

28 KRAJOVÝCH RECEPTŮ

# MŇAM ČESKO!



PETRA MEJSNAR SLUŠŇÁKOVÁ

196 VÝLETŮ PRO RODINY

# Mňam Česko!

Vyšlo také v tištěné verzi



**Petra Mejsnar Slušňáková**

**Mňam Česko! – e-kniha**

Copyright © CZECH NEWS CENTER a. s., 2022

Všechna práva vyhrazena.

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



# MŇAM ČESKO!

196 VÝLETŮ PRO RODINY



28 KRAJOVÝCH RECEPTŮ

© Petra Mejsnar Slušňáková

Ilustrace © Tomáš Pekárek, © Adéla Roudnická

© Czech News Center a. s., 2022

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.

ISBN tištěné knihy: 978-80-88406-28-0

ISBN e-knihy 978-80-88406-45-7 (1. zveřejnění, 2022) (ePDF)

# MŇAM ČESKO!

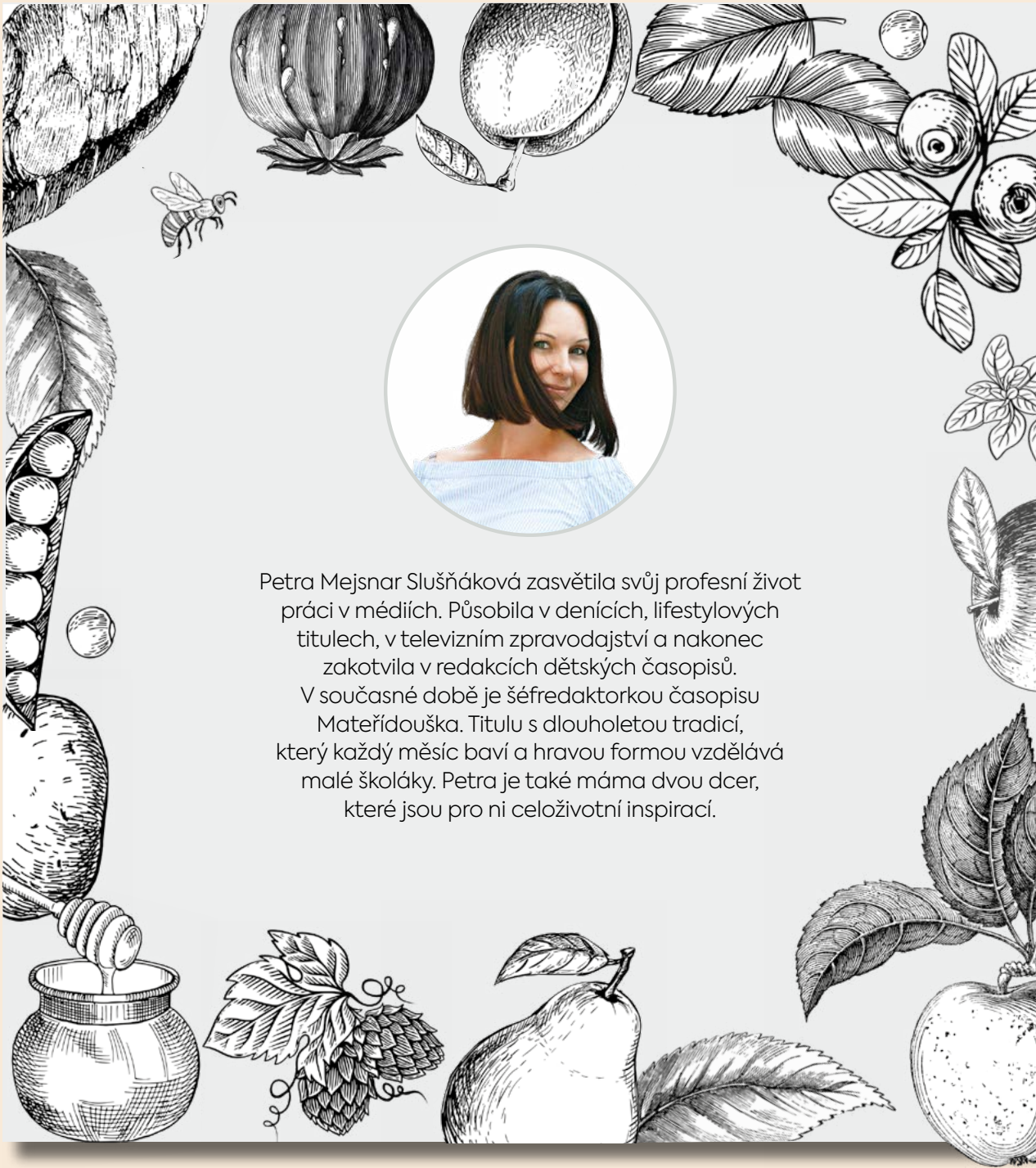


**CNC<sup>7</sup>**  
Books

*Milovaným dcerám Josefínce a Aničky*



0 AUTORCE



Petra Mejsnar Slušňáková zasvětila svůj profesní život práci v médiích. Působila v denících, lifestyleových titulech, v televizním zpravodajství a nakonec zakotvila v redakcích dětských časopisů. V současné době je šéfredaktorkou časopisu Mateřidouška. Titulu s dlouholetou tradicí, který každý měsíc baví a hravou formou vzdělává malé školáky. Petra je také máma dvou dcer, které jsou pro ni celoživotní inspirací.



