

**Střední škola hotelnictví
a společného stravování,
TEPLICE NAD METUJÍ**



WORKSHOP

REGIONÁLNÍ KUCHYNĚ

BROUMOVSKA



MENU

Kroupový salát se zeleninou



*Krémová česnečka s křutony
a čerstvou petrželkou*



*Filátko ze pstruha s bylinkami
na másle, grilovaná cuketa*



Pavlišovský řízek v moderním kabátku



Sliváky s mákem a vanilkovým přelivem

Receptury

Hmotnost je uvedena na 10 porcí

Kroupový salát se zeleninou

<i>Kroupy</i>	<i>300 g</i>
<i>Okurka salátová</i>	<i>500g</i>
<i>Papriky barevné</i>	<i>300 g</i>
<i>Rajčata</i>	<i>300 g</i>
<i>Ledový salát</i>	<i>300 g</i>
<i>Olivový olej</i>	<i>100 g</i>
<i>Vinný bílý ocet</i>	<i>50 g</i>
<i>Bylinková sůl</i>	<i>20 g</i>
<i>Med</i>	<i>100 g</i>
<i>Pepř bílý mletý</i>	<i>3 g</i>
<i>Zakysaná smetana</i>	<i>200 g</i>
<i>Česnek utřený</i>	<i>50 g</i>
<i>Dýňová semínka</i>	<i>50 g</i>

Ječné kroupy propláchneme v cedníku, namočíme na hodinu do studené vody a uvaříme s trochou soli doměkka. Scedíme, propláchneme, necháme vychladnout a vysypeme do velké mísy. Pokrájíme salátovou okurku, barevné papriky, rajčata, hlávkou ledového salátu a vmícháme do mísy ke kroupám. Připravíme zálivku z panenského olivového oleje, bílého vinného octa, bylinkové soli, medu, čerstvě mletého pepře, zakysané smetany a utřeného česneku. Zálivku promícháme se salátem.

Na talíři posypeme dýňovými semínky.

Podáváme s tmavým celozrnným pečivem.

Krémová česnečka s krutony a čerstvou petrželkou

Máslo	250g
Cibule	200 g
Mouka hladká	300 g
Hovězí vývar	2500 g
Smetana 12%	500 g
Česnek	150 g
Zelená petrželová nat'	50 g
Sůl	10 g
Pepeř bílý	3g
Pečivo - bílé	3 ks

Do hrnce dáme pomalu rozehrát máslo. Česnek prolisujeme nebo nastrouháme a přidáme k máslu společně s nakrájenou cibulí, vše zpěníme, potom přisypeme hladkou mouku a uděláme jíšku, zalijeme hovězím vývarem, provaříme, rozmixujeme, vlijeme smetanu, dochutíme a posypeme čerstvou zelenou petrželkou.

Filátko ze pstruha na másle s bylinkami a grilovanou zeleninou

Pstruh	5 ks
Máslo	400 g
Bylinková směs	50 g
Rybí koření	50 g
Sůl	30 g
Rajčata	10 ks
Cuketa	1000 g
Olivový olej	100 g

Ze pstruha připravíme 2 filety, posypeme bylinkovou směsí, osolíme a okořeníme kořením na ryby, pokapeme máslem, vložíme na chvíli do lednice. Poté restujeme na pánvi po obou stranách do zlatavé barvy.

Přílohou je grilovaná přírodní zelenina.

Pavlišovský řízek s dušeným zelím a perníkovým knedlíčkem

<i>Vepřová kotleta</i>	<i>1200 g</i>
<i>Vejs</i>	<i>4 ks</i>
<i>Kukuřičné lupínky</i>	<i>500 g</i>
<i>Olej</i>	<i>1000 g</i>
<i>Sůl</i>	<i>50 g</i>

Z vepřové pečeně nakrájíme řízky, osolíme, obalíme ve vejcích a rozdrcených kukuřičných lupíncích, buď je smažíme v oleji, nebo je pokapeme olejem a pečeme v troubě.

<i>Zelí bílé</i>	<i>1500 g</i>
<i>Cibule</i>	<i>300 g</i>
<i>Sůl</i>	<i>50 g</i>
<i>Cukr</i>	<i>200 g</i>
<i>Ocet</i>	<i>150 g</i>
<i>Olej</i>	<i>200 g</i>

Hlávku čerstvého zelí nakrájíme, přidáme sůl, kmín, vodu a dusíme do polo-měkka, přidáme cukr, ocet a ještě chvíli dodusíme-

<i>Mouka hrubá</i>	<i>200 g</i>
<i>Vejs</i>	<i>6 ks</i>
<i>Mléko</i>	<i>750 g</i>
<i>Pečivo bílé – kostky</i>	<i>600 g</i>
<i>Máslo</i>	<i>120 g</i>
<i>Sůl</i>	<i>50 g</i>

Perník na strouhání 150 g

Petrželka zelená 50 g

Žemli nakrájíme na kostičky, připravíme si směs mléka, hrubé mouky, vajec, soli, zelené petrželky, nastrouhaného perníku a touto směsí kostky zalijeme. Promícháme a tvarujeme malé knedlíčky. Vložíme do vroucí vody a vaříme asi 15 minut.

