



Vývarový speciál

inspirovaný Magdalenou Dobromilou Rettigovou

*O vývarech, jež psí tělo posilují,
klouby i střeva vyživují a k rovnováze navracejí*

Sepsáno s láskou, trpělivostí a úctou k přirozeným potřebám našich psů

*Vaše Šárka Janouchová
Krásná čarodějka.cz*



Hovězí vývar jež sílu navrácí

Tento vývar sluší se připravit všude tam, kde psí tělo posilu si žádá, klouby úlevu ocení a kosti zase pevnost. Není to pokrm spěšný, žádá si svůj čas, trpělivost a tiché bubláni. Odměnou jest vývar silný, hutný a nad jiné výživný.

Co připravit se sluší

Vezmi:

- ✓ 2 hovězí kolena neb jiné kloubní části
- ✓ 1-2 kosti morkové
- ✓ 1 kus chrupavčitý hovězí (ohánka či nohy část postačí)
- ✓ 1 lžíce octa
- ✓ List bobkový a 6 kuliček koření nového
- ✓ Vody dle velikosti hrnce (na 4-5 litrů nejlépe)

Ke konci vaření, chceš-li, možno přidati kousek mrkve či petržele pro vůni, nikolivě však pro chuť hlavní.

Jak vývar vařiti

Kosti do hrnce vlož a studenou vodou zalij tak, aby zcela ponořeny byly. Lžící octa vlij a vše po půl hodiny odpočinouti nech. Tím jest minerálům i kolagenu lépe se uvolnit dopřáno. Poté vývar pomalu zahřívěj, a čekej až první dech varu uslyšíš. Jakmile se tak stane, plamen na nejmenší možný stáhni a nech jej táhnouti dlouze a tiše nejlépe 12-24 hodin. Papínův hrnec ti čas vývaru tažení ušetřit může na 6-12 hodin.

Kosti hovězí času potřebují, neboť jen pomalým a vytrvalým tažením vydají ze sebe kolagen, želatinu, minerály i aminokyseliny, jež tělu prospívají.

Po dovaření vývar sceď a zcela vychladnouti jej nech. Kosti do odpadu vhod' neb vařené tělu psa neprospívají a nebezpečné býti mohou!

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Tento vývar jest silný a vydatný, zvláště vhodný pro psy s artrózou, bolavými klouby, zády neb v době zotavování. Je-li však pes dlouhodobě se zažíváním citlivý, sluší se zvoliti spíše vývar lehčí krůtí, rybí či zeleninový.

Vařen pomalu a dlouho, podáván s láskou

www.krasnacarodejka.cz



Kuřecí vývar, jenž tělo hladí a trávení těší

Tento vývar jest jemný, lehký a snadno stravitelný, proto sluší se podávati psům v časech oslabení, při potížích se zažíváním či tehdy, kdy chuť k jídlu polevuje. Jako tiché pohlázení po těle i po duši působí a bývá vítán i tam, kde jiné pokrmy zatěžují.

Co připravit se sluší

Vezmi:

- ✓ 2–3 kuřecí skelety
- ✓ 4–6 kuřecích krků neb běháků (podaří-li se je sehnati)
- ✓ 1 lžíci octa (klasického či jablečného)
- ✓ List bobkový a pár kuliček koření nového
- ✓ Vody dle velikosti hrnce (nejlépe 4-5 litrů)

Jak vývar vařit

Kosti do hrnce vlož a studenou vodou zalij. Vlij ocet a vše hodiny půl státi nech, aby cenné látky se lépe uvolnit mohly.

Poté zvolna vývar až k varu zahřívěj. Pak plamen na nejmenší možný stáhni a tiše po 4 až 6 hodin vývar táhnouti nech. Spěchati netřeba.

Po dovaření vývaru sced' a zcela vychladnouti nechej. Kosti do odpadu vhod' neb vařené tělu psa neprospívají a nebezpečné býti mohou!

O tuku krátká zmínka

Kuřecí vývar jest přirozeně povahy méně tučné, než hovězí, přesto se na povrchu jemná tuková vrstvička vytvořiti může. Dle psa jest možno vývar podávati i s tukem (je-li zdrav a dobře-li tráví), neb jej po plném vychladnutí lehce odtučniti u psa citlivějšího možno.

