



OSTRAVSKY GASTROŠEF

HEŘMAN OVA KUCHAŘ KA



**FIČAKY
ZA HUBIČKU**



nastole

Heřmanova kuchařka fičky za hubičku

Vyšlo také v tištěné verzi

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



Ostravsky Gastrošef
Heřmanova kuchařka – fičky za hubičku – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

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

ALBATROS  **MEDIA**



Ostravský
Gastrošef

HEŘMANOVA KUCHAŘKA

FÍČAKY ZA HUBIČKU

OSTRAVSKY GASTROŠEF



SEZNAM RECEPISU

Berlinsky řízek	116
Bramboračka našeho dědka	26
Bramborový salat na chlebičky	60
Bratislavská vepřová pečeně	64
Čertovská krkovic	66
Česka čína z devadesatek	10
Dělnický řízek z lančmita	98
Dvanactihodinová kačena	62
Falešné čevabčiči s hranolkami a hořčicou	32
Hermelinový karbanatek	132
Hermelinový salat	88
Hovězí kliška na mrkvi	86
Hovězí na hořčici	22
Hrachová kaše s klobasou	58
Husakový karbanatky	24
Chimichurri	140
Chleba s vajíčkem od stareho haviřa	124
Jak správně grilovat klobasu	154
Jak správně vysmažit topinku	152
Jak uvařit vejce natvrdo v horkovzdušce	158



Jak zrobit lepši okurkovy salat	156
Křupavy chleba ve vajcu se syrem gouda	14
Kuřeci kari	118
Kuře na černem pivu	40
Kuře pečené na zeli	18
Listovi šneci s bryndzou	82
Masove kuličky z kremačky na křečka	36
Masove nudličky na černem pivu	84
Mini pizza na pařbu pro haranty	142
Mlety řizek s cheddarem	134
Moravske šneky	52
Moravsky vrabec se zelim retro	90
Nakladane umami tvargle	42
Ostravska bestyja z truby	128
Ostravsky retro salat	122
Ožralecky salat	126
Palivy bordel z ubytovny	110
Parečky v pivnim těstičku	72
Parek v česnekove bagetě	68
Parky se zelim na rakusky zpusob	108
Pečeny buček	112
Polsky bramborovy salat	76
Pomalu pečeny buček do flašky	78
Pomazanka z tvargli special	48
Prava pljeskavica	94



Pravy hospodsky gulaš	46
Putimske vepřove nudličky	70
Rakusky salat bez majonezy	38
Ražniči před vyplatou	104
Rohlikove chipsy	96
Rozlitany španělak	138
Rumcajz salat original	136
Ruske vajco	44
Rybi prsty chlipneho kapitana	144
Rychlovka s uzenym na chlebiku	16
Řízky z dušene krkovice	102
Segedinsky utopenec	56
Sekana svičková	50
Smaženy květak lepší než maso	120
Sushi po opici	92
Svičková před vyplatou	130
Tajemstvi dokonalych utopenců	34
Tajemstvi michelinske masove topinky	74
Tatarak z Vysočiny	80
Trenčanske parky z čundru	30
Turbo fofr chlebičky	28
Tyrolsky salat	150
Utopenci z tlačanky	12
Vaječina na topince	54
Vaječna majoneza	114



Vepřové s kedlubnovým zelím	146
Vindaloo	148
Zavin puch jak od ropuch	100
Zeli s uzeným masíčkem	20
Zlaté křupave kuře i s kobzolama	106



Zduř! Jsem ostravsky gastrošef Heřman Gazda. Ani nevím, jak jsem to zrobil, ale mam pro vas už čtvrtu kuchařku! Navalil jsem do ni to nejlepší, ty největší pecky, ze kterých se zeslimeš jak bernardyn v Beskydach, nakrmiš celou rodinu i hladové sousedy, a přitom ti to nespali šrajtoflu! A to se v dnešní době hodí!
Díky, že mě sledujete na JuButu, Fejzbučku, Instantním gramu, Tiktoku a na dalších internetech, bo bez vas bych byl v dupě. Jste fajn a milí syrkorky moje!
Ať se vám kuchařka líbí!

