

# OBSAH

- Úvodní slovo 3  
Prevence a léčba 4  
Nápoje (běžný sortiment v souvislosti  
se zánětem jater) 5  
Potraviny zakázané 8  
Potraviny doporučené 9  
Technologické postupy, které lze používat 9

## **RECEPTÁŘ:**

### **Polévky**

- Slepičí vývar s vejcem 10  
Zeleninová s vločkami a sýrem 10  
Špenátová 11  
Rybí 11  
Pórková se sýrem 11

### **Hlavní jídla**

- Přírodní guláš 12  
Krutí závitek 12  
Hovězí maso na houbách 13  
Klokani maso na rajčatech 13  
Jehněčí kotlety 13  
Králik v zelenině 14  
Králičí ragú 14  
Paštika z králíka 14  
Nadívavý lín 15  
Kapr po mlynářsku 15  
Kmínové filé 15  
Masové krokety 16  
Sufle z telecího masa 16  
Masový nákyp se zeleninou 17  
Roláda z bramborového těsta 17  
Brambory zapečené s masem 18  
Zapečené brambory s Mozzarellou 18

- Sýrový koláč 19  
Sýrové tousty 19

### **Zeleninová jídla**

- Zapečené brambory se zeleninou 20  
Zeleninový nákyp se sýrem Ricotta 20  
Brokolice 21  
Rajčata zapečená se sýrem 21  
Cuketové lasagne 21

### **Sladká jídla**

- Štěpánská omeleta 22  
Jednoduchý perník 22  
Tvarohový dort 23  
Tvarohový pohár 23

### **Malá studená jídla**

- Obložená mísa 24  
Obložené země 24  
Chlebičky s blaťáckým zlatem 25  
Sýrové jednohubky 25  
Drůbeží šunka s banánem 25  
Rajčata plněná sýrovým krémem 26  
Tvaroh s křenem a s jablkem 26  
Křenová pomazánka 26  
Drůbeží předkrm 27  
Vaječný salát 27  
Jemná brynzová pomazánka 27

### **Saláty**

- Salát z červené řepy a z jablka 28  
Mrkvový salát s meruňkami 28  
Salát z řapíkatého celeru s jablky 28  
Salát z květáku a brokolice 29  
Zelný salát s mrkví 29  
Zeleninový salát se sýrem 29