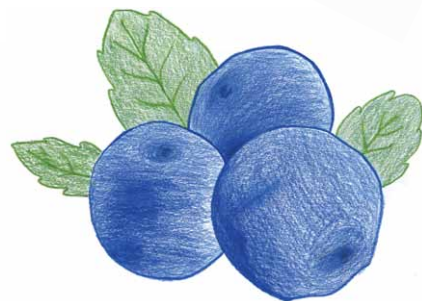


MOUDRÁ KUNRATICKÁ KUCHAŘKA



ŽÁCI 7.A ZŠ KUNRATICE
2015/2016







Úvodní slovo ředitele školy

Je skvělé, že žáci 7. tříd pod vedením paní učitelky Aleny Fáčkové a ve spolupráci s Petrou Wernischovou, Kateřinou Círovou a Jakubem Zvěřinou dali dohromady “Moudrou kunratickou kuchařku”. Láska prochází žaludkem a děti se takto propojily se svými rodiči a prarodiči. Tištěná kuchařka bude na webu školy průběžně doplňována o další recepty. Děkuji všem žákům, kteří se do projektu zapojili. Děkuji projektu Extra třída za podporu.

Mgr. Ing. Vít Beran
ředitel školy

Jak to všechno vzniklo?

Naším nápadem a tímto dopisem Extra třídy.

Dobrý den vážená komise!

Naše základní škola tento rok oslaví 80. narozeniny od založení. Přemýšleli jsme se třídou, jak tohle výročí hezky oslavit. Škola a pan ředitel sice nějakou slavnost plánují, ale napadlo nás také nějak pomoci. Naši rodiče a prarodiče chodili jako děti do stejné školy jako my. Od té doby se toho dost změnilo jak v naší škole jako budově, tak v chování žáků i učitelů. Zajímalo by nás např.: „Jak se dříve děti zabavovaly o přestávkách? Co dělaly po škole? Nebo jak probíhaly vyučovací hodiny? Co nosily děti k svačině?“.

Nakonec nás napadlo, že z receptů místních babiček, maminek i ostatních, kteří tuto ško-

lu navštěvovali, vyrobíme kuchařskou knihu.

Kuchařka by ale nebyla jen tak obyčejná, byla by neobyčejná a úplně netradiční. Recepty už sbíráme, ale chceme do ní doplnit i moudra babiček.

Dále bude obsahovat něco jako životní rady starších a zkušenějších, které si myslíme, že dnešním dětem a mládeži chybějí. Informace o dřívější době nám poskytnou babičky a dědečkové z domova seniorů a z blízkého okolí. O kontakty bychom se postarali společně s našimi spolužáky a jejich rodiči, kteří pochází z Kunratic.

Byla by pro nás čest zrealizovat náš nápad a předat zkušenosti starší generace mladým lidem. Myslíme si, že se na spoustu důležitých věcí zapomíná a že historie je dobrá učitelka do života.

Třída 7. A

Jaký je váš názor na dnešní děti a mládež a o co si myslíte, že jsou ochuzeni a naopak v čem mají výhody?

Dnešní děti mají mnohem více možností, lepší učební pomůcky, ale méně klidu a volnosti.

Protože nemám vnoučata, nemohu toto dost dobře posoudit, ale myslím si, že méně by bylo více. Já vzpomínám na školu často a ráda. Tenkrát jsme měli pány učitele v úctě a respektovali jsme je. Do nové školy jsem v r. 1935 šla do druhého ročníku. Do první třídy jsem chodila u Zavadilů, třída byla ze sálu na zahradě. Ve třídě nás bylo asi 30–35 různě starých dětí, učil nás pan učitel Pancíř.

Mají velké možnosti se všestranně rozvíjet – množství různých kroužků – sportovních či jiných. Jsou ale ochuzeni o rodinu, kdy byla větší sounáležitost, maminky byly doma a na oběd se chodilo domů. Kamarády si každý vybral individuálně, často na celý život.

Můj názor není úplně dobrý. Děti jsou sice průbojnější, chytřejší, všechno mají, a to není dob-

ře! Neváží si věcí, tak i lidí. Jsou drzejší. Mají dostupnou veškerou „umělou“ zábavu a téměř neomezený přístup k informacím. Nemají čas si ty informace zpracovat a odžít. Nemají čas na kamarády, opravdové dětské hry a opravdový život. Přicházejí o lidský kontakt.

Děti jsou ochuzeni o svůj vlastní volný čas. Rozhodně přicházejí o větší rozhled. Když slyším dnešní děti, jen zírám, co všechno vědí.

Dnes jsou děti ochuzeni o lepší péči rodičů, protože většina je zaměstnaná tak, že nemá na děti dostatek času. Výhody mají v lepším vybavení školních pomůcek (počítače, kalkulačky, mobily).

U dětí dnes převažuje agresivita, šikana a málo úcty k pedagogickým pracovníkům.

Dnešním dětem chybí rodičovská péče a rodinné aktivity.

