

# Vizovická kuchařka

*Markéta Chovancová*

m



Tradiční  
**RECEPTY**  
z regionu

# Vizovická kuchařka

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.knihynastole.cz](http://www.knihynastole.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Markéta Chovancová**

**Vizovická kuchařka – 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**

# Vizovická kuchařka

*Markéta Chovancová*



© Markéta Chovancová, 2025  
Fotografie: © Markéta Chovancová  
Fotografie na obálce: © Milan Jursa, © Kristína Jursová

ISBN tištěné verze 978-80-7448-534-3  
ISBN e-knihy 978-80-7448-538-1 (1. zveřejnění, 2025) (ePDF)

# Obsah

O regionu	7
Každodenní strava	8
Sváteční a nedělní jídla	9
Sezónnost a zásoby na horší časy	10
Odkaz vizovické kuchyně	11

## **KDYŽ JE CHUŤ NA SLADKÉ**

Vdolečky	15
Frgály	17
Frgály – náplně	19
Trnkové knedle	21
Ovocný táč s drobenkou	23
Buchty s povidly	25
Kynuté knedle s borůvkami	27
Bábovka s jablky	29
Jablkový závin	31
Lívance	33
Žemlovka s tvarohem a jablky	35
Litá buchta s ovocem	37
Šulánky	39
Jáhelník	41
Pohančená kaša s hruškú	43
Šusterka	45
Laty	47

## **KDYŽ JE HLAD JAK SVIŇA**

Kyselica	51
Kachní stehna s červeným zelím a laty	53
Hřibjanka	55
Štrycla	57
Zelňáky	59
Česnečka	61
Pagáče	63
Slížky	65
Kontrabáš	67
Ovarovica s kroupami	69
Kynuté škvarkové pagáčky	71

Králík pečený se špekem a dušeným kelem	73
Zelníčky vařené	75
Pečáky s tvarohovou pomazánkou	77
Podlesníky	79
Valašský guláš	81
Hřibová omáčka s pohankovými knedlíky	83
Máčka trnčená	85

## **KDYŽ SA SCHOVÁVÁ DO KOMORY**

Hrušková povidla	89
Čalamáda	91
Kompotované hrušky	93
Kysané zelí	95
Oškvarky a oškvarková pomazánka	97
Paštika	99

## **KDYŽ PŘIJDÚ SVÁTKY**

Mazanec	103
Boží milosti	105
Jidášky	107
Koblíhy	109
Tvarohové koblížky	111
Vánočka	113
Smetanové cukroví	115
Perníčky	117
Povidláky	119
Vizovické pečivo	121

## **ZÁVĚR**

Proč tato kniha vznikla	124
Jak tato kniha vznikla	125
Na závěr	126
Použitá literatura	127



# O regionu

Vizovicko je kraj na rozhraní dvou odlišných světů. Na západě se otevírá Haná, země úrodných polí, širokých lánů obilí a bohatých vesnic. Na východě začíná Valašsko se svými drsnými horami, pasekami a tvrdým životem lidí, kteří byli odkázáni především na brambory, pohanku a chov dobytka. Vizovice stojí na místě, kde se oba světy protínají a navzájem ovlivňují. Tato poloha vtiskla zdejšímu kraji zvláštní charakter. Není ani ryze hanácký, ani čistě valašský – propojuje prvky obou.

Krajina zde není jedolitá. V údolích se rozkládají políčka a vinohrady, na stráních se střídají ovocné sady a paseky táhnoucí se k hřebenům Vizovických a Hostýnských vrchů. Tento pestrý ráz se odrážel i v životě lidí. Z Hané sem proudilo obilí, rozvinutější zemědělství a jistá pohoda. Z Valašska zase houževnatost, střídmost a schopnost vystačit si i s málem. Vizovicko se tak stalo hranicí, ale i mostem mezi dvěma kulturními světy.

Historické prameny popisují rozdíly, které byly na první pohled patrné. Zatímco na Hané bylo možné vidět bohaté selské usedlosti s plnými sýpkami, valašské paseky nesly stopy neustálého zápasu o přežití. Vizovice a jejich okolí se pohybovaly někde mezi tím. Lidé zde nikdy nežili v přepychu, zároveň však nebyli odkázáni na chudobu horských samot. To se odráželo ve všem – v podobě vesnic, každodenní práci, zvycích i mentalitě obyvatel.

