

OBSAH

Poučení pro nemocné
(úvodní slovo) 3
Potraviny zakázané 10
Potraviny
doporučené 10

RECEPTÁŘ

Polévky

Zeleninová 11
Brukvová
(kedlubnová) 11
Fazolová 12
Fazolová
s bramborem 12
Hrachová 12
Čočková 13
Čočková na kyselo 13
Se sójovými boby 13

Hlavní jídla

Dušené kapustové
karbanátky 14
Klokani maso
v mrkvi 14
Jehněčí protýkané
zeleninou 15
Kuře s ananasem 15
Drůbeží medailonky
s karí omáčkou 15
Filé s tymiánem 16

Králík na česneku 16
Kančí maso
na česneku 16
Chlupaté knedlíky 16
Chilli con carne 17
Špíz 17
Špíz II. - ostrý 17

Zeleninová jídla

Mexické fazole 18
Zeleninové hašé 18
Hrachová kaše 19
Zeleninová směs -
příkrm 19
Pečené brambory 19
Vařená pohanka 19
Vařená pšenice 20
Zapečená brokolice 20
Kvěťák se sýrem 20
Růžičková kapusta se
strouhankou 21
Zapečené brambory
s pórkem
a se sýrem 21

Sladká jídla

Müsli 22
Müsli s ovocem 22
Nudle s mákem 22
Bramborový koláč
s jablky 23

Valašské frgále
z celozrnné
mouky 23
Rýžový nákyp
s ovocem 24
Těstoviny s ořechy
a s ovocem 24

Malá studená jídla

Rybí pomazánka
rajčatová 25
Masová
pomazánka 25
Tvarohová pomazánka
se sójou 25
Houbová
pomazánka 26
Plněné papriky 26
Česnekové topinky 26

Saláty

Celerový s jablky 27
Sójový s ovocem 27
Kvěťákový 27
Čočkový 28
Okurkový
s česnekem 28
Těstovinový 28
Zeleninový
michaný 29
Zelný s rozinkami 29