Sliváky s mákem a vanilkovým přelivem

Droždí 30 g

Cukr krupice 100 g

Mléko 350 g

Mouka hladká 750 g

Vejce 80 g

Citronová kůra 20 g

Sůl 5 g

Máslo 300 g

Maňová náplň 600 g

Puding 70 g

Mléko 1 l

Cukr krupice 100g

Vanilkový cukr 100 g

Na domácí buchty si připravíme kynuté těsto z hladké mouky, cukru, mléka, droždí, vajec, citronové kůry, soli a másla, dobře propracujeme, necháme vykynout a poté vykrajujeme bochánky, které naplníme maňovou náplní, necháme nakynout, pečeme v troubě, mezitím si připravíme vanilkový krém z mléka, pudingu, cukru a vanilkového cukru, můžeme dochutit rumem.

Regionální kuchyně BROUMOVSKO

České země jsou poměrně malý územní celek na to, aby se zde vyskytovaly velké rozdíly mezi kuchyněmi jednotlivých regionů. V dostupné literatuře však převládá názor, že určité regionální odlišnosti se zachovaly. Už samotné vymezení regionů je značně problematické a v jednotlivých zdrojích se může lišit.

Ve východních Čechách, pod které spadá oblast Broumovska, je takovouto tradiční oblastí Podkrkonoší. Broumovsko, vzhledem ke své sudetské příslušnosti a německé minulosti, se v etnologické ani gastronomické literatuře nevyskytuje jako svébytná oblast. Avšak vzhledem k poválečnému vývoji a doosídlování, kterého se z velké části účastnili lidé z jiných částí východních Čech, tedy i z Podkrkonoší, může být dobrým zdrojem informací kuchyně obecně východočeská i kuchyně jiných částí východních Čech.

Teoreticky bychom mohli začít už s Domácí kuchařkou Magdaleny Dobromily Rettigové, která prožila většinu svého života právě ve východních Čechách. Pro zajímavost zde uvádím část doslovu k jejímu vydání z roku 1986, kde si můžeme přečíst její hodnocení z dnešního pohledu. „Používalo se značné množství zeleniny, z níž se již některé druhy nepěstují a jiné se jen dovážejí (kupř. se u nás nepěstuje chřest a dováží se konzervovaný). Byl větší výběr masa jatečného původu (telecí maso se zřejmě v domácnostech středních a vyšších vrstev až přejídalo), drůbeže, zvěřiny, ryb a vnitřností různého druhu. Byla i větší nabídka „malých ptáčků“, tj. sluk, kvíčal a dalších... Velmi často se připravovaly a kombinovaly různé potraviny v pokrmech s raky. Pokrmy s raky patřily i mezi povolené pokrmy postní. Račí máslo, slané, ale i sladké pokrmy s raky, kteří jsou pro nás dnes nedostupné, nebyly vzácností. V Kuchařce je na tehdejší dobu a na to, že se jedlo převážně jen v kruhu rodiny, uveden široký sortiment pokrmů, a to jak polévek a pokrmů z masa, tak příloh. Velkou část zabírají i bezmasé pokrmy, nákypy z různých potravin, které jsou vhodné i pro náš dnešní stůl.“ Z hlediska racionální výživy autorka Kuchařce vytýká především hojné používání másla a vajec. Dostáváme k otázce, jak „starou“ kuchyni lze označit za skutečně typickou, regionální a bez cizích vlivů. Odpověď je stejná: individuální, skutečně regionální kuchyně u nás prakticky neexistuje – lze jen

specifikovat určité pokrmy, které se díky častému vaření v určité lokalitě staly natolik známými a s konkrétními oblastmi spojenými, že se o nich začalo mluvit jako o pokrmech typicky regionálních. Typickým příkladem jsou třeba bramborové šišky, které pod různými názvy najdeme ve všech regionech Čech a Moravy a považujeme je za tradiční venkovský pokrm.

V Podkrkonoší je mezi tradičními recepty především kyselo. „Toto znamenité spojení prastaré polévky z chlebového kvasu s novými brambory je bohužel omezeno jen na severní a severovýchodní Čechy, a to Podkrkonoší a podhůří Orlických hor“. Vařilo se hodně z brambor – bramboráky, strouhanec, sejkory, hanušky, kramfleky nebo chlupaté knedlíky. Přičemž právě kramfleky jsou spojovány s Náchodskem, tedy potažmo i Broumovskem. Mezi typické pokrmy Podkrkonoší zařadila autorka i ovocné polévky, zvané též rambulice. Připravovaly se v létě z ovoce čerstvého, například z jablek, hrušek, švestek, třešní nebo borůvek, nebo v zimě z ovoce sušeného. Podle autorky pochází ovocné polévky původně z Německa a v čistě českých krajích se nevařily. Broumovsko bylo do roku 1945 převážně německé, takže by se tu vaření ovocných polévek mohlo částečně zachovat. Dále autorka zmiňuje kozí sýry, hořické trubičky nebo suchary.

Setkáváme se také s chlupatými knedlíky, hubníkem, kramfleky nebo nově s okropovou polévkou, hop do vody nebo náchodským chlebovníkem (nastrouhaný chléb pokladený škvarky, navlhčený mlékem a zapečený v troubě).

Podíváme-li se na východočeskou kuchyni z hlediska surovin, nejvíce používané jsou jednoznačně brambory. Často se v místních jídlech vyskytují i houby, mléko, případně ovoce. Všechno to jsou suroviny, které nejsou příliš náročné na přírodní podmínky a mohou se pěstovat, případně chovat, i v méně úrodných oblastech.