

svazek 31

**KNIHOVNIČKA**

**Meduňky**



**Bramborová  
kuchařka**

*Marcela Šebestová*

# Bramborová kuchařka



*Marcela Šebestová*

# Bramborová kuchařka



*Marcela Šebestová*

K4K Publishing, s.r.o.  
Svazek 31/16

© Marcela Šebestová, 2016  
Illustrations © Edita Plicková, 2016  
ISSN 1804-655x  
ISBN 978-80-905889-6-7



## NA ÚVOD TROCHA HISTORIE

Co víme o historii potravin, které jíme nebo připravujeme pro své blízké? Možná že nic, anebo velmi málo. Tato knížka plná receptů jídel, připravovaných z brambor, mě přiměla podívat se na brambory trochu podrobněji.

Brambory neměly vždy své místo na stolech našich slovan-  
ských předků, bramborová kvetoucí pole nezdobila vždy naši  
líbeznou krajinu. Brambory jsou vlastně potravinou cizího pů-  
vodu – dostaly se k nám do Evropy z Jižní Ameriky, kde je pěst-  
ovali Inkové ve vysoko položených oblastech And současného  
Peru a Bolívie a pak také obyvatelé pobřežních oblastí Chile.

Jich výskyt na evropském kontinentu souvisí se zámořskými  
objevy, přivezli je dobyvatele Ameriky na konci 16. a počátku  
17. století. Zprvu byly brambory pěstovány jako okrasná rostlina  
v zámeckých parcích, první uvařené brambory se na stole obje-  
vily při hostině pořádané Ludvíkem XIII., a byly proto zprvu po-  
važovány za pochoutku.

V Čechách se brambory začaly pěstovat za císařovny Marie  
Terezie, která je nechala přivést z Pruska. Tehdy v hladových  
letech zachránily mnoho lidí od smrti hladem.

Brambory jsou zdrojem vlákniny, vitaminů, především C a B,  
a nerostů jako draslík, hořčík a železo. Na rozdíl od mouky ne-  
obsahují lepek, jsou proto velmi vhodné pro lidi trpící celiakií.

Jsou oblíbenou a váženou potravinou – svědčí o tom i rok  
2008, který byl vyhlášen jako Mezinárodní rok brambor.

Až tedy půjdete kolem kvetoucího pole brambor, potěšte se  
pohledem na něžnou krásu květů a vězte, že potěšení vás čeká  
i při konzumaci nejrůzněji upravených brambor.

# POLÉVKY



## BABIČČINA BRAMBOROVÁ POLÉVKA

*700 g brambor, 1 velká mrkev, 1 petržel, kousek celeru, 1 cibule, brst sušených hub, 5 stroužků česneku, mletý kmín, sůl, majoránka, 10 lžic krup, 50 g másla, 50 g polohrubé mouky*

V osolené vodě uvaříme na kostičky nakrájené brambory, očištěnou a na hrubém struhadle nastrouhanou kořenovou zeleninu, cibuli a houby s kmínem. Kroupy uvaříme v osolené vodě zvlášť. Když jsou brambory měkké, přidáme kroupy, zahustíme světlou jíškou z mouky a másla. Necháme provařit a nakonec kořeníme utřeným česnekem a majoránkou.

## BRAMBOROVÁ SMETANOVÁ POLÉVKA

*500 g brambor, 300 g čerstvých hub, kmín, sůl, 250 ml smetany, 2 lžíce hladké mouky, 2 bobkové listy, 4 kuličky celého pepře, 2 lžičky octa, 4 vejce*

V hrnci vaříme oloupané, na kostičky nakrájené brambory, plátky hub, kmín, koření a sůl. Ve smetaně rozkvedláme hladkou mouku, vlijeme do polévky a krátce povaříme. Nakonec dochutíme octem, nasekaným koprem a podle potřeby dosolíme. Zvlášť uvaříme v octem okyselené a osolené vodě ztracená vejce, která přidáme do jednotlivých porcí.