Vaš ostravsky gastrošef
Heřman Gazda

ČESKA ČINA Z DEVADESATEK

Kašli na originalni receptisy, zrob si retro čínske bistro v panelaku! Mistři asijských kuchyni pujdou k zemi jak zrušene šachty, bo česká čina z roku 1998 všecky převalcuje!

Kuřeci zadní nahony nakrajaj na nudličky, zalij kapkou oleja, přisypej jedlu sodu, zamišej a nechej 30 minut odpočinut. Potom je rozhazej na rozpaleny olej do panvice stareho woka. Moc s tym nechechlej, musíš pomalu, bo ti masičko pusti šťavu. V průběhu smažení ještě přival pepř.

Pak masičko vytahni, ve vypeku zasmaž cibulu s mrkvičkou, přival česneka nahrubaka, červenou papriku a pekingske zeli. Chvilu michej a pak k tomu těpni namlety zazvor, světlu a tmavu sojovku a vyvar ze slepice. Zadní poloosy nabuchej zpatky a dohusti solamylem. 3 minuty povař a zrob závěrečné dochucení světlu sojovku (jestli máš rad, tak rybi omáčku).

Teraz uvař ryžu (fajna je ta s napisem Lagris na asijský wok) a možeš servirovat!

SEZNAM DO SAMOŠKY

180 g mrkve

90 g cibule

320 g pekingskeho zeli

650 g kuřecich stehennich řízků

1 lžička jedle sody

1 červená paprika

3 lžice oleje na smažení

popel z dědka podle chuti

4 stroužky česneku nahrubo

1 lžička mletého zazvoru

4 lžice sojove omáčky

300 ml kuřeciho vyvaru

2 lžice solamylu na 3 lžice

studene vody

ryže Lagris na asijský wok

NA DOCHUCENÍ

světla sojovka

chilli paprička podle chuti

malinko ryžového octu (když ho máš rad)

rybi a ušticova omáčka



UTOPENCI Z TLAČENKY

*Aneb jak utopit koncentrovaného
bravka nacpaného do rukavu.*

Do kastrola nalij vodu a ocet, přisypni nové koření, hořčičné semínko, listy Pavla Bobka, cukr a sůl polského cestaře. Dukladně rozchechlej, přiveď k varu a vypni plyn.

Do misy nakrajaj cibuli a feferonku, polož to nakladanými okurčičkami a pořádně zasypej popelem z dědka. Všecko zodpovědně zamyšlej a připrav si tlaču. Nakrajaj ju na kostičky a promichej s tím připraveným bordelem v mise. Obsah nasypej do sklinek a zalij studeným nálevem až po vrch, ať to nečapne pliseň. Konzumovat můžeš hned zítra, ale sněž to všecko do tří dnů.

SEZNAM DO SAMOŠKY

440 ml vody

210 ml octa

1 lžice soli (nebo podle chuti)

1 lžice cukru

3 kuličky nového koření

2 listy Pavla Bobka

1 lžička hořčičného semínka

3 cibule

1 feferonka

100 g nakladaných okurek

popel z dědka (hodně)

500 g tlačenky





KŘUPAVY CHLEBA VE VAJCU SE SYREM GOUDA

Legendarní klasika! Žadne kudrlinky, prostě poctivý krajíc vyvalený ve vajíčkách se syrem. Syte žradlo na večer i po šichtě. Mastné a fajn, prostě top strop pro každý rypáček.

Nastruhej goudu na dirkovanem plechu na tych nejjemnějších d'urkách, přival vajíca, pořadně to podědkuj i popopeluj a nakydej plnoštíhlu hořčicu. Pořadně to zamichej jak na centrifuze v Bajkonuru a teleportuj do toho namočit starší chlebičky.

A jdeme smažit! Zkontroluj, jestli máš na vrchní straně dostatek syra s vajíčkem a pleskni chlebičku tou stranou do rozpaleného sadelka. Než se ti chlebičky propečou, tak rovnoměrně vidličkou rozfrkej sýr i na druhou stranu a pootáčej. Osmahni dozlatova.

Křupave chlebičky zestříkej kečupem nebo nějakou hořiprdel bestyju, dozdob třeba cibulkou, okurčičkou a kapkou hořčice.