Blízkost Hané přinášela do regionu otevřenost, obchod i kulturní vlivy. Z Valašska sem proudila pevnost, soudržnost a tradice. Vizovice byly místem, kde se křížily cesty, z nichž lidé putovali na trhy i do vzdálenějších měst. Tento proud vlivů vtiskl regionu svébytnou tvář.

Jedinečnost Vizovicka spočívá právě v těchto kontrastech. Je to kraj, který stojí mezi dvěma světy a zároveň je oba propojuje. Není jen přechodem z Hané do Valašska, je krajinou, kde se protiklady spojily v nový celek. Jeho charakter je pevný i otevřený, střídový i pestrý, skromný i vynalézavý. Tento charakter se dodnes odráží v životě i paměti regionu.

# Každodenní strava

Živobytí na Vizovicku bývalo vždy skromné. Josef Čižmář k tomu poznamenává: „Od práce zedraných lidí bývalo u nás dost, ale rolníka vypaseného břucháča nikdy.“ V těchto slovech se odráží každodenní dřina, houževnatost a hrdost obyvatel. Z mála dokázali vytvořit pokrmy jednoduché a přitom syté, které jim dodávaly sílu k těžké práci. Strava nebyla zaměřena na pestrost ani hojnost, spíše na prostotu a účelnost. Základ jídelníčku tvořily brambory, zelí a mléčné pokrmy. Tyto suroviny byly dostupné, daly se uchovávat po delší dobu a dalo se z nich připravit mnoho variací pokrmů. Chléb, který je obvykle považován za základ života, na Vizovicku nepatřil k samozřejmě součástí jídelníčku. Jeho výroba byla časově i surovinově náročná, a proto se pekl jen občas. V běžných dnech jej nahrazovaly různé placky, které se rychle připravily a lidé si je brali s sebou do práce na pole nebo louky.

Polévky tvořily na Vizovicku neoddelitelnou součást všední stravy. Nejčastěji se vařila kyselica, připravovaná ze zelí a brambor. Čižmář uvádí, že Vizovjané ji měli natolik v oblibě, že se jim sousedé ze Zlína posmívali slovy „Vizovice sú z kyselice“. Vedle ní se v domácnostech objevovala kmínová nebo česneková polévka. Vařila se i houbová polévka nebo ovarovica z ječných krup. Tyto polévky tvořily podstatnou část jídelníčku a díky své sytosti pomáhaly překlenout náročné pracovní dny.

Maso se ve všední dny objevovalo jen výjimečně. Bylo cenné, a proto se hospodyně při běžném vaření spoléhaly spíše na zásoby ze spížirny, mléčné výrobky a kaše. Nejčastěji se připravovaly pohankové či ječné, které zasytily a nevyžadovaly nákladné suroviny. V zimních měsících poskytovaly zdroj energie také sušené plody. Hrušky a trnky byly nejen pochoutkou pro děti, ale také jednoduchým a praktickým doplňkem jídelníčku, snadno uskladnitelným.

Každodenní strava Vizovicka byla střídáma, pevně zakotvená v rytmu zemědělského roku. Byla prostá a účelná a díky své jednoduchosti dokázala z mála vytěžit maximum. Zasytit, dodat sílu a neplýtvat.

# Sváteční a nedělní jídla

Sváteční jídla byla spojena s výjimečnými okamžiky, kdy se Vizovjané vymanili z každodenní střídmosti. Byly to chvíle hojnosti, rozmanitosti a slavnostní nálady. Zatímco běžný den byl naplněn prostými pokrmy, jejichž úlohou bylo zasytit a posílit, v neděli nebo o významných svátcích se stůl proměnil v prostor, kde jídlo neslo hlubší význam. Stávalo se projevem pospolitosti a naděje, symbolem výjimečné chvíle, kterou si rodina chtěla zapamatovat.

