





OSTRAVSKY GASTROŠEF



HEŘMAN OVA KUCHAŘ KA

**HRC
PRC
HOTOVO**



nastole

Heřmanova kuchařka hrc, prc, hotovo!

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.knihynastole.cz
www.albatrosmedia.cz



Ostravsky Gastrošef

Heřmanova kuchařka - hrc, prc, hotovo! – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2025

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

ALBATROS  MEDIA



Ostravský
Gastrošef

Obrázky v knize: archiv autora, pokud není uvedeno jinak.

Shutterstock.com: jednotlivě po stranách: 10 © Photoongraphy, 16 © New Africa, 18 © GSDesign, 22 © Tim UR, 24 © Ermak Oksana, 26 © stockfoto-graf, 28 © b113, 30 © Improvisor, 40 © romiri, 42 © sergiorojoes, 44 © Diana Taliun, 46 © ViktorI, 48 © Anton Starikov, 50 © Martina_L, 52 © Moving Moment, 54 © akepong srichaichana, 56 © innakreativ, 58 © Retropix, 60 © Gray_end, 62 © vetre, 66 © NataliaZa, 70 © Ninon Galery, 76 © vvoe, 78 © milan noga, 82 © GSDesign, 86 © vipman, 88 © milan noga, 90 © New Africa, 92 © hi Bilal Hossen, 94 © MarcoFood, 96 © Ermak Oksana, 98 © Garna Zarina, 100 © Artem Stepanov, 106 © GSDesign, 108 © Yeti studio, 112 © New Africa, 114 © 12photography, 116 © akepong srichaichana, 118 © Vik tor, 120 © GSDesign, 124 © itor, 130 © Sergey Eremin, 132 © iKatod, 134 © Photoongraphy, 140 © Petr Student, 142 © itor, 144 © FeellFree, 146 © GSDesign, 148 © ifiStudio, 150 © Photoongraphy, 152, 156 © New Africa. Freepik.com: 20 © Timolina, 34 © Racool_studio.

Fotografie na obálce: © Riccio da favola / Shutterstock.com, © baibaz / Shutterstock.com, © Tanya_mtv / Shutterstock.com, © Nataly Studio / Shutterstock.com, © Pixel-Shot / Shutterstock.com.

© Ostravsky Gastrošef, 2025

ISBN tištěné verze 978-80-7448-462-9

ISBN e-knihy 978-80-7448-464-3 (1. zveřejnění, 2025) (ePDF)

HEŘMANOVA KUCHAŘKA

HRC, PRC, HOTOVO!

OSTRAVSKY GASTROŠEF



SEZNAM RECEPISU

Anakonda na pivu	64
Bila fazolačka ze školni jidelny	22
Bramboraky bez brambor	124
Bramborove knedliky deluxe	86
Bulharska pomazanka (originalni recept)	122
Camping salat	72
Cuketove placky	102
Česnečka z termosky	40
Činska polevka z vietnamske knajpy	14
Domaci hořčice	92
Domaci sekačka	146
Fazolova polevka poctiva jak jeptiška	138
Fofr pečene žebirka	112
Fofr rajska omačka	56
Gulašovka z mleteho masa	104
Heřmanovo kimči	134
Hospodska topinka s volskym okem	156
Hověži vyvar	68
Chleba ve vaju (Tři sestry veržn)	136
Jednohňupky	142
Katuv šleh	120
Koleno na černem pivu	126
Kralovska topinka	28
Krava na černem pivečku	30
Křenova omačka	148
Křenovy krem stareho haviřa (Prostřeno veržn)	128
Křidelka z horkoluftove fritezy	32