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Vývar tento dobře posloužiti může při průjmech, zvracení a nechutenství. Také v časech zotavování po veterinárním zákroku, či celkovém oslabení organismu, neb jako první vývar pro štěňátka. Jako každodenní doplněk stravy starších psů k podpoře hydratace, minerálů a kloubů.

Vařen zlehka, podáván s láskou

www.krasnacarodejka.cz





Krůtí vývar, jenž do hloubky tělo vyživuje

Vývar tento jest obrazem klidu, vnitřní síly a tiché výživy jako krůta sama. Na první ochutnání jemně působí, avšak v těle do hloubky a s vytrvalostí pracuje. Jest to vývarem chuťově bohatým a vrstevnatým, přesto lehkým a sytícím.

Co připravit se sluší

Vezmi:

- ✓ 2–3 krůtí krky neb křídla,
- ✓ 1 krůtí skelet (na kusy dle velikosti hrnce rozsekaný)
- ✓ Kousek kořenové zeleniny (chceš-li)
- ✓ 1 lžíci octa
- ✓ List bobkový a kuliček koření nového několik
- ✓ Vodu dle velikosti hrnce (nejlépe 5-4 litru)

Jak vývar vařit

Vše do hrnce strč a studenou vodou zalij. Přidej octa lžíci a nech hodiny půl odstát, aby cenné látky se lépe uvolnit mohly.

Poté vývar zvolna zahřívaj a na velmi mírném plameni po 8 až 12 hodin táhnouti nech. Spěch zde nemá místa. Vývar krůtí klid vyžaduje, aby sílu svou beze sporu a v tichu vydati mohl.

Po dovaření vývar sceď a nech jej zcela vychladnouti. Dle potřeby tuk odejmouti můžeš. Kosti do odpadu vhod' neb vařené tělu psa neprospívají a nebezpečné býti mohou!

O povaze krůtího vývaru

Každý vývar má osobitého charakteru. Oproti kuřecímu jest zemitější, silnější a výživnější. Sluší se zvláště při regeneraci, fyzické zátěži či celkovém oslabení.

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Doněvadž krůta než kuře jest větší, jsou její kosti mohutnější a na kloubní spojení i chrupavky bohatší, přechází do vývaru hojnost látek, jež tělo psa dobře využítí umí. Vápník, fosfor, draslík a hořčík pevnosti kostí, práci svalů a celkové vitalitě napomáhají.

Tažen pomalu, podáván v čase, kdy tělo péči žádá.

www.krasnacarodejka.cz





Slepice, královna mezi drůbeží

Podari-li se ti slípku sehnati, neváhej ani chvíle. Příprav z ní vývar, jenž k nejcennějším pokrmům, jaké znaly již babičky našich babiček, radí se. Slepíčí vývar lékem i posilou jest všude tam, kde tělo zesláblo a sílu mu třeba navrátiti.

Na rozdíl od kuřete či krůty jest slepice zvíře starší. V tom výjimečnosti její spočívá. Vývar z ní jest na živiny cenné bohatý, chuti hluboké a výživou koncentrovanou pyšnit se může.

Vývar slepičí jest barvy tmavší, chuti plnější a účinků silnějších.

Jak s vývarem nakládati

Slepíčí vývar připravuje se podobně jako kuřecí neb krůtí, avšak času žádá více. Dopřej mu klid a trpělivost. Ideálně jej táhni po 12 až 24 hodin, dle velikosti a stáří slepice. Papínuv hrnec snese méně, plně postačí 6-12 hodin pomalého tažení na nejmenším plameni. Jen pomalým tažením vydá slepice vše, co v sobě nese, a promění se z prostého kusu drůbeže v pokrm lahodný a hodný královského stolu.

TIP HOSPODYNĚ

Kdo možnosti vývar ze slepice vařiti má, v rukou jeden z nejstarších a nejúčinnějších prostředků k posílení těla drží. Jest to vývar slavnostní, tichý a mocný.

Tažen dlouze, podáván s úctou.

www.krasnacarodejka.cz





O tuku a želatině dobré jest věděti

Po vychladnutí na povrchu vývaru se tuková vrstva vytvoří. Pod ní nalezneš hutný želatinový rosol. To jest znamení vývaru dobře taženého a kolagenem bohatého.