# ÚVOD



Když jsem začala psát průvodce po zajímavých místech naší republiky, netušila jsem, že budeme muset během výroby navyšovat více než dvojnásobně počet stran. Ono totiž výletních cílů za poznáním, tradicemi a řemesly je v naší maličké zemi opravdu hodně. Snažila jsem se pečlivě vybrat především ty, které budou bavit celou rodinu. Jako máma vím, jak důležité je na výletě děti zaujmout a přitom si zachovat zdravý rozum. Pro lepší přehlednost jsou tipy rozděleny do 14 krajů. V každém z nich najdete ještě encyklopedickou dvoustranu a dva krajové recepty. Věřím, že vám kniha bude nejen inspirací, kam se podívat, ale že se z ní také něco zajímavého dozvíte a nakonec si i pochutnáte.

PETRA MEJSNAR SLUŠŇÁKOVÁ

# OBSAH



## JIHOČESKÝ KRAJ

- 16 Ilustrovaná mapa
- 17 Tipy na výlety
- 20 Encyklopedie:  
**Kapř a ryby českých vod**
- 22 Recept 1: **Zelňáky**
- 24 Recept 2: **Lívance se žahourem**

## KRAJ PRAHA

- 28 Ilustrovaná mapa
- 29 Tipy na výlety
- 32 Encyklopedie: **Obložený chlebiček a druhy pečiva**
- 34 Recept 1: **Špagety se šunkou a hráškem**
- 36 Recept 2:  
**Ovocný jogurt do skla**

## STŘEDOČESKÝ KRAJ

- 40 Ilustrovaná mapa
- 41 Tipy na výlety
- 44 Encyklopedie:  
**Oves a další obiloviny**
- 46 Recept 1: **Řepánky**
- 48 Recept 2: **Domácí chléb**

## PLZEŇSKÝ KRAJ

- 52 Ilustrovaná mapa
- 53 Tipy na výlety
- 56 Encyklopedie: **Přeštické prase a další čuníci**
- 58 Recept 1: **Jablečný štrůdl**
- 60 Recept 2: **Hluchec**