Myslím, že dnešní děti žijí rozhodně jinak než my dříve. Chodí do mnoha různých kroužků, mají přístup k nejširším informacím, mají větší rozhled než my kdysi. Doba je však uspěchanější. Myslím, že jsou děti ochuzeny o přímý kontakt mezi sebou, o hry, o běžnou zábavu...

Dnešní děti mají zkrácené dětství. Za všechno může doba, ve které žijeme, neustále spěcháme, vše vyřizujeme po telefonu, přes počítač a zapomínáme na trávení času venku i s rodinou. Děti jsou díky těmto vlivům tak trochu na „druhé koleji“.

Dnes jsou děti inteligentnější a mají díky rozhlasu a televizi a také různým kroužkům, které pořádá škola, větší přehled, než jsme měli my. Když se vyskytnou takové úlety, co jsme viděli v televizi, kdy si žák dovolí na učitele, je třeba rezolutně zasáhnout, tady domluva nestačí!

Děti jsou určitě ochuzeny o běhání venku a pak také o čas nás dospělých – věnujeme jim ho bohužel stále méně.

Dnešní děti a mládež vyrůstá v moderní a technicky vyspělé společnosti, obklopeny spoustou moderních a technických předmětů. Velmi rychle vyspívají. Na druhé straně se jim krátí doba nevinného a bezstarostného dětství, volného pohybu a pobytu v přírodě. Tráví více času doma u počítačů a televize než ve volné přírodě.

Dnešní děti i mládež jsou stejně „pestré“ jako ve všech dobách. Mají ohromnou výhodu v lepší a lehčí dostupnosti k vědomostem, poznatkům a informacím, kterými jsou bohužel mnohdy zahlceny, a nezbývá jim tolik prostoru pro fantazii a hry.

Dnešní děti jsou ochuzeny o větší pobyt v přírodě ve společnosti vrstevníků a hraní různých her venku. Výhodou je větší informovanost o dění ve světě.

Nikdy bych neměnila za moje dětství a mládí. Dnešní děti jsou bohatí chudáci bez zážitků a jsou oběťmi moderních „výhod“. Počítač je jim vším – škoda!



Jsem už ze starší generace, ale přesto si myslím, že dnešní děti a mládež jsou podobní, jako jsme byli my. Jsou živější a mají více možností se různě uplatnit. Tím, že jsou počítače a internet, mohou vyjíždět do ciziny. Mají oproti nám méně pohybu i méně čtou.

Dnešní mládež je taková, jakou si vychováváme. Stejná, jako jsme byli my. Jen znají navíc počítače a hry a tím pádem tolik neběhají venku, jako jsme běhali my. Ale to se dá korigovat námi. Ochuzeny jsou děti tedy o opravdový svět, ale užívají si více komunikace a cestování.

Velká dostupnost informací „nových médií“ (internet) ale neřeší jejich kinderstube (výchovu). Překvapivá jsou sprostá slova od dětí již v MŠ. Hrubost a agresivita u dětí je značná, nemají kvalitní vzory – osobnosti.

Dnešní mládež má více možností, co se týče studování, cestování, třeba i kroužků ve škole. Ochuzeni jsou o naše bezstarostné dětství. Nebyly žádné mobily, počítače, internet. Nám stačila jedna guma na skákání a být venku s kamarády.

Každá generace má své pro i proti, jen ta dnešní je mnohem více informovaná díky technice, o které se nám ani nesnilo. Vše si mohou okamžitě zjistit na netu a po té se pouštět i do sporů s dospělými, učiteli či rodiči.

Děti mají méně volnosti, než jsme měli my, mají více kroužků – tím povinností, také jim hrozí více nebezpečí z okolí a mezi nimi (šikana). Přeceňují se „znalostí“ před vztahy. Mají výhody a možnosti nezkradených informací.

Dnešní doba je uspěchaná, děti moc času tráví u počítačů a videoher. Za našich let jsme se scházeli s dětmi z naší ulice, jezdili na kolech, hráli míčové hry, skákali gumu a povídali si. Dnešní děti mají v ruce mobil nebo tablet. Vážne mezi nimi komunikace. Měli jsme bezstarostné dětství.

Dnešní děti jsou stejné a přesto jiné. Mají daleko snazší přístup k informacím, pokud touží je získávat. Mají rozsáhlý výběr škol a lepší dostupnost ke vzdělání bez politického ovlivňování.

Chtěli byste nám sdělit ještě něco?

Hodně dětí chodilo do školy z Libuše, Šeberova, později do měšťanky docházely děti z Vestce, Hrnčír, Zlatníků, Písnice. Ve druhém ročníku jsme také měly 1x týdně vaření – paní učitelka Zimová nás vedla velice dobře. Učila nás zavařovat šípky, švestky, dýni, červenou řepu, fazolové lusky. Vždy co jsme uvařily, jsme snědly. Učila nás prostírat, všechno umýt, udržovat v kuchyni čistotu. Vzpomínám na přípravu šípkové zavařeniny. Před každou žákyní byla hromádka nasbíraných šípků a ty jsme musely očistit od okvětí, rozříznout a vyndat chloupky. Práce to byla zdlouhavá, ale musely jsme poznat všechno. Pak jsme si pochutnaly na koláčkách. A to, co jsme uvařily, jsme s velkou chutí snědly. Všechno, co jsme v hodinách vaření uvařily, napekly atd., jsme měly zapsáno v sešitě „Domácí nauka“.