Je-li pes zdrav, aktivní a dobře-li tráví, může mu býti vývar podáván i s tukem. Kvalitní tuk energii dodává, stejně jako vitaminy A, D, E a K oplývá. Také kůži, srsti i nervům prospívati může.

Pozor však dej!

U psů citlivého zažívání, po operaci neb s potížemi trávení jest lépe vývaru odtučniti.

V takovém případě:

Vývar po scezení zcela vychladnouti nech (nejlépe v chladu). Tuk tak v pevnou vrstvu na povrchu ztuhne. Tu pak snadno lžící sejmeš a vývar čistý podáváš.

Sejmutý tuk nevyhazuj. Můžeš jej darovati ptactvu v zimním čase. Tuk i vývar lze bez obav zamraziti.

TIP HOSPODYNĚ

Dobře jest věděti, že čím méně se vývaru do cesty pleteš, tím lépe tě odmění

Zeleninový vývar, jenž tělo čistí a krev občerstvuje

Ačkoli pes jest od přírody tvorem masožravým, není moudré sílu rostlin opomíjeti. Tak jako i člověk z rozmanitosti prospívá, i psímu tělu svědčí příležitostné zpestření stravou lehčí, očištnou a minerály hojnou.

Co připravit se sluší

Vezmi od všeho kousek:

- ✓ Červené zeli
- ✓ Červené řepy
- ✓ Mrkve a celeru
- ✓ Řapíkatého celeru
- ✓ Žluté papriky
- ✓ Bramboru a batátu kousek (menší postačí)
- ✓ Houby shiitake a lví hřívu
- ✓ Česnek (stroužek postačí)
- ✓ Kopřivu čerstvou, ale i sušená býti může (asi 1/2 hrnku na 5 litrů čerstvé, sušené 3 lžíce dej)
- ✓ Kurkumu (čerstvou neb sušenou) čajová lžička stačiti bude
- ✓ Pár kuliček černého pepře
- ✓ Zázvoru kousek
- ✓ Oregana čajová lžička
- ✓ Koriandrových semínek čajová lžička
- ✓ Listu bobkového i dva býti mohou
- ✓ Lžíci kokosového oleje
- ✓ Lžíci oleje olivového
- ✓ Vody dle velikosti hrnce (nejlépe na 3 litry)

Jak vývar vařiti

Vše do hrnce vlož a vodou zalij. Nejlépe bez chloru, máš-li možnost. Na mírném plameni tak dlouho vař, dokud zelenina svou barvu i sílu vodě nevydá a vývar sytý odstín a vůni nezíská.

Na závěr lžičkou kokosové amino omáčky pro větší lahodnost vývaru dochutiti můžeš.

Vývar sced' a čistý podávej dle potřeby samostatně, neb jako základ další stravy.

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Zeleninový vývar jest lehký, očištný a osvěžující. Podáván s rozvahou prospívá i masožravci, neboť ne vše, co tělo potřebuje, pochází z masa.

Vařen z barev země, podáván pro rovnováhu

www.krasnacarodejka.cz

Vývar očistný, jenž tělo zátěže zbavuje

Tento vývar jest pro očistu, podporu jater a jemnou, avšak účinnou výživu. Spojuje v sobě sílu kostí, bylin i hub a připravuje se tak, aby žádná část nazmar nepřišla. Je to pokrm celistvý, v němž se výživa i léčivá síla spojují v jeden celek.

Co připravit se sluší

Vezmi:

- ✓ 1 kuře neb 2–3 kuřecí skelety či kosti dle výběru (cca 1–1,5 kg nejlépe z domácího chovu)
- ✓ ½ hrnku čerstvého koriandru sekaného
- ✓ ½ hrnku čerstvé petržele sekané (hladké neb kudrnky)
- ✓ ½ hrnku hub medicínálních (hlíva či jidášovo ucho býti může)
- ✓ ½ hrnku zeleniny na síru bohaté (brokolice, květák, zelí, kapusta od každého po kousku)
- ✓ 4 stroužky česneku sekané
- ✓ 1 lžíci jablečného octa
- ✓ Vody dle velikosti hrnce (nejlépe na 4–5 litrů)

Jak vývar vařit

Vše do hrnce strč, vodou zalij a pokličkou přiklop. Na velmi mírném plameni zvolna po dobu 4 hodin vařiti nech. Vývar neměl by vřít prudce avšak tiše a zvolna pracovati.