## KARLOVARSKÝ KRAJ

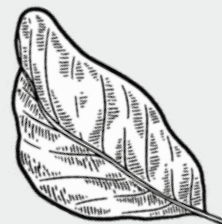
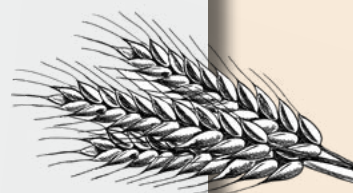
- 64 Ilustrovaná mapa
- 65 Tipy na výlety
- 68 Encyklopedie:  
**Karlovarský knedlík a jiné knedlíky**
- 70 Recept 1:  
**Karlovarská bublanina**
- 72 Recept 2:  
**Tvarohové knedlíky**

## ÚSTECKÝ KRAJ

- 76 Ilustrovaná mapa
- 77 Tipy na výlety
- 80 Encyklopedie: **Jablko Rubín a další odrůdy jablek**
- 82 Recept 1: **Noky z Podřipska**
- 84 Recept 2: **Bezová šťáva**

## LIBERECKÝ KRAJ

- 88 Ilustrovaná mapa
- 89 Tipy na výlety
- 92 Encyklopedie:  
**Hřib smrkový a další hříbky českých lesů**
- 94 Recept 1: **Sejkory s povidlovou omáčkou**
- 96 Recept 2:  
**Rozcuchaná nevěsta**





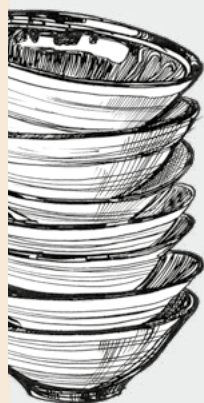
## KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

- 100 Ilustrovaná mapa
- 101 Tipy na výlety
- 104 Encyklopedie: **Jelen a zvěř s kopýtky**
- 106 Recept 1: **Brambory na loupáčku**
- 108 Recept 2: **Jáhlová kaše**



## PARDUBICKÝ KRAJ

- 112 Ilustrovaná mapa
- 113 Tipy na výlety
- 116 Encyklopedie: **Slepičí vejce a spousta dalších vajec**
- 118 Recept 1: **Perníčky**
- 120 Recept 2: **Jabkance**



## KRAJ VYSOČINA

- 124 Ilustrovaná mapa
- 125 Tipy na výlety
- 128 Encyklopedie: **Brambory a jejich způsoby použití**
- 130 Recept 1: **Mrkvance**
- 132 Recept 2: **Bramborový guláš**

## JIHOMORAVSKÝ KRAJ

- 136 Ilustrovaná mapa
- 137 Tipy na výlety
- 140 Encyklopedie: **Okurka a jiná tykvovitá zelenina**
- 142 Recept 1: **Bramborový salát s chřestem**
- 144 Recept 2: **Pučálka**



## OLOMOUCKÝ KRAJ

- 148 Ilustrovaná mapa
- 149 Tipy na výlety
- 152 Encyklopedie: **Olomoucké tvarůžky a výběr českých sýrů**
- 154 Recept 1: **Hanácké hruškové vdolky**
- 156 Recept 2: **Hrstková polévka**



## MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

- 160 Ilustrovaná mapa
- 161 Tipy na výlety
- 164 Encyklopedie: **Heřmánek a léčivky**
- 166 Recept 1: **Štramberské uši**
- 168 Recept 2: **Hukvaldské preclíky**



## ZLÍNSKÝ KRAJ

- 172 Ilustrovaná mapa
- 173 Tipy na výlety
- 176 Encyklopedie: **Švestka a oblíbené peckoviny**
- 178 Recept 2: **Slepé myši**
- 180 Recept 1: **Valašský frgál**





# JIHOČESKÝ KRAJ





# TIPY NA VÝLETY

1.