Kulajda	80
Kule v luxusni omačce	44
Kuřeci jatra na topince	60
Kuře na paprice	96
Legendarni pizza z tortilly (Prostřeno veržn)	12
Luhačovicky fogl z Borkova show	90
Luxusni koprovka	152
Masovi šneci	18
Mexicky buřtgulaš (paliprdel veržn)	36
Michane vajca s tvarglama	24
Mini hotdog na dětskou pařbu	20
Nakladany Karl Gothaj	50
Omačka tisice ostrovu	144
Ostravske ražniči v kremačce na křečka	140
Paliprdel chipotle utopenci	106
Paliprdel směska na topinku	94
Parečky v županu	82
Pařižsky salat ze stareho bufeta	26
Pečene koleno s křenem a okurkami	52
Pečene žebra na černem pivečku	154
Pizza Havaj na tortille	150
Pizza z toustaku	108
Pomazanka z nakladanych tvargli	88
Přesdržkovka	74
Přirodni řizky na pepřu	98
Ruža ze salamu pro milačka	46
Řizek (cuketa veržn)	116



Silvestrovske topinky	48
Slaninovy džem	34
Smažená ryže s kurou	54
Stejk s tvarglou	110
Španělsky ptaček	84
Tarhoňto	130
Tatarak z hlívy	118
Tlačenkový салат	66
Turbo svičková (fofr hrnec edišn)	38
Utopencův салат	16
Vepřenky ze stareho bufeta	132
Vepřové kostky v luxusni omačce	10
Vepřove na hubach	62
Zapečene jednohubky z fritezy	42
Zapečene korbačiky	70
Zapečene parky	114
Zapečeny hermelin ve švarcvaldske šunce	100
Zapečeny stromek	58
Zapečeny toast	78
Zelňačka	76



Tato kuchařka je pro všechny, co nechcú vyhazovat prachy za ingredience na lizing, ale přesto maju touhu se dobře najest. Nemusiš mit plnu špajzku exotiky, stači, co splašíš v každé samošce na rohu. Žadne šaškarny, enem poctive, jednoduche recepty, ktere zvladne i chlop, co do včil vařil akorat parky v konvici. Stači ti panvica, kastrol, lžica, ruky a chytry telefon, ktery si naskenuješ QR kod přes fotoaparát a zobrazí se ti videonavod! Tak to otevři, vyber si ingredyjence, hod' to do hrnca a maš to hrc, prc, hotovo! Mam vas rad jak lazeňska veverka oplatek.

Vaš ostravsky gastrošef
Heřman Gazda

VEPŘOVÉ KOSTKY V LUXUSNÍ OMAČCE

*Dřív než řekneš švec, zrobíš oběd
dobry jak sviňa, že se Šikma věž
v Pise samym vzrušenim narovna...*

Do multifunkčňaku šastni cibulu a res-tuj do zlatova. Pořadně posoluj, natřiskej vepřove plecko nakrajane na kostky, po-dědkuj, pokminuj, přival česnek a ma-sičko nechej zatahnut. Na koncu kydni plnoštihlu hořčicu, zalij vodu, aby ma-sičko tak akorat nečučelo nad hladi-nu, zadekluj, nastav na středni fajer a na 45 minut. Na koncu viko odval do řitě, nastav vaření, přidej trochu jišky a 15 mi-nut vyvař. Mezi vařenim si zrob kobzole a opeč na sadelku.

SEZNAM DO SAMOŠKY

1200 g vepřoveho plecka

3 cibule

sul polskeho cestařa

popel z dědka

1 lžička drceneho kminu

4 stroužky česneku

1 lžice hořčice

voda podle potreby





LEGENDARNI PIZZA Z TORTILLY (PROSTŘENO VERŽN)

*Když ti někdo povi „Pica z tortily?
To ti vážně hrklo ve strojovně?“,
řekni mu, ať kukne sem.*

Na picu z tortily budeš potřebovat pře-
kvapivě tortilu. Tu pomazej oblíbeným
pestem, poklad' šunčičku z vykrmeného
bravka, posypej syrem gouda nebo čimsi
jiným a přival nějaký fajný salamek. Mo-
žeš si tam natřískat, na co máš chuť, fajné
tipy jsem ti dal do seznamu. Ja jsem pou-
žil červenou cibulku, šery rajčatka, zelene
olivky a kukuřičku. Teraz to šastní do roz-
palene truby na největší fajer a přes okno
sleduj, až se zrobit. Myslim okno od truby.
Nakonec posypej bazalku a máš hotovo!
Hlavně tam nedavej kečup, bo to by ti Ital
zrušil rodne číslo!