Dnes je ve škole vysoký počet žáků, nevím, jestli je to únosné pro učitele. Já byla také silný ročník, a to nás ve třídě bylo 42. Ještě se k nám přidali „přespolňáci“. Situace se opakuje...

Žiji v Kunraticích mnoho let, ale přiznám se, že teď bych tu zabloudila. Moji rodiče byli první školníci. Je úžasné a pochopitelné, co všechno se za léta změnilo. Děkujeme za prohlídku školy a vstřícnost provázejících po škole.

V letech 1950–1953 byl učitelem v kunratické škole Zdeněk Lukáš. Po odchodu z pedagogiky se stal hudebním skladatelem symfonií oper, oratorií, kantát, sborových skladeb. Jeho skladby byly mnohokrát oceněny v zahraničí.

Chtěla bych všem učitelům ze ZŠ Kunratice (ať těm starým či novým) vzkázat: pevné nervy! A zároveň poslat pozdrav paní učitelce Wernischové, Hilčerové a Králové.

Vzpomínám na naše velké přestávky v měšťance. V 1. patře na chodbě měla paní školnice otočenou nůši, na tom ošátku s houskami za 20 haléřů kus – vedle hrnec s ohřátými buřty za 50 haléřů kus, event. okurku, prima sladkokyselou a pro někoho zase hrnek teplého mléka. Moc jsme se



na to těšili a zvláště pro přespolní (dojíždějící) žáky to bylo potřebné. Ráda vzpomínám na naše třídní učitele, paní učitelku Trnkovou – Riantovou, později pana učitele France, pana ředitele Mikeše – laskavého, se kterým jsme hráli divadlo.

V mých školních letech jsme měli vaření, ruční práce, a to bylo myslím vynikající pro život. Na vaření jsme měly paní učitelku Seidlovou, která byla náčelnicí Sokola, kam jsme všechny rády chodily. Moji rodiče (Anny Macháčkové) měli školnictví od roku 1935 do roku 1962. Od roku 1939 už jen maminka, tatínek zemřel.

Obě naše děti absolvovaly ZŠ Předškolní, mrzí mne, že jsem nestihla učitelkám a učitelům na této škole poděkovat, jak úžasně naučili naše děti pracovat s daty a s vědomostmi při zpracovávání seminárních prací v různých oborech. Děkuji.

Dbejte, ať děti umí pozdravit a slušně se chovat k nám dříve narozeným. Také budou jednou staří.

Ráda vzpomínám na naše učitele, řídícího učitele Tichého, učitelku Simerskou, učitelku Žlabovou. Ti mě učili do páté třídy. Učitelku profesorku Jičinskou na češtinu, učitele Nunváře na chemii. Ráda na ně vzpomínám, dali mi ty nejlepší základy do života.

V Kunraticích jsme celá rodina moc šťastná. Tak nám to tady hezky udržujte.

Každá doba má něco do sebe. Vždycky se najde „pro“ i „proti“. Přeji naší škole další spokojené žáčky a jejich rodiče a samozřejmě učitelský sbor a ostatní kolegy a spolupracovníky!

Doba ale přináší též negativa, a to je přístup k drogám.

Jsem ráda za naši ZŠ. Je moc krásná a moc se mi líbí. A musím říci, že ve škole jsou všichni moc hodní a vstřícní. Jsem moc ráda, že můj syn navštěvuje naši ZŠ v Kunraticích.



Lepenice

Jiřina Koblihová, roz. Trísková (88 let)
ZŠ navštěvovala v letech 1933 – 1941

Oloupeme brambory, nakrájíme na kousky, osolíme, okmínujeme. Uvařené sceedíme, šťouchadlem trochu rozmícháme, ne na kaši. Dáme si zpěnit cibulku na sádle trochu do žluta, vmícháme do brambor, mohou se přidat i škvarky ze sádla. Nakonec vmícháme pokrájené kyselé zelí (přiměřené množství, raději trochu více než méně), zamícháme a dáme do trouby propařit, ne aby se snad pekly. Hotové vynikající staročeské jídlo. K tomu je ovšem výborná opečená jitrnice nebo jiná uzenina (párek a podobně).

Mám na to vzpomínku z dětství, kdy jsem měla příušnice a ležela v posteli. Maminka měla lepenici v troubě. Já vždycky vyskočila z postele a trochu si uždělba. Měla jsem na to velkou chuť, asi pro tu silnou kyselou chuť – jinak jsem nic nejedla. Dělán ji celý život a vždy si moc pochutnám. V zimě výborné jídlo pro ty vitamíny ze zelí.

