

OBSAH

Poučení pro nemocné
(úvodní slovo) 3
Potraviny zakázané 8
Potraviny doporučené 8

RECEPTÁŘ:

Polévky

Bramborová
se zeleninou 9
Zeleninová
s krupicí 9
Pórková
s bramborem 9
Vločková 10
Rýžová 10
Kedlubnová 10
Hrášková s kapáním 11
Fazolková
s bramborem 11
Česneková
s bramborem 11
Z kysaného zelí 11

Hlavní jídla

Krůtí maso
s hráškem 13
Nadívané kuře 13
Grilované krůtí
maso 13
Krůtí medailonky
s kari omáčkou 14
Králík na česneku 14
Krevety po italsku 14

Platýz po mlynářsku 15
Kapr na modro 15
Candát s mandlemi 15
Treska s tymiánem 15
Špíz 16
Pikantní klokaní špíz 16
Rajčata plněná
masem 16
Pečené brambory 16
Pohanka
jako příkrm 17
Pšenice jako příkrm 17
Zeleninový příkrm 17
Zeleninové rizoto 18
Palačinky
se špenátem 18
Rychlý slaný koláč 18

Sladká jídla

Nudlový nákyp
s tvarohem
a jablky 20
Rýžový nákyp
s ovocem 20
Bramborový koláč
s jablky 21

Zeleninová jídla

Fazolky 22
Brokolice
se strouhankou 22
Růžičková kapusta
se strouhankou 22
Květák se sýrem 22

Zapečená brokolice 23
Dušené kedlubny 23
Dušený pórek 23
Dýňové zelí 23
Kedlubnové zelí 24
Špenátový nákyp 24

Malá studená jídla

Tvarohová pomazánka
se zeleninou 25
Šlehaný tvaroh
s pažitkou 25
Česneková
pomazánka 25
Droždová
pomazánka 25
Rybí pomazánka
rajčatová 26
Müsli s ovocem 26

Saláty

Hlávkový
s biokysem 27
Zeleninový 27
Zelný 27
Celerový s jablky 28
Mrkvový s křenem 28
Mrkvový
s meruňkami 28
Květákový 28
Šopský 29
Z paprik a rajčat 29
Ovocný 29