SEZNAM DO SAMOŠKY

130 g syra gouda

3 vajíčka

popel z dědka a sul podle chuti

2 lžice hořčice

starší chleba

sadlo na smažení

NA OZDOBU

kečup

cibule

okurka

hořčice





RYCHLOVKA S UZENYM NA CHLEBIKU

*Neni rychlovka jako rychlovka.
Někdo ma rad tu se švarnu babu,
někdo s uzenym. S tutym recepti-
sem možeš stihnout obě.*

Kus uzene krkovice praskni do vody a pořadě tam hazej česnek, mrkev, petrželku, kusek celeru a koření. Zasol, dolij vodu a tahni asi 45 minut. Potom tu flakotu vytahni a nakrajaj.

Chleba namaž hořčicu, naklad' uzene medaile a dozdob tym, co vyčmuchaš ve spižirně. Fajne su okurky, cibula, paprička, petrželka, možeš dat tež struhany křen.

SEZNAM DO SAMOŠKY

uzena krkovice

4 stroužky česneku

2 mrkve

2 petržele

¼ celeru

½ cibule

3 stonky jarní cibulky

3 kuličky noveho koření

1 lžička popela z dědka

3 listy Pavla Bobka

sul

hořčice

cibule na ozdobení

nakladane okurky

paprička

zelena petrželka





KUŘE PEČENE NA ZELI

Honi tě mlsná a nevíš, co bys?

Ukažu ti kuře pečené na zeli, které zvladne i cvičená opica po víkendové pijatce!

Na sadelko poklad' macate zadní kuřecí naprawy a pořadně je posoluj, pokmiňuj a podědkuj, pak je osmahni z obou stran. Až budu sežehnute, naprawy odval pryč a do vypeku pošli nakrajanu slaninku a cibulu. Chechlej až do zlatovavové barvy a pak tam sypni překrajane zeličko zbavené nalevu. 5 minut mišej, zalij malinkem vody, navrch tam zpatky navál zadní naprawy, zadekľuj vikem a těpni do truby na 180 stupňu na 45 minut. Potom odval viko a dopeč horkým lufem na 220 stupňu 15 až 20 minut. Podle toho, jaku maš doma trubu.

SEZNAM DO SAMOŠKY

3 lžice sadla

4 kuřecí stehna

sůl a popel z dědka

kmin

200 g anglické slaniny

3 větší cibule

500 g kysaného zeli

100 ml vody





ZELI S UZENYM MASIČKEM

Trapi tě dilema, které zeli je lepší? Ostravske, kysele jak prdel, nebo pražske, sladke jak cecek? Tož dneska se tym netrap. Zeber kysele a zrob si nebe v hubě.

Založ si vyvar z uzených vepřových žebírek a přísad, které najdeš níže v seznamu do samošky. Z kysaného zelička vymačkej nalev a dej si ho na bok. Zeličko překrajj, ať ti netrčí z huby jak lijana. Na dirkovaném plechu naškrkej jabko, nakrajj větší cibuli a špek – a ten hned pleskni do kastrola. Až začne prskat jak tchyňa, zasypej cibulou a započni škvařbu. Až cibula zežlutne, nagichej do toho cukr krystal a karamelizuj asi 3 minuty. Nesmiš to spalit!

Teraz tam švihni to naškrkane jabko, podědkuj, přisyp zeli a chvílu pochechej. Do toho všeckeho přival ten paradní uzený vyvar a vař všeco 15 minut. Potom to zahusti vodu smíšanou s hladkou muku, doplň vyvarek, zadekluj a vař dalších 10 minut!

Koncovka už je jenom na tobě: Podle vlastní chutě dosypej cukřík, sul a dokyseluj tym nalevem, co sis ho odložil na začátku.

Uzene žebro rozdrbej a ve finale ho na táleřu ponakladej na zeličko.

Žranica začína!

SEZNAM DO SAMOŠKY

NA VYVAR

3 kg uzených žeber

1 mrkev

¼ celeru

1 cibuli se slupkou

1 petržel

3 stroužky česneku ve slupce

2 listy Pavla Bobka

6 kuliček nového koření

1 lžička soli

29 kuliček pepře

NA ZELI

500 g kysaného zeli

1 větší cibule

80 g špeku

1 jablko

2 lžice cukru krystalu

popel z dědka a sul

100 ml vody

2 lžice hladké mouky

vyvar z uzeného (podle potřeby)

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