Linecký koláč

Vendula Flegrová (22 let)
ZŠ navštěvovala v letech 2000 – 2009

Těsto:

300 g polohrubé mouky

150 g másla

130 g cukru (moučka)

½ prášku do pečiva

2 vejce

špetka soli

vanilkový cukr

1 dcl mléka

Náplň:

350 gramů ovoce

3 lžíce cukru krupice

tuk na vymazání formy

Vytvoříme těsto, které necháme 30 minut odpočinout v lednici. Do vymazané formy následně těsto položíme (mírně přes okraj) a nasypane ovoce. Při 180 °C pečeme 35 – 40 minut.

Třená bábovka

Hana Kratochvílová (38 let)

6 žloutků (bílky na sníh)
 50 dkg polohrubé mouky
 20 dkg cukr písek
 25 dkg másla
 1 prášek do pečiva
 ¼ l mléka
 kakao

Žloutky, cukr a tuk utřeme vařečkou, přidáme mouku smíchanou s práškem do pečiva, mléko postupně, nakonec opatrně vmícháme sníh. ¾ těsta nalijeme do vymazané a vysypané formy na bábovku, do zbytku těsta vmícháme kakao a nalijeme navrch bábovky. Pečeme asi půl hodiny na 160 °C, špejlí zkusíme, zda se těsto nelepí. Dobrou chuť!

Bosáky jako peříčko

Iva Vrabcová (81 let)

5 větších brambor
 5 rohlíků nebo housek
 2 vejce
 10 rovných lžic hrubé mouky
 sůl

Oškrábané brambory rozkrouháme najemno jako na bramboráky, rohlíky nakrájíme na kostičky, smícháme s vejci a moukou, posolíme a necháme 30 minut odpočinout. Hmotu pak dobře promícháme a uvaříme knedlíky velikosti tenisového míčku, ve vařící vodě vaříme 20 minut. Krájíme je na půlky a podáváme se zelím, špenátem a masem. Vařit mírně!



Jablka v županu

Nora Nedvědová (43 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1979–1987

50g hladké mouky

230g másla

200g krupicového cukru

1 vejce

1 vanilkový cukr

5–8 lžic mléka

Náplň:

½ kg strouhaných jablek

marmeláda nebo džem

Do mísy vysypeme mouku, cukr, prášek do pečiva, vanilkový cukr a máslo. Nožem rozsekáme tuk i s ingrediencemi v míse a potom přidáme vejce a mléko a to hňacáme, dokud není těsto hladké. Dáme to na 1 hodinu do lednice. Mezi tím si připravíme nastrouhané jablko. Těsto vyndáme z lednice a lehce propracujeme do válečku. Rozdělíme na několik dílků, které rozválíme na tenké plátky. Snažíme se rozválet

do čtverce cca 10x10 cm. Do středu čtverečku dáme hromádku strouhaných jablek a džem.

Poté překryjeme tak, aby to bylo uzavřené.

Dáme na vymazaný plech a potřeme je rozšlehanými vejci. Dáme péct do předehřáté trouby na 30 – 35 minut.

Šoulet

Marie Zavadilová (76 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1946 – 1952