V tyto dny se na stůl dostávalo to, co se během týdne pečlivě šetřilo. Především maso, vzácné v běžných dnech. Slepice se vařily jen při největších svátcích, svatbách nebo jiných mimořádných příležitostech. Josef Čižmář popisuje, jak v bohatších rodinách svatební stoly zdobila hovězí polévka s fazolemi, slepičí s lokšemi, dršťková a také vepřová pečeně se zelím. Byly to pokrmy, které se v běžném týdnu na stůl nedostaly, a proto působily na všechny přítomné téměř slavnostním kouzlem.

Ve sváteční dny měl významné místo také chléb. Zatímco všední dny patřily prostým plackám, pecen chleba se připravoval s obřadností a úctou. Po upečení se s chlebem zacházelo jako s darem Božím. Byl znamením pořádku v domě i pohostinnosti. Každého příchozího vítal krajíc chleba a přání, aby se v domě dařilo. Chléb přesahoval svůj prostý účel a stal se symbolem hojnosti i jednoty rodiny.

Na sváteční tabuli nechyběly ani sladké pokrmy, které dotvářely sváteční atmosféru. Vdolečky a koláče s povidly připomínaly, že v ten den nejde jen o sytost, ale také o radost a sdílení. Sladkost moučníků spolu se sklenkou domácí slivovice vytvářely atmosféru kontrastující s prostotou běžné stravy a připomínala, že i v kraji zvyklém na střídmost a tvrdou práci bylo místo pro chvíle radosti a oslavy.

Sváteční kuchyně Vizovicka byla protipólem každodenní střídmosti. Byla plná symbolů, radosti a pospolitosti, přesto zůstávala věrná jednoduchosti, která byla vlastní celému regionu.

# Sezónnost a zásoby na horší časy

Hospodárnost, pramenící z obav z nejisté úrody a nutnosti připravit se na horší časy, formovala celou vizovickou kuchyni. Zásoby ve spíži byly nezbytností, která často rozhodovala o tom, zda rodina přečká zimu i chudší roky.

Hrušky, jablka i švestky se sušily v pecích nebo v menších sušárnách, odkud se poté ukládaly do plátěných pytlů či dřevěných nádob. Sušené plody byly sladkou pochoutkou pro děti a zároveň cennou součástí kuchyně. Přidávaly se do kaší, polévek nebo svátečních vdolků a dokázaly zpestřit jídelníček v zimě, kdy čerstvé ovoce nebylo k dispozici. Zvláštní místo zaujímaly švestky, z nichž se vařila hustá povidla. Ta měla dlouhou trvanlivost, dala se jíst samotná nebo používat jako náplň do pečiva a koláčů. Zasytit dokázala i v době, kdy jiné suroviny chyběly.

Významnou roli hrálo i kysané zelí. Každý hospodář na podzim připravoval bečky, do nichž se vrstvily nakrájené hlávky proložené solí, kmínem, cibulí a někdy i jablky. Zelí se šlapalo bosýma nohama, aby dobře pustilo šťávu a vykvasilo. Čižmář uvádí, že takto naložené vydrželo celou zimu a bylo základem mnoha jídel. Bečka zelí byla jistotou, bez níž si tehdejší domácnost zimu dokázala jen stěží představit.

K tradičnímu zpracování úrody patřilo také pálení slivovice. Vizovice a jejich okolí byly známé bohatými švestkovými sady, a z jejich plodů vznikl nápoj, který se stal symbolem kraje. Slivovice sloužila jak k oslavám a posezením, tak i k zahřátí v zimních měsících. Často byla považována za lék proti nachlazení. Samotné pálení bylo společenskou událostí: sousedé se scházeli, pomáhali si, slavili úrodu a tím utužovali vzájemné vztahy.

Vizovická kuchyně byla proto kuchyní prozíravou. Každé jablko, každý kus masa a každá kapka mléka měly své místo a svůj účel. Připravené zásoby ve spíži byly pojistkou proti neúrodě a časům nedostatku. Tento přístup nebyl jen praktickým opatřením, byl také výsledkem zkušeností mnoha generací, které dobře věděly, že hojnost jednoho roku může vystřídat nedostatek toho následujícího.

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Vizovická kuchařka .  
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.