## MUZEUM



### Muzeum milevských mášek, Milevsko

V muzeu se nachází stálá expozice věnovaná největšímu a jednomu z nejstarších maskárních průvodů v Čechách – Milevskému masopustu. K vidění jsou nejen masky z období první republiky, ale celý dechberoucí průvod, kterému vévodí tlustý pantáta Bakus. Postavy v průvodu můžete na místě porovnat s dobovými fotografiemi umístěnými na stěnách muzea. Nechybí fotografický koutek. V něm si lze zkusit, jak náročné bylo nosit na hlavě tak velké masky. O tom, že je expozice jedinečná podívaná, napovídá skutečnost, že jsou milevské maskary zapsány na Seznam nemateriálních statků tradiční lidové kultury České republiky.

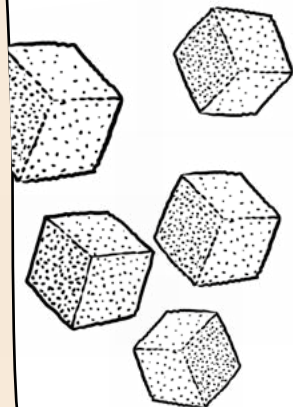
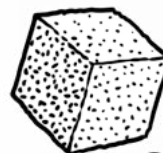
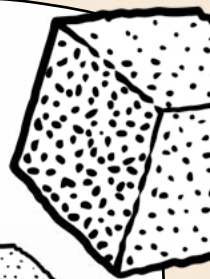


2.

## MUZEUM

### Městské muzeum a galerie, Dačice

Právě ve městě Dačice vznikla v roce 1841 první kostka cukru. V muzeu se mimo jiné dozvíte, že za vynálezem měla údajně stát Juliana Radová, žena tehdejšího ředitele dačické cukrové rafinerie. Juliana vedla místní výrobu cukrovinek s pochoutkami žádanými i v mnoha místech Rakouska-Uherska. Jednoho dne se při sekání cukrové homole zranila, a tak pobídla svého muže, aby cukr začal vyrábět v praktičtějším tvaru. Už o dva roky později bylo panu Radovi uděleno privilegium na výrobu dnes dobře známých kostek cukru. Nejen tomuto světovému vynálezu se věnuje stálá expozice dačického Městského muzea. Za zhlédnutí stojí také výstava Národopis Dačicka s ukázkou typického horáckého kroje, malovaného nábytku, předmětů na výrobu a skladování potravin nebo nástrojů na zpracování lnu a vlny.



3.

## MUZEUM



## Muzeum čokolády a marcipánu, Tábor

Vyrobít figurku z marcipánu nebo si namalovat čokoládový obraz. Nejen to můžete v tvořivé dílně, která je součástí expozice Muzea čokolády a marcipánu.

Ve třech historických budovách se o čokoládě dozvíte, co jste ještě nevěděli a spatříte, co jste doposud neviděli - například největší čokoládový vlak u nás.

4.

## EXPOZICE



## Muzeum lesnictví, myslivosti a rybářství, Ohrada

Jak název muzea napovídá, vydáte se na pomyslnou výpravu do jihočeských obor, k rybníkům za vodními živočichy a za úlovky známých českých lesníků. To vše v malebných prostorách zámku Ohrada. Muzeum lesnictví, myslivosti a rybářství je jihočeskou pobočkou Národního zemědělského muzea.

5.

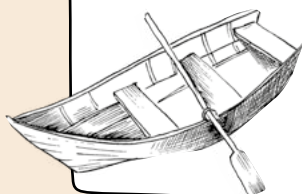
## RYBOLOV



## Rybářský revír Mrhal, Rudolfov

Chcete si vyzkoušet rybolov, ale nejste majiteli rybářského průkazu? Rybník Mrhal je soukromým revírem, kde žádné povolenky nepotřebujete a rybářské vybavení vám zde rádi půjčí. Do rybníka

o rozloze 8 ha jsou několikrát do roka dosazovány nové trofejní ryby, takže jistota úlovku je téměř stoprocentní.



6.