### RYCHLÁ BRAMBOROVÁ POLÉVKA

*750 g brambor, 1 střední mrkev, 1 petržel, kousek celeru, miska čerstvých hub, 2 vejce, jíška z 50 g másla a 40 g hladké mouky, sůl, 3 stroužky česneku, majoránka*

Oloupané brambory a očištěnou zeleninu nakrájíme na kostičky, houby na plátky a vaříme v osolené vodě. Mezitím si připravíme jíšku z másla a mouky, vmícháme ji do polévky, provaříme a nakonec vlijeme rozšlehaná vejce. Kořeníme utřeným česnekem a majoránkou.

### ČERVENÁ BRAMBOROVÁ POLÉVKA

*700 g brambor, 1,5 l vývaru z kostí, 60 g anglické slaniny, 1 cibule, 1 lžičce sladké mleté papriky, 2 stroužky česneku, 125 ml sladké smetany, 2 lžičce hladké mouky, 2 nožičky párku, sůl*

Cibuli a slaninu nakrájíme na kostičky a osmažíme v hrnci do zlatova. Zasypeme sladkou paprikou, přidáme nakrájené brambory, zalijeme vývarem a vaříme 20 minut. Smetanu rozmícháme s hladkou moukou, vlijeme do polévky a za stálého míchání provaříme. Párky nakrájíme na kolečka a přidáme do polévky. Nakonec okořeníme česnekem utřeným se solí.

### KRAKONOŠOVA KYSELÁ POLÉVKA

*300 g brambor, 50 g sušených hub, 50 g másla, 250 ml zakysané smetany, 3 vejce, 1 cibule, kmín, sůl*

Sušené houby namočíme asi na dvě hodiny do studené vody. Pak přidáme kostičky oloupaných brambor, sůl, kmín a vaříme



do měkka. Drobně nakrájenou cibuli osmažíme na másle do zlatova. Do hotové polévky přidáme nasekaná vařená vejce, osmaženou cibuli a zalijeme zakysanou smetanou. Necháme prohřát, ale už nevaříme.

### FALEŠNÁ GULÁŠOVÁ POLÉVKA

*50 g slaniny, 1 cibule, 500 g brambor, 1 mrkev, 200 g rajčat, 1 lžičce hladké mouky, 1 lžičce sádla, mletá sladká paprika, sůl, kmín*

Drobně nakrájenou slaninu rozškvaříme, přidáme lžičci sádla, nakrájenou cibuli, kmín, nastrouhanou mrkev, opečeme, zasypeme paprikou a hladkou moukou. Zalijeme studenou vodou, osolíme, vložíme kostičky brambor a oloupaná, nasekaná rajčata. Vaříme do měkka.

### UHERSKÁ GULÁŠOVÁ POLÉVKA

*250 g hovězího masa, 50 g sádla, 1 cibule, 100 g kořenové zeleniny, 300 g brambor, 50 g rýže, mletá sladká paprika, sůl, pepř*

Drobně nasekanou cibuli osmažíme na sádle, zasypeme sladkou paprikou, přidáme na kostičky nakrájené hovězí maso, nastrouhanou zeleninu, opečeme a vaříme do poloměkka. Vložíme kostičky brambor, spařenou rýži a vaříme do měkka. Podle chuti opeříme a osolíme.

## BRAMBOROVÝ OUKROP

*5 větších brambor, mletý kmín, špetka mletého zázvoru, mletý pepř, 1 lžičce majoránky, 5 stroužků česneku, sůl, 1 lžičce sádla, sekaná petrželka*

Brambory oloupeme, nakrájíme na kostičky a vaříme v osolené vodě s kmínem, pepřem a zázvorem. Když brambory změknou, přidáme česnek utřený se solí, omastíme a okořeníme majoránkou a sekanou petrželkou. Podáváme s kostičkami osmaženého chleba.

