

ZÁKLADNÍ ŠKOLA NOVÁ PAKA, HUSITSKÁ 1695  
absolventská práce



# Regionální menu

Jirka Nezbeda

Vedoucí absolventské práce: Mgr. Šárka Polmanová

Předmět: Český jazyk, občanská výchova, dějepis

Školní rok: 2019 – 2020

Prohlašuji, že jsem absolventskou práci vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a materiálů. Všechny použité zdroje jsem citoval.

Souhlasím s tím, aby má absolventská práce byla k dispozici zájemcům o její studium.

V Nové Pace 13. 6. 2020

## Úvod

Mezi mé koníčky patří vaření, a tak téma – Regionální menu – bylo jasnou volbou. O starých receptech jsem nic nevěděl, ani co je kromě kysela typické podkrkonošské jídlo. Lákalo mě, jak budu vyhledávat, který z mnoha typických pokrmů mého kraje vyzkouším úplně sám. Naučím se a zároveň osvěžím i mé rodině recepty, na které se už zapomnělo.

Cílem práce je ukázat, že máme zajímavá velmi chutná a vlastně jednoduchá jídla v Podkrkonoší, která zvládne uvařit i žák 9. třídy.

<u>Obsah:</u> Bramboračka	str. 5-9
Kynuté bramborové vdolečky se sýrem	str. 10-12
Trhanec	str. 13-14

## **Bramboračka**

### Historie:

Brzy po rozšíření brambor do české kuchyně se právě brambory staly základem mnoha polévek, z nichž bramborová patřila k nejoblíbenějším. Její příprava nebyla příliš složitá, suroviny pocházely z domácích zdrojů a talíř polévky s krajícem chleba zasytil i náročného strávníka. Hospodyně nosily tuto polévku také pracujícím na poli jako oběd. Bramboračka si rychle našla své místo na venkově a časem zdomácněla i v městských kuchyních.

### Suroviny:

**2 l vody, 500 g brambor, sůl, hrst sušených hub, 2 vrchovaté lžíce hladké mouky, 30 g sádla, 20 g másla, 1/2 celeru, 2 mrkve, 1 petržel, 2 stroužky česneku, majoránka, zelená nať (petržel, pažitka, libeček)**

### Postup:

Brambory nakrájíme a dáme vařit do vody, osolíme a přidáme houby. Nakrájíme mrkev, celer a petržel a osmažíme je na másle. Na pánvi rozehtějeme sádlo, přidáme mouku a vytvoříme jíšku. Zředíme trochou vody a přidáme spolu s osmahnutou zeleninou, když jsou brambory skoro uvařené. Nakonec přidáme rozetřený česnek, majoránku a nakrájenou zelenou nať.

## Bramboračka Obrázky:



Obr. 1  
Suroviny



Obr. 2 Oškrabané brambory



Obr. 3 Houby ve vodě



Obr. 4 Nakrájené brambory



Obr. 5 Brambory s houbami



Obr. 6 Nakrájený celer, mrkev a petržel



Obr. 7 Smažení celeru, mrkve, petržele



Obr. 8 Jíška





Obr. 9 Rozetřený česnek s majoránkou



Obr. 10 Bramboračka

## **Kynuté bramborové vdolečky se sýrem**

Historie: Dříve se toto jídlo podávalo při slavnostnějších příležitostech. Vařilo se většinou jako hlavní jídlo v mnoha obměnách a s mnoha druhy příloh.

### Suroviny:

**500 g vařených brambor, 200 g hrubé mouky, sůl, 1 vejce, 100 g tvrdého sýra, 20 g droždí, 1/2 lžičky cukru, 4 lžíce mléka, olej na smažení**

### Postup:

Den předem uvařené brambory oloupeme, umeleme na masovém mlýnku, doplníme solí, vejcem, moukou a nastrouhaným sýrem. Do vlažného mléka dáme cukr, rozdrobíme droždí a přikryté necháme vykynout. Pak přidáme k ostatním potravinám a na vále vyválíme silnější plát, vykrajujeme vdolečky a hned je smažíme na rozehřátém oleji po obou stranách. Můžeme podávat se špenátem.