kroupy

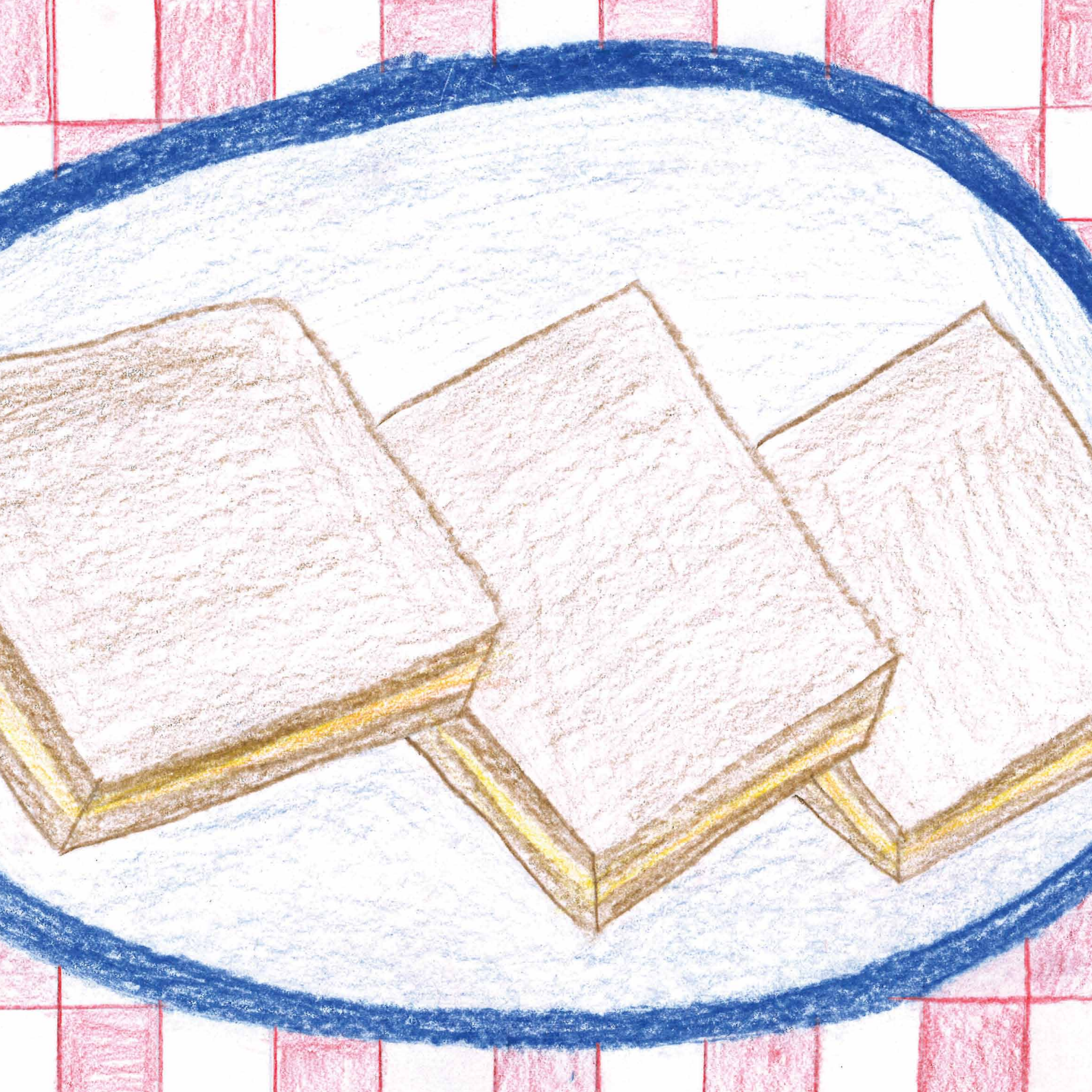
sterilizovaný hrášek

kysané zelí

škvarky

uzené maso

Uvaříme velké kroupy. Vmícháme sterilizovaný hrášek, kysané zelí, syrové a uzené kostky se sádlem, uškvařené škvarky, důkladně promícháme. Lze i zapéci.



Linecký koláč dvojitý

Irena Janečková, roz. Tříšková (63 let)
ZŠ navštěvovala v letech 1959–1968

Těsto:

50 dkg hladké mouky

20 dkg cukru

25 dkg tuku

1 prášek do pečiva

2 vejce

1 lžice mléka

Náplň 1:

2 tvarohy

1 vanilkový cukr

1 vejce

podle potřeby mléko

rozinky

Náplň 2:

strouhaná nebo krájená jablka

skořice, cukr, rozinky

Zpracuje se na vále do hladkého těsta, to se rozdělí na dvě poloviny. Jedna polovina se

rozválí na placku a přenesse na plech, navrší se náplň (1 nebo 2 dle výběru), vyválí se druhá placka, poklade se na náplň, celý koláč se potřě vejčkem a peče se do růžova při 180 °C.

Jablečná buchta

Jana Burešová (71 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1951 – 1959

3 vejce

40 dkg polohrubé mouky

25 dkg cukru

1 dcl oleje

prášek do pečiva

vanilkový a skořicový cukr

7 jablek (možno použít i cuketu)

Nastrouhaná jablka (nahrubo) smícháme s moukou, cukrem, vejci a olejem. Vzniklé těsto nalijeme do vymazaného plechu a pečeme.

Opelky

Marie Riegerová (96 let)

½ kg hl. mouky
1/3 kostky másla

Kvásek:

droždí za 50 haléřů
2 kostky cukru
2 del mléka
sůl

Náplň:

povidla
cukr
mák
másla

Těsto zaděláme a necháme kynout, pak uděláme 2 placky, potřeme je povidly a posypeme namletým mákem. Upečeme. Upečené ještě teplé polejeme máslem a pocukrujeme.



Cibulová omáčka

Jarmila Chejnová (74 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1947 – 1955

1 cibule
másla (olej)
2 lžíce hladké mouky
hovězí vývar
pepř celý (5ks)
nové koření (5ks)
1 – 2 ks bobkového listu
tymián
ocet
cukr
sůl

Zpěním nakrájenou cibuli na másle (oleji), přidám asi 2 lžíce hladké mouky a zasmažím. Vše zaliji vývarem z hovězího masa, přidám koření, povařím asi 20 minut a přecedím, omáčku ochutím trochu octem, cukrem a solí (má být sladkokyselá). Jako přílohu podáváme vařené kuřecí maso, brambory.

Špagety s buřtíky

Hana Hýžová (44 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1979–1985

Recept vznikl jako alternativa na boloňské špagety, které nám dětem před 40 lety nechutnaly.