## BRAMBOROVÁ ČESNEČKA

*500 g brambor, 150 g kořenové zeleniny, 2 vejce, 10 stroužků česneku, kmín, sůl, 2 lžičce másla, 100 g strouhaného sýra*

Brambory nakrájíme na kostičky, očištěnou zeleninu nastrouháme a vaříme s kmínem v osolené vodě do změknutí. Přidáme utřený česnek se solí a rozšlehaná vejce. Necháme srazit a omastíme máslem. Úplně vařící polévku naléváme do talířů, na něž jsme rozdělili hrubě nastrouhaný sýr.

## BRAMBOROVÁ POLÉVKA S KRUPKAMI

*400 g brambor, 150 g kořenové zeleniny, kousek kapusty, hrst sušených hub, 4 lžičce trhaných krupěk, 50 g tuku, 30 g hladké mouky, sůl, kmín, majoránka, 3 stroužky česneku*

Sušené houby namočíme do studené vody. Očištěné brambory a zeleninu nakrájíme na kostičky, kapustu na nudličky, přidáme namočené houby, osolíme a vaříme do poloměkka.

Přidáme spařené krupky a dovaříme. Zahustíme zlatou jíškou, provaříme a nakonec vmícháme utřený česnek se solí a majoránku.

### BRAMBOROVÁ POLÉVKA S HRACHEM

*600 g brambor, 200 g zeleného hrachu, 50 g tuku, 40 g hladké mouky, 1 párek, 3 stroužky česneku, sůl, pepř, majoránka*

Den předem namočíme do studené vody hrách, druhý den ho uvaříme do měkka. V jiném hrnci uvaříme na kostičky nakrájené brambory. Z tuku a hladké mouky uděláme světlou jíšku, zahustíme vařené brambory, přidáme hrách, kolečka párku, utřený česnek, pepř a majoránku.

### NÁMOŘNICKÁ POLÉVKA

*500 g brambor, 200 g fazolí, 250 g uzeného masa, 1 pórek, 2 bobkové listy, 4 celé pepře, sůl, malý rajčatový protlak, 2 stroužky česneku, zelená petrželka*

Den předem namočené fazole vaříme s uzeným masem nakrájeným na kostičky a s kořením do poloměkka. Přidáme kolečka pórku, nakrájené brambory, rajský protlak a dovaříme. Podle potřeby osolíme, vmícháme utřený česnek a sekanou petrželku.

## ITALSKÁ BRAMBOROVÁ POLÉVKA

*400 g brambor, 2 mrkve, 300 g celeru, 2 mladé pórky, 400 g rajčat, 150 g zmrazeného hrášku, 2 stroužky česneku, 1 lžičce oleje, zeleninový bujon, bazalka, sůl, pepř, 100 g goudy*

Brambory, mrkev a celer oloupeme a nakrájíme na kousky. Cibuli a česnek oloupeme a nasekáme, v hrnci rozpálíme olej a všechnu zeleninu opečeme, zalijeme vodou, přidáme bujon a pod pokličkou vaříme 15 minut. Spařená, oloupaná rajčata nakrájíme na malé kousky a spolu s hráškem přidáme do polévky 5 minut před dovařením. Opepříme, podle potřeby osolíme, přidáme nasekanou bazalku a polévku podáváme posypanou strouhaným sýrem.

## BRAMBOROVÁ POLÉVKA S POHANKOU

*500 g brambor, 150 g kořenové zeleniny, 1 cibule, 4 stroužky česneku, olej, masox, sůl, hrst loupané pohanky, petrželová nať*

Na oleji zpěníme nakrájenou cibuli a česnek, přidáme nakrájené brambory, nastrouhanou kořenovou zeleninu, zalijeme vývarem z masoxu a vaříme, nakonec přidáme hrst loupané pohanky. Odstavíme, přikryjeme pokličkou, počkáme, až pohanka změkne, a můžeme podávat. Na talířích zdobíme petrželkou.