## STEZKA



## Jelení naučná stezka a rysí výběh, Kvilda

Pokud máte namířeno do národního parku Šumava, rozhodně nevynechte Jelení naučnou stezku a rysí výběh na Kvildě. Stejně jako jelena evropského, krále šumavských lesů, tak i rysa ostrovida je tu možné pozorovat z vyvýšených věží. Je proto chytré vzít si s sebou dalekohled. Když nebudete mít na zvířata štěstí, vraťte se do infocentra. Běží tam celý den přímý kamerový přenos z výběhů.

7.

## REZERVACE



## Hřibová rezervace, Stachy

V obci Stachy mají opravdovou raritu. Na trávníku přímo na náměstí vznikla lokalita hřibovitých hub. Houby jsou obcí chráněny a je zakázáno je sbírat. Každý hřib, který tu vyrostе je označen štítkem a očíslován.



8.

## MUZEUM



## Muzeum mlýnářství, pekařství a zemědělství, Božetice

Ve mlýně v Božeticích se pekli chléb až do 70. let minulého století. V rámci prohlídky muzea nakouknete také do domku služebnictva nebo do stájí, kde je pro vás připravena expozice dobových zemědělských strojů a nářadí.



9.

## AREÁL



## Vodní mlýn Hoslovice, Hoslovice

Vodní mlýn Hoslovice, dnes již národní kulturní památka, si zahrál hned v několika českých pohádkách. Mezi ty nejznámější patří Tři bratři. Součástí areálu vodního mlýna je stálá expozice šumavského Podlesí věnovaná životu na venkově. Mlýn je přístupný od dubna do konce října a několikrát do roka se zde konají celodenní tematické řemeslné akce.

10.

## VÝROBNA



## Český karamel, Český Krumlov

Komentovanou prohlídku přímo od výrobců oceňovaných karamelů si raději dopředu zamluvte. Dozvíte se něco o historii, ale i současné ruční výrobě této sladké dobroty. Nakonec se budete po karamelu rozličných chutí sladce olizovat.



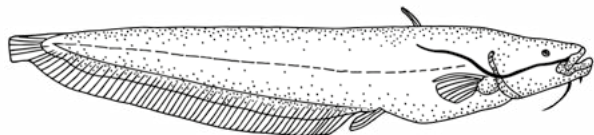
11.

## MUZEUM



## Rybářské muzeum, Vodňany

Muzeum s několika velkými akvárii s rybami z českých vod, hledejte ve Střední rybářské škole ve Vodňanech. Najdete tu také sladkovodní druhy z Amazonie. Nechybí expozice o historii jihočeského rybářství.



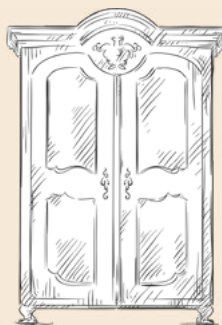
12.

## MUZEUM



## Městské muzeum, Týn nad Vltavou

Interaktivní muzeum, ve kterém si můžete zkusit práci archeologa. Dozvíte se přitom spoustu zajímavých informací také o vzniku vltavínů. K vidění a k vodění jsou tu dokonce i dřevěné loutky.



13.

## MUZEUM



## Provaznické muzeum, Deštná

Provaznické řemeslo u nás patří k jednomu z nejstarších a v Deštné má letitou tradici. V bývalé provaznické dílně domu řemeslné rodiny Kliků vzniklo malé, ale poutavé muzeum s více než 200 exponáty. V průběhu prohlídky se většina strojů uvádí do provozu.



14.

## ZÁŽITEK



## Pečení chleba v obecní peci, Lenora

Obecní pec z roku 1837 sloužila původně chudým občanům, kteří si nemohli dovést pec vlastní. Společně v ní pekli chléb z těsta, které si hospodyně doma dopředu nachystaly. Dnes zde lenorští v letní sezóně pořádají každou poslední sobotu v měsíci veřejné pečení chleba, koláčů, housek a lenorských placek.