1 malá cibule

2 až 3 lžíce oleje

4 buřtíky nebo 6 párků

rajčatový protlak (loupaná rajčata)

1 – 2 lžíce cukru

1 lžička soli

1 kolečko oloupaného (nebo omytého) citrónu

Cibulku nakrájíme na drobno a na rozpáleném oleji necháme zesklivatět, přidáme nakrájené buřtíky (párky) a necháme je opéct. Zalijeme celou směs rajčatovým protlakem, přidáme cukr, sůl a citrón. Necháme povařit půl hodiny. Můžeme zahustit lžičkou mouky rozmíchanou ve vodě (v tom případě ještě třičtvrtě hodiny povaříme). Špagety uvaříme dle návodu.

Dietní rizoto

Tereza Švábová (26 let)

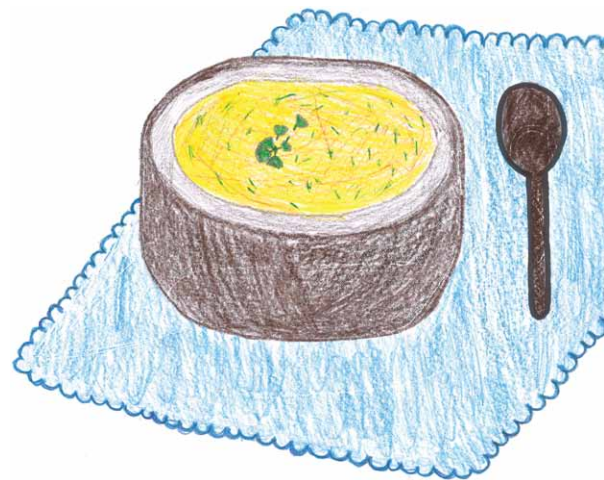
300 g mražené zeleniny s kukuřicí

100 g sójového masa

sójová omáčka (3 lžíce)

4 sáčky rýže

Mraženou zeleninu vložíme do vroucí vody a vaříme do změknutí. Sójové kostky vložíme do misky a zalejeme vroucí vodou a pokapeme sójovou omáčkou, misku překlopíme a čekáme, než maso změkne. Rýži připravíme dle návodu. Zeleninu a rýži scedíme a maso nakrájíme na malé kousky. Vše smícháme dohromady a opepríme. Podáváme s kyselou okurkou nebo s řepou.





Tvarožník

Pavína Hrušková (43 let)
ZŠ navštěvovala v letech 1978 – 1985

1 hrnek polohrubé mouky
4 lžíce cukru
½ Hery
1 vejce
½ prášku do pečiva

Náplň:

2 tvarohy měkké
2 hrnky mléka
¼ hrnku oleje
1 vanilkový pudink
½ hrnku cukru

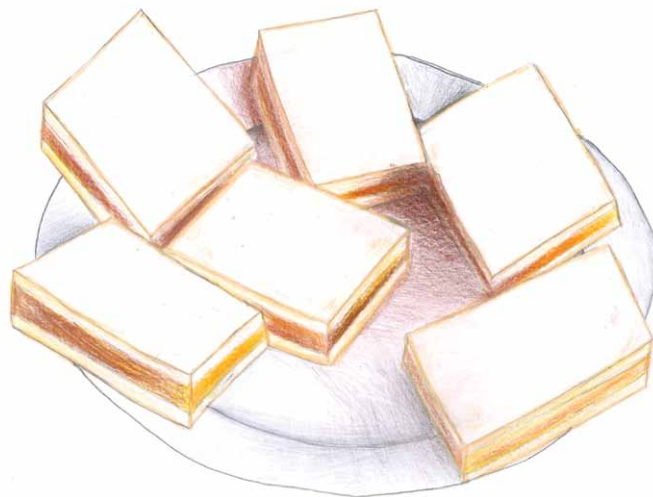
Mouku nasypeme na vál, Heru rozkrájíme na kousky a přidáme ostatní suroviny a vypracujeme těsto, kterým zaplníme středně velkou formu. Náplň umícháme nejlépe v mixéru a vylijeme na těsto. Pečeme v mírně rozehřáté troubě asi třičtvrtě hodiny.

Kyselé brambory

Milena Vladyková (69 let)
ZŠ navštěvovala v letech 1953 – 1962

Tento recept mám od maminky, vařili ho kdysi ve školní jídelně.

Uvaříme hovězí žebro. Pak ho rozkrájíme na kousky, do vody s masem dáme oloupané brambory, nové koření, bobkový list a sůl. Vaříme (když je vývaru málo, přidáme vodu). Uděláme jíšku (mouka, máslo) a do uvařených brambor, které jsme rozštoukali, dáme jíšku a necháme povařit. Pak ochutíme octem, když je potřeba, dochutíme solí.