## BRAMBOROVÁ POLÉVKA S HLÁVKOVÝM ZELÍM

*250 g brambor, 200 g hlávkového zelí, 1,5 dl smetany, 40 g hladké mouky, 100 g salámu, 50 g anglické slaniny, 1 lžičce másla, sůl, kmín, pepř, ocet podle chuti*

Hlávkové zelí zbavíme košťálů a nakrájíme na nudličky, oloupané brambory na kostičky a vaříme v osolené vodě s kmínem. Smetanu dobře promícháme s hladkou moukou a vlijeme do polévky, když už jsou brambory a zelí téměř měkké. Dochutíme pepřem, octem, dosolíme a krátce povaříme. Mezitím rozpustíme na kostičky nakrájenou slaninu a salám. Společně osmažíme do zlatova a vložíme do polévky. Před podáváním přidáme lžíci másla.

### VALAŠSKÁ KYSELAČKA

*5 větších brambor, 2 hrsti sušených hub, 400 g kysaného zelí, 250 g uzeného masa, 1 papriková klobása, 4 bobkové listy, sůl, pepř, 4 stroužky česneku, 200 ml smetany, hladká mouka*

Oloupané brambory nakrájíme na kostky, přidáme houby, kmín, bobkový list a sůl. Vaříme do změknutí. V jiném hrnci vaříme kysané zelí a uzené maso. Měkké zelí a na kostičky nakrájené uzené maso přidáme k bramborám spolu s kolečky klobásy. Ve smetaně rozmícháme hladkou mouku a polévku tím zahustíme. Krátce povaříme, podle potřeby ochutíme octem a před podáním vyjmeme bobkové listy.

### BRAMBOROVÁ POLÉVKA SE ŠPENÁTEM

*300 g brambor, 1 l vývaru z kostí nebo masoxu, 150 g mraženého špenátového protlaku se smetanou, sůl, mletý pepř, majonéza, 30 g tuku, 1 cibule, 1 nožička párku, 2 vařená vejce*

Oloupané, na kostičky nakrájené brambory vaříme v osolené vodě, po chvíli přidáme špenátový protlak. Na tuku osmahneme drobně nakrájenou cibuli a na ní opečeme kolečka párku a vložíme je do polévky spolu s nasekanými vařenými vejci.

## BRAMBOROVÁ POLÉVKA S MASOVÝMI KNEDLÍČKY

*600 g brambor, 0,5 l vývaru z kostí, 1 cibule, 200 g kořenové zeleniny, 1 bobkový list, sůl, pepř, majoránka, 80 g slaniny*  
*Knedlíčky: 250 g mletého masa, 1 houska, 1 vejce, špetka majoránky, sůl, pepř*

Ve vývaru vaříme na kostičky nakrájené brambory, nastrouhanou kořenovou zeleninu, nasekanou cibuli, sůl a pepř. Mezitím mleté maso, namočenou housku, vejce, sůl, pepř a majoránku v misce smícháme a z této směsi v dlaních vytváříme malé knedlíčky, které vložíme do polévky a vaříme je v ní 8 minut. Slaninu s pokrájenou cibulí osmažíme do zlatova a dáme do polévky. Kořeníme majoránkou.

## POLÉVKA VÍDEŇSKÝCH FIAKRISTŮ

*250 g párků, 100 g slaniny, 300 g brambor, 1 velká cibule, 2 stroužky česneku, 1 lžíce octa, 1 lžička mleté sladké papriky, špetka pálivé papriky, 1 malý rajský protlak, 1 lžička cukru, majoránka, sůl, sekaná zelená petrželka*

V polévkovém hrnci rozškvaříme na kostičky nakrájenou slaninu a drobně nasekanou cibuli. Osmahneme do zlatova, přidáme na kolečka nakrájené párky, opečeme, zakápneme octem a zasypeme paprikou, přidáme rajský protlak, cukr, sůl a zalijeme vodou. Promícháme a zvolna vaříme. Vložíme na kostičky nakrájené brambory, a když změknou, okořeníme polévku česnekem utřeným se solí a majoránkou.