Kynuté bramborové vdolečky Obrázky:



Obr. 1 Hrubá mouka Obr. 2 Cukr krystal



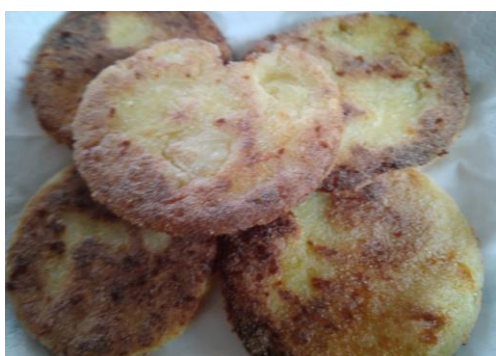
Obr. 3 Mléko polotučné Obr. 4 Droždí



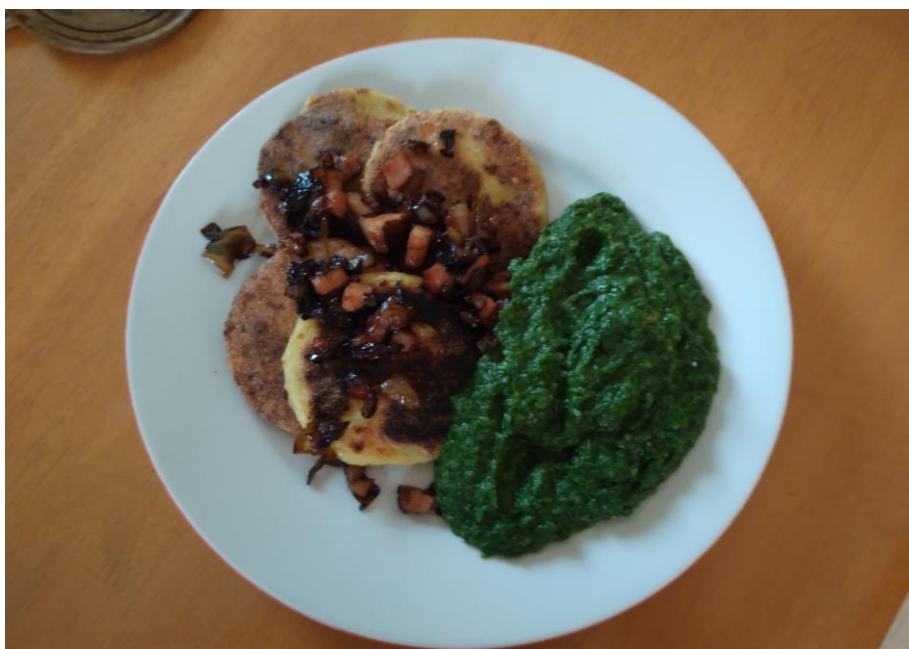
Obr. 5 Uvařené brambory Obr. 6 Nakynuté droždí



Obr. 7-8 Těsto



Obr. 9 Vdolečky



Obr. 10 Vdolečky se špenátem, cibulí a slaninou

## Trhanec

### Historie:

Trhanec je staročeské jídlo a má mnoho krajových obměn. V Podkrkonoší se trhanec často jedl se švestkovým kompotem a posypaným mletým mákem.

### Suroviny:

**250 ml mléka, špetka soli, 5 vajec, hladká mouka nebo jemná krupice, máslo, cukr, ovoce, ovocná šťáva, kompot**

### Postup:

V mléce rozmícháme vejce, sůl a mouku nebo krupici podle potřeby, aby vzniklo těsto. Na pánvi rozežřejeme máslo, nalijeme těsto a chvíli opékáme, pak pomocí dvou vidliček těsto roztrháme a opékáme dále ze všech stran. Upečené kousky musí mít kůrčičku. Posypeme cukrem. Navrch klademe čerstvé ovoce, poléváme ovocnou šťávou nebo ovocným kompotem.

## Trhanec Obrázky:



Obr. 1 Suroviny



Obr. 2 Těsto



Obr. 3 Trhanec

s broskvemi a broskvovou šťávou

Závěr:

Toto téma mě moc bavilo. Recepty, které jsem vyhledal, nebyly náročné na suroviny ani přípravu a všem to vždy moc chutnalo. Z Podkrkonoší pocházejí další zajímavé a velmi jednoduché recepty, které určitě ještě vyzkouším. Toto menu má určitě svoje místo i v dnešní době a je škoda, pokud na typická jídla našich babiček zapomínáme.

## Zdroje:

1. <https://www.hkregion.cz/dr-cs/100758-bramboracka-zahustena-jiskou.html>
2. <https://www.hkregion.cz/dr-cs/100764-kynute-bramborove-vdolecky-se-syrem.html>
3. <https://www.hkregion.cz/dr-cs/100769-trhanec.html>