Rýžovník

Jindra Chomátová, roz. Soboláková (92 let)
ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1929–1937

½ kg rýže
2 l mléka
½ kg jablek
10 dkg cukru
8 dkg másla
vejce
sůl
skořice

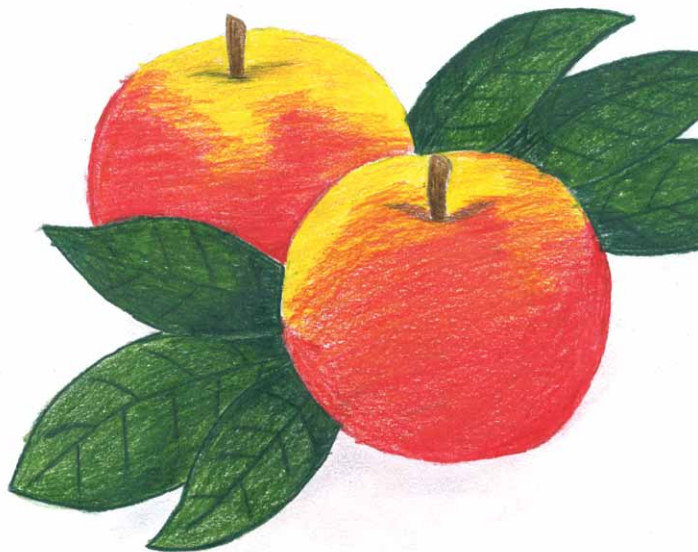
Do dvou třetin mléka zavaříme rýži, přebra-
nou a vypranou. Osolíme a v troubě dusíme
půl hodiny. Když je měkká, dáme jí polovinu
na vymaštěný pekáč, pokryjeme rozkrájenými
jablky na lístky, posypeme cukrem a skořicí
a přikryjeme zbylou rýží, kterou na povrchu po-
kropíme máslem. V troubě pečeme půl hodiny.
Rozpečený rýžovník zalijeme zbytkem mléka,
do kterého přidáme žloutek, a necháme ještě
chvilu péci.

Moravské chrupinky

Běla Mayerová (85 let)
ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1937–1945

20 dkg lískových oříšků (nahrubo sekané)
4 karlovarské rohlíky (nakrájet na kostičky)
25 dkg cukru moučky
sníh ze 6-ti bílků

Vše dobře promícháme, tvoříme drobné
roztřepené hromádky. Dáváme na pečicí papír
a velmi zvolna pečeme.



Jablkové řezy s bramborami

Božena Jokešová (90 let)

ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1932 – 1941

20 dkg tuku

2 vejce

15 – 18 dkg cukru – společně utřeme do pěny

50 – 60 dkg hladké nebo polohrubé mouky

1 ½ balíčku prášku do pečiva

30 – 35 dkg vařených, studených,
strouhaných brambor

Zpracujeme těsto, rozdělíme na 2 díly.

Vyválíme placky. Na pečící papír dáme jednu

placku, poklademe strouhanými jablky,

pocukujeme vanilkovým cukrem a skořicí.

Můžeme posypat sekanými ořechy, rozinkami.

Druhou plackou překryjeme. Pečeme cca půl

hodiny při 160 – 170 °C

Škubánky

Anna Nová (66 let)

ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1956 – 1968

1 a půl kg brambor uvařit (cca 20 minut),
ale nepřevařit a osolit. Vodu slijeme z části
do hrnku 1/4 l. Štůchačkou proštůchat,
aby vznikla hmota bez kusů. Vsypat hrubou
mouku a štůchačkou vypracovat v hladkou
hmotu. „Kolik štůchů do kucmouchu“ je
stará průpovídka, čím víc, tím líp. Je to celkem
dřina. Hotové škubánky se mastnou polévko-
vou lžící sází na talíř. Pak je máslem či sádlem
omastíme a posypeme mákem s cukrem.

Studené škubánkové těsto třeba i druhý den
tvarujeme buď do kuliček nebo placiček
a smažíme na oleji či sádle. Jako malá jsem
tomu říkala bramborové řízky. Lze do hmoty
přidat čerstvé bylinky nebo semínka. Fantazii
se meze nekladou.

Bramborové placky s tvarohem

Hana Benešová

ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1961–1970

4 ks brambor

měkký tvaroh

1 vejce

sůl

celý kmín

polohrubá mouka

Brambory (stejně množství jako tvarohu) uvaříme a rozšťoucháme. Měkký tvaroh (1 kostka) rozmačkáme a přidáme 1 vejce, sůl, celý kmín a polohrubou mouku podle potřeby. Vyválíme placku 5 mm, sklenicí vykrajujeme kolečka a na pánvi pečeme z obou stran.



Koláč s ananase

Miroslava Zubatá, roz. Shejbalová (74 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1947–1955

Těsto:

2 hrnky hladké mouky

1 hrnek krystalového cukru

2 vejce

½ hrnku mletých vlašských ořechů

1 konzerva ananasu kostky i se šťávou

1 prášek do pečiva

Krém:

2 zakysané smetany

1 smetana ke šlehání (ušlehat a osladit)

Vše smícháme a nalijeme na vymazaný vysypaný plech a upečeme asi 30 minut o teplotě 170 °C. Ještě teplé potřeme krémem. Smícháme zakysanou smetanu s ušlehanou šlehačkou a potřeme koláč krémem. Na povrch posypeme mletými ořechy nebo nastrouhanou čokoládou. Rozpočet na menší plech.