Po dovaření vychladnouti nech a poté maso z kostí ober. Všechny kosti pečlivě odstraň a do odpadu vhod' neb vařené tělu psa neprospívají a nebezpečné býti mohou!

Všechny ingredience - maso, zeleninu i vývar v hladkou, kompaktní tekutinu rozmixuj. Získáš základ stravy vysoce výživné a tělu psa prospěšné.

Vývar tento v chladu po 2 až 3 dny uchovati můžeš neb jej rozděl na porce a zamraz. Podávej vlažný.

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Tento vývar sluší se podávati v obdobích očisty, únavy, po zátěži či jako podpůrný pokrm při dlouhodobě péči o zdraví. Jest silný, a přece jemný, tak, aby tělu pomáhal..

Spojeno v jeden celek, vařeno s rozvahou.

www.krasnacarodejku.cz



Rybí vývar, jenž nervy tiší a tělo zoláčňuje

Rybí vývar jest ze všech vývarů nejlehčí, nejjemnější a nejrychleji hotový. Nese v sobě sílu vody, klid a vyrovnanost. Sluší se podávati psům tam, kde tělo výživu potřebuje, avšak netouží po zátěži.

Co připravit se sluší

Vezmi:

- ✓ 1–1,5 kg rybích kostí, hlav a skeletů
- ✓ Kousek mrkve či celeru (chceš-li pro vůni)
- ✓ List bobkový
- ✓ Pár kuliček černého pepře
- ✓ Vodu dle velikosti hrnce (nejlépe 2 litry)

Nejvhodnější rybu vybrati možno v sladkovodní neb mořské nabídce. Dobře se hodí kapr, pstruh, candát, štika, treska, hejk. Používat můžeš hlavy, páteře, kosti i kůže, neb právě z nich kolagen a minerály vylučovány jsou.

Jak vývar vařit

Rybí části opláchni, do hrnce strč a studenou vodou zalij.

Poté zvolna zahřívej a jakmile se vývar varu přiblíží, plamen na minimum stáhni. Vývar rybí tiše po dobu 1 až 2 hodin táhnouti nech. Ryby dávají svou sílu rychle a déle vaření netřeba.

Po dovaření velmi pečlivě vývar sced', aby jediná kůstka v něm nezůstala. Před podáváním vychladnouti nech.

POZNÁMKA HOSPODYNĚ

Nejlépe poslouží při citlivém trávení, u psů starších a kloubně zatížených, při kožních potížích a suché srsti, v rekonvalescenci, v teplých obdobích roku, kdy tělo lehkost žádá..

Tažen krátce, působí dlouze.
www.krasnacarodejka.cz



A decorative border surrounds the page, featuring various herbs like basil, parsley, and dill, along with vegetables such as tomatoes, mushrooms, and a wooden spoon filled with herbs in the top left corner.

Má-li pes zdraví pevné a sílu dobrou, můžeš vývary dle libosti
střídati. Každý jiné živiny a jiný druh podpory přináší.
Pestrost v kostech i vývarech přirozeně stravu obohacuje
a odolnost psa v průběhu celého roku posiluje.

PŘIPRAVENO S LÁSKOU PROSPÍVÁ NEJVÍCE

*PS: Dovolí-li tvůj pes, možné jest o vývar s ním se
podělit. Neb sdílená miska projevem důvěry jest.*

An illustration of a large metal pot filled with a hearty soup, topped with fresh herbs. A wooden spoon rests in the pot, and steam rises from the surface.

Sepsáno s láskou, trpělivostí a úctou k přirozeným potřebám našich psů.

Vaše Šárka Janouchová

© 2026 Šárka Janouchová — krasnacarodejka.cz

Texty a recepty jsou určeny k osobnímu použití. Sdílení je vítáno při zachování uvedení zdroje.

A decorative border surrounds the page, featuring various herbs like basil, parsley, and dill, along with vegetables such as tomatoes, mushrooms, and a wooden spoon filled with herbs in the top left corner.