °C asi 20 min

Vypracovala: Černecká Anna



STAROČESKÉ ŠKUBÁNKY

1,5 kg brambor
sůl

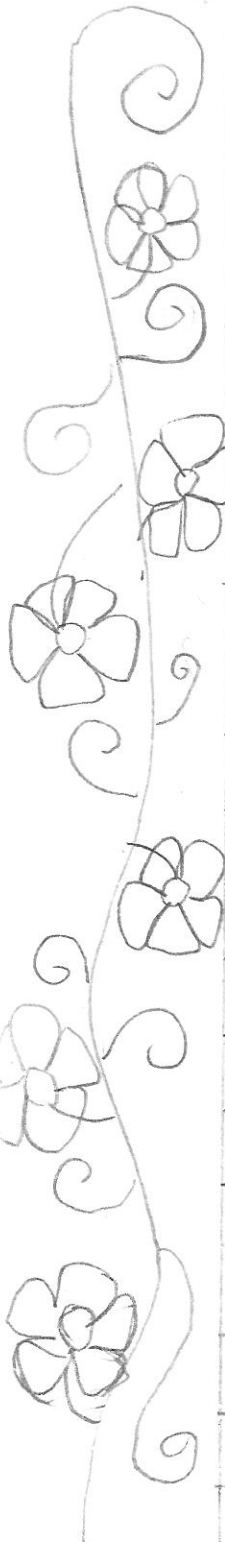
200 g krupice

200 g mouky

Postup:

Do 3/4 litrového hrnce se dá solik oskabaných nebo okrájených sgrorých bramborů na větší kusky nakrájených, aby jich byl hrnce asi na tři prsty naplněn. (To je asi půldruhého kila.) Brambory se vaří v čisté, mslané vodě, a když jsou dost vařené (musí být však rozvařené), se dají se z nich přes polovic vody do čistého hrnce. Brambory se vřečkou ucovrnají, dají se k nim naplná lžíce soli, kasyjou se kořličkem přemícné krupice (asi 200g) a také solik moulou. Pěkně se to na brambory rukou přimáčkne a uctělá se vřečkou až ke dnu pět nebo šest litrů. Není se to sezená rada na to malice





u dá se to ještě asi dvanáct minut
povařit. Pak se škváňky úplně scedí aby
sam voda nezůstala, a nyní se dobře va-
řečkou rozmíchají, aby nezůstaly sračky
a ještě hrnec postaví na kraj do trouby,
aby abyčina vlhkost se škváňkou vyšla.
Škváňky se vykrajují omáčenou lžící v
misku nebo sálce na kousky asi půl
vejce a sypou se strouhaným tvarohem
nebo syráčkem a masle máčem. Také je
můžeme sypat slunečným i mletým mákem,
smíchaným s cukrem (asi lžíce cukru a
koleček máku a mohou se maslit má-
stem nebo sádlem.

vypracovala: Nikola Gladkovecká

Exotické placičky

Ingredience:

1 lžíce cukru

2 ks vejce

1 lžíce másla

20 g droždí

špetka sůl

500 ml mléka

300 g polohrubé mouky

POSTUP: Z půl šálku vlažného mléka, oloupaného cukru, lžičky mouky a droždí uvaříme kvásek a necháme ho vzejít. Mezitím roztavíme vlažné mléko smícháme s vejci, nahustíme moukou, přidáme špetku soli a lžici rozpustěného másla, vmícháme vzejší kvásek a vmícháme uvařený těsto. Těsto na lžince necháme v teple vykyznout půl až tři čtvrtě hodiny. Potom rozehřejeme lžincečnick, do každého dílku vložíme lžičku oleje a šlehačkou nalijeme šlehačku.



Živance pečeme po dobu stranátek
dočervena, jako horké slas-
ťesky poléváme důmyslně
a myjeme šetrnými
domácím kvašením. Případně
poléváme medem a zdobíme
kvašením, ovocem.

vypíchal : Malý Tobiaš

Harviestké řepečky

Ingredience

500g pol. mouky

100g másla

2 ks vejce

80g cukr krupice

250ml. mléka

30g droždí

špetka soli

1 ks střední velká cukrovka

1 sálek másla

1 lžička skořice

150ml vařící vody

①

②

Postup: Do části vlažného mléka rozdrobíme droždí, přidáme lžičku cukru a lžici mouky a necháme vzejít kvásek. Do mísy nasypeme nasýpané, sálek cukru, vejce, roztus-
š tětné místo, sůl, kvásek a sálek mléka a zaděláme hladké těsto, které se nelení na stůl. Necháme v teple vykynout.

②. Mesitím si uváříme ve vodě řepu
doměkka a nastrožka nastrojujeme ji
na hrubém šnečadle. Mák smelíme
a spáříme horkou vodou. Řepu
smícháme s mákem a škorici.

③. Vykynutí těsto dáme navál vyvá-
líme, nakrájíme na čtverečky,
poklademe nádivkou a zabalíme.
Pokládáme na vymazaný plech a pečeme
ve $\times$ vyhřáté troubě 180°C asi 20 min.

doba přípravy 120 min &

8 porcí

Kynutý moučník

Vypracoval: Marek Helma

Shroval: Marek Helma

Stanbore

Milovaná Žemlovka

houstky asi 10 jablka 5 mléka

Postup: nakrájíme houstky na asi
1 a 1/2 cm plátky.

Dáme na vymazaný pekáč
máslem.

Na vrstev pečiva dáme asi 5
na nudličky nastoupaná jablka.

Podle chuti osladíme a na vrch
dáme maso vrstev nakrájených
housek.

Zalijeme mlékem a dáme asi na
20 minut pect do vyhřáté trouby
na 200°C.

Upravená: Nikola Edmonová



5. Časová hodina

5. Průběh je nejlepší
na celém světě

BRAMBOROVÍ ŠNECI

30 dkg vařených brambor
1 dkg soli
1-2 vejce
10 dkg kroupice
20 dkg hrubé mouky
2 lžíce octa

Den předem uvařené brambory
nastrouháme. Přidáme mouku, kroupici,
sůl, vejčka, ocet. Rukama zpracujeme
těsto.

Na pomoučeném vále uvalujeme
tenké delší válečky, které stočíme
do spirál = šneků.

Šneky smažíme na pánvi na centi-
metrové vrstvě sádla dozlatova.

Pak je položíme na papírový ubrousek,
který vsákne přebytečný tuk.

Šneci jsou báječnou přílohou k dušové
zelenině či špenátu.

Naše babičky z tohoto těsta tvořily
šneky (podle počtu dětí) a zatímco
se oběd dovářel, usmažily šneky
na másle a ještě horké obalily
v moučkovém cukru. Byla to pře-
dehra svátečního oběda pro nedoči-

kavé děti.

Dobrou chuť!



Vypracovala : Veronika Roušarová
bř. učitelka 5. třídy



10. K

J. Elgin

Amca B

Andrea

Niki.S

Funder
Telhoral

Ade'ly ♡

Mark

N. Gilmov. 01

Veron ZP

g. 22

Min. Feb

Adel

**UKELANA
ČENSKA**

Anel

Pavel

Vasicek

Connechi - A
Nigro

5-4-V.

V. Roušarová ♥