Kuřecí prsa v bramboráku

Hana Pellechová, roz. Roubíčková (52 let)
ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1970 – 1979

Najemno nastrouháme brambory, osolíme, opepříme, přidáme majoránku a lisovaný česnek. Řádně rozmícháme, přidáme celé vejce, přilijeme trochu mléka a vypracujeme řídké těsto. Do této směsi přidáme plátky kuřecího masa a volně smažíme dozlatova.

Jako přílohu dejte kysané zelí nebo tatarku. Zapíjejte dobře chlazeným pivíčkem.



Rychlá paštika z kuřecích jater

Ivana Kabelová (65 let)
ZŠ Kunratice navštěvovala v letech 1958 – 1969

½ kg kuřecích jater
½ kostky másla
špetka majoránky
1 lžička soli
špetka pepře
2 stroužky česneku
1 cibule
7 ml mléka
2 lžíce másla na opečení

Játra očistit a nechat několik hodin naložená v mléce. Na másle opéci játra s cibulkou a česnekem, později i s trochou majoránky. Odstavit z ohně, přidat máslo, sůl, pepř a mléko a rozmixovat. Je možné také přidat ořechy a brusinky.

Překládané těsto kynuté plundrové

Věra Šablová (33 let)

ZŠ navštěvovala v letech 1993–1998

50 dkg hladké nebo polohrubé mouky

¼ l mléka

4 dkg cukru

25 dkg másla

2 vejce a 1 žloutek

2 dkg droždí (kvásek)

sůl

1 bílek na potřeni těsta

10 dkg mouky zpracujeme s tukem v bochánek, který dáme do studena odpočinout. Ostatní mouku dáme do mísy, zaděláme vlahým kváskem z droždí, cukru a lžice mouky. Přidáme vejce, sůl a zpracujeme ve vláčné těsto. Necháme asi hodinu kynout na teple. Pak je rozválíme na plát, doprostřed dáme do čtverce zpracovaný tuk, okraje k sobě přeložíme jako obálku, přitiskneme a složíme do poloviny. Válečkem těsto ležce rozválíme na pruh, který složíme na tři díly na šířku a pak na délku. Těsto dáme ještě

na hodinu odpočinout, pak je znovu převálíme jako těsto máslové a po 25 minutách odpočinku rozválíme v plát, ze kterého vykrajujeme rádlem čtverečky. Do středu dáme tvarohovou náplň, na to meruňku. Protilehlé rohy dáme do středu a přimáčkneme, aby se šáteček nerozbalil. Šátečky potřeme vejcem a pečeme.

Recept je od mé maminky, pekla nám je, když jsme byly děti. Moc nám chutnaly a dnes je pečů naší rodině já.



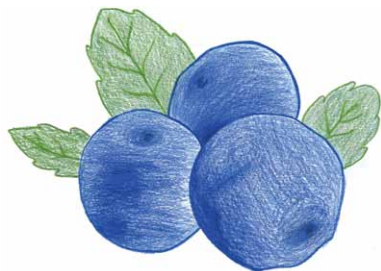
Poděkování

Děkujeme všem, kteří nám přispěli do naší kuchařky receptem, moudrem či vzkazem. Některé recepty se nám do publikace již nevešly, ale jsme moc vděční, že jste s námi ochotně spolupracovali a našli si čas na vyplnění našeho dotazníčku či na osobní setkání.

Jmenovitě díky:

Jiřině Koblíhové, Anně Macháčkové, Haně Benešové, Vendule Flegrové, Marii Riegerové, Marii Zavadilové, Jarmile Chejnové, Mileně Vladykové, Haně Hýžové, Miroslavě Zubaté, Noře Nedvědové, Ivě Vrabcové, Tereze Švábové, Pavlíně Hruškové, Ivaně Kabelové, Běle Mayerové, Janě Burešové, Haně Pellechové, Jindře Chomátové, Ludmile Genzerové, Boženě Jokešové, Janě Lachmanové, Marii Hotovcové, Haně Kratochvílové, Marii Skramovské, Anně Nové, Vlastě Vyhlídalové, Ireně Janečkové, Věře Šablové, Světlaně Kerzelové ...

... a nakonec naší paní učitelce Katce Círové za krásné obrázky, které s námi na hodině VV namalovala jako ilustrace do této knížčky, Petře Wernischové za pomoc při komunikaci se seniory a Jakubu Zvěřinovi, který s námi vše absolvoval a podporoval nás v našem nápadu.



Terka, Míša a Bára

EDU 

extra
třída 


Nadační fond **Tesco**



**MOUDRÁ
KUNRATICKÁ KUCHARKA**

ŽÁCI 7.A ZŠ KUNRATICE
2015/2016