



EMMA

a šéfkuchaři

UŽIJTE SI SPOLEČNÉ VAŘENÍ PODLE RECEPTŮ
ČESKÝCH KULINÁŘSKÝCH OSOBNOSTÍ

MLADÁ FRONTA

Emma a šéfkuchaři

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.mf.cz
www.albatrosmedia.cz



Kateřina Černá

Emma a šéfkuchaři – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2021

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

MLADÁ FRONTA

EMMA *a šéfkuchaři*

UŽIJTE SI SPOLEČNÉ VAŘENÍ PODLE RECEPTŮ
ČESKÝCH KULINÁŘSKÝCH OSOBNOSTÍ

EMMA *a šéfkuchaři*

UŽIJTE SI SPOLEČNÉ VAŘENÍ PODLE RECEPTŮ
ČESKÝCH KULINÁŘSKÝCH OSOBNOSTÍ

MLADÁ FRONTA

34/ MILOŠ STANĚK

Když vaří táta aneb co dům dal.

Český Eintopf, tátova krémová polévka

50/ FILIP SAJLER

Kuře v hlavní roli a Filipovy rodinné

recepty. Kukuřičná polévka, Chicken

Sandwich, risotto s kuřecími prsíčky



70/ NIKOLETA KOVÁČOVÁ

Veganské dobroty od Surové dcérky.

Vajíčková pomazánka s domácí majonézou, brynzové pirohy, hlívkový guláš

88/ MAREK FICHTNER

Šéfkuchař z trezoru a jeho podzimní

menu. Královské vejce Royal na

kukuřičné placce, krémová kaštanová

polévka se smrži



102/ JANA KRÁLIKOVÁ

Asijské menu v zásadě zdravém

duchu. Poke bowl s restovaným

lososem, kuřecí špízy Satay

s arašídovým dipem, nesmažené

závitky s krevetami

118/ JAN PUNČOCHÁŘ

České menu přímo od

Masterchefa. Chřestová

polévka s pošírovaným vejcem

a parmazánem, kuře na paprice

s pečenými paprikami a zakysanou

smetanou, perník



138/ HANA ZEMANOVÁ

Biomenu od nejznámější biokuchařky.

Sluneční nápoj, fazolová polévka, letní salát z quinoj, rajčatová omáčka s fazolemi, zapečená quinoa s rajčatovou omáčkou, tvarohový dortík s ovocem

164/ MARTIN STANĚK

Letní menu ze sezonních surovin.

Drůbeží paštika v křupavé kremoli s hruškovým čatní, krém z uzeného pstruha a kefíru s mladými brambůrkami a kaviárem, meringue s vanilkovou smetanou a čerstvým ovocem

182/ MARTINA MULDOON

Nedělní menu od královny Gourmet Academy.

Lososová polévka s kukuřicí, šafránové rizoto, malinová bábovka s citronovou polevou a pistáciemi

198/ GIANFRANCO COIZZA

Italské menu od rodáka ze Sardinie.

Tagliatelle alla bolognese, mozzarelline in carrozza con crema di zucca

210/ LUCIE STAŇKOVÁ

Zdravý fastfood od maminky. Domácí hranolky z čerstvých brambor, cuketová pizza, dýňová bábovka

226/ JOSEF MARŠÁLEK

Sladké menu od cukráře celebrit. Lívaňečky s banánem, jogurtem a granolou, mrkvový chlebiček s ananasem a meruňkami, buchtičky s krémem

242/ EMMA STAŇKOVÁ

Naše rodinné recepty na bylinkové nápoje.

Sirupy a limonády, šťáva z mladých smrkových výhonků, pampeliškový med, čajové směsi

256/ KATEŘINA ČERNÁ

Vánoční menu bez lepku. Pohankový kuba s houbami a kysaným zelím, grilovaný pstruh s rozmarýnovým máslem a bramborovými chipsy

264/ NÁDOBÍ V HLAVNÍ ROLI

266/ SLOVNÍČEK





předmluva

Moje přátelství s Emmou začalo před pár lety, kdy ještě jako malá holčička připravovala sendviče z mechu a lučních květin pro víly a já jsem zrovna to léto přijela psát příběh staré školy, ve které si její rodina zařídila letní byt. Na první pohled mě tenkrát upoutal nápis na průčelí: „Umění je jmění“. Na takovém jmění je skvělá ta věc, že jej můžete rozdávat donekonečna a vůbec vám z něj neubude. Emma sbírala bylinky, proháněla se po louce, courala v lese, trhala švestky, rajčata, dokonce sama vykopala brambory, ze kterých jsme pak uvařily skvělou bramboračku s čerstvě nasbíranými hříbků. V té chvíli mi došlo, že možná jiné městské děti nemusí vědět, jak se pěstuje mrkev a kolik vody potřebuje rajče, aby vyrostlo. A ani to, jaká síla je v jednoduchosti a opravdových poctivých surovinách, ze kterých je radost vařit. Z holčičky Emmy se ale stala v průběhu let našeho setkávání teenagerka se spoustou zájmů, která hledá, co ji bude bavit napořád. Jednou z jejích zálib je momentálně i vaření, odmalička je totiž obklopená tím nejkrásnějším nádobím ze všech koutů světa, co prodává její táta, který navíc skvěle vaří. A protože si obě rády zveme hosty a ti mají různé chutě, rozhodly jsme se vytvořit knihu receptů pro každou situaci. Na své si přijde Emmina kamarádka veganka, ale také samozřejmě všichni, co si bez řízku nedokážou nedělní oběd ani představit. Stejně chutné a voňavé recepty jsme připravily pro ty, kdo nesmějí mléko nebo lepek, ale ani milovníci fastfoodu nepřijdou zkrátka. Naučíme je jíst hranolky z opravdových brambor a neuvěřitelně dobrou pizzu z cuket. Největší výzvou pro nás bylo, aby recepty zůstaly natolik jednoduché, že je zvládne skoro každý spolužák z Emminy třídy, a přitom tak dobré, že se z nich stanou oblíbená rodinná jídla. A koho jsme si vzaly na pomoc? No přece ty nejlepší z nejlepších, celebrity mezi šéfkuchaři, blogery a všechny, co spojuje kulinářská vášeň. Podle hesla na průčelí jsme se pustily do hledání těch, kteří se chtějí o své umění podělit a nemají strach, že jim z něj ubude. Za sebou máme už spoustu zábavy, vařily jsme dokonce v lodní kuchyni, v trezoru bývalé banky i v michelinské restauraci, užívaly si ty nejsladší dobroty přímo od Pepy Maršálka i vaření společně s Emminými spolužáky.





Rozárka nesmí u ničeho chybět a její skvělý nos odhalí každou laskominu, která se připravuje ve velké kuchyni s kachlovými kamny.







Každý z nás má v sobě spoustu příběhů, které se z paměti vynoří v jen lehounkých obrysech, a najednou je máte před očima jako dokonalý film. Probouzejí je k životu paprsky světla, zvuky a vůně.





Stoletá škola se starou lípou, les, kostel s červenou věží a farou jsou prázdninovou oázou s vůní bylinek a čerstvě uzrálého ovoce. Je tady radost vařit, zvát si hosty nebo jen tak lenořit.







*Připravili jsme zdravé variace na jídlo
z fastfoodu, sladkosti, ze kterých nemusíte mít
výčitky svědomí, a naučili se spoustu dalších
vychytávek od těch nejlepších šéfkuchařů.*