Picu smotni jak brko za školou, probod-
ni paratkama, rozkroj na dvě pulky a máš
z picy plněnou tortilu!



SEZNAM DO SAMOŠKY

tortilla _____
pesto _____
šunka _____
syr gouda _____
salam _____
červená cibulka _____
rajčatka _____
kukuřice z plechovky _____
olivky _____
bazalka _____

A z čeho dalšího si můžeš pizzu poskladat podle sebe:

tvaružky _____
chilli papričky _____
ananas _____
artičoky _____
mozzarella _____
parmezan _____
slanina _____
kuřecí maso _____
tuňak _____
žampiony _____
vajičko _____



ČINSKA POLEVKA Z VIETNAMSKE KNAJPY

Maš chuť na ostrokyselu azijsku polevku, ale spížírna ti ukazuje fakač a do hospody i obchoda daleko? Zrob si ju sam!

Na olejičku zarestuj zbytek kuřecich prsíček společně s mrkvu od kralíka Helmuta. Po 4 minutach přival feferonku, rajscky protlak a restuj 1 minutu dal. Dodej zbytek čili pasty. Jestli ti zustalo Jidašovo ucho a bambusove vyhoňky zahrabane v kredencu, tak maš velku vyhodu, to tam naval tež.

Teraz to zalij 2 litrama silneho kuřecího vyvaru – jak ho zrobiš, to je tvoja fantazyja. 15 minut všecko povař a ku koncu do toho třískni porek. Umyj ho, ať ti v hubě nepraska pisek!

V maľem kybliku rozkvedlej vajco, pomaľinku ho vlej do vařící polevky a zamašaj. V jedne decce studene vody ješřě rozmičkej škrob, který v polevce 3 minuty povař.

A nakonec dochucovačka! Tu si zrob spiše podle svoji chuti, bo každý mame jine huby.

SEZNAM DO SAMOŠKY

250 g kuřecich prsou

1 mrkev

1 feferonka

1 lžička rajskeho protlaku

2 lžičky chilli pasty

3 lžice Jidašova ucha

2 lžice bambusovych vyhonku

2 litry kuřecího vyvaru

10 cm porku (bile časti)

1 vajičko

2 lžice škrobu

100 ml studene vody

Na dochuceni

1 lžice moučkového cukru

4 lžice ryžového octa

4 lžice světle sojovky

1 lžice tmave sojovky



UTOPENCUV SALAT

Věděl jsi, že můžeš zrobit utopence na revolučni způsob? Mam fintu, jak ty utopence zrobit tak dobre, že tě vystřeli do vesmiru.

Sežeň si parky, které obsahují aspoň 85 procent bravka. Podelně je nařizni a svlikni z přepravniho prezervativu, bo jinak by se ti špatně žvykalo. Pak ty ocasky nařezej na tenke žižaličky, dale nakrajaj nakladane okurčičky na male kusičky a když budeš v tym krajecim ajfru, tak ještě přiber i pulku cibule a jednu papriku.

Všecko nasyp do misy, přival hořčicu, paliprdel pastu excelente palidupa veržn, tež popel z dědka a malinko mleteho koriandru.

Do misy k temu všeckemu dale šťastni okurkovy nalev, moučkovy cukr, orchestrovu omačku, přidej pořadně soli, brutalně zamišaj a naval do sklinky i s nalevem.

Sklinky zavři minimalne na 2 dny do lednice.

SEZNAM DO SAMOŠKY

- 3 libove parky
- 7 nakladanych okurek
- ½ cibule
- 1 paprika
- 2 lžičky hořčice
- 1 lžice chilli pasty
- sul polskeho cestařa
- popel z dědka
- 1 lžička mleteho koriandru
- 300 ml nalevu z okurek
- 1 lžice moučkového cukru
- 1 lžice worcestrovoe omačky



Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Heřmanova kuchařka - hrc, prc, hotovo!
Pokud se Vám ukáзка líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.