

Obsah

| | | | |
|--|-----------|------------------------------------|------------|
| 1. Kvásek | 5 | Jogurtový chleba zimní a letní | 87 |
| 2. Vybavení na pečení a paření | 16 | Tvarohový kukuřičný chleba | 89 |
| 3. Suroviny | 19 | Rýžový chleba | 90 |
| 4. Postup zpracování bezpekového pečiva | 29 | Makový chleba | 91 |
| | | Hrachová veka | 92 |
| | | Tefovopohankový chleba | 93 |
| | | Řepánky a řepový chleba | 95 |
| | | Focaccia | 96 |
| | | Celerové dobroty | 97 |
| Vaření s kváskem | | Sladké pečení z kvásku | |
| Zeleninové polévky | 41 | Banánový chlebiček | 100 |
| Kulajda | 42 | Pohankový chlebiček | 101 |
| Polévky z luštěninových kvásků | 43 | Piškotový chlebiček | 103 |
| Zavářky do polévky | 44 | Kokosový chlebiček | 104 |
| Luštěninové karbenátky a sekaná | 47 | Makovec | 105 |
| Čočka na kyselo | 49 | Perník s džemem | 107 |
| Zeleninové přílohy | 49 | Pohankový jablečný perník s ořechy | 107 |
| Dýňové smaženky | 50 | Jablečný jogurtový dort | 108 |
| Zeleninové řízky v župánku | 51 | Linecký jablečný koláč | 109 |
| Pohankové bramboráčky | 53 | Sezamový koláč | 110 |
| Zelné placičky | 53 | Čirokový koláč | 111 |
| Omáčky | 55 | Tvarohový koláč | 112 |
| Přílohové knedlíky | 57 | Tvarohové žemličky | 113 |
| Ořechové knedlíky a kuličky | 59 | Štoly | 115 |
| Makové knedlíky | 61 | Ovesné sušenky | 116 |
| Pomazánky | 63 | Ovesné hrudky | 117 |
| Cizrnový salám a kaše | 65 | Mrkvové sušenky | 119 |
| Kvásková cibulová majonéza | 66 | Ovíněné koláčky | 120 |
| Škvarková pomazánka bez sádla | 68 | Müsli tyčinky bez kynutí | 121 |
| Tvarohové koblížky | 69 | Tvarohové perníčky | 122 |
| Amolety | 70 | | |
| Makové lívanečky | 71 | 6. A na závěr | 123 |
| Slané pečení z kvásku | | 7. O autorce a kváskování | 124 |
| Chleba z chleba | 74 | | |
| Bramborový chleba | 77 | | |
| Cibulový chleba | 79 | | |
| Pohankovorýžový chleba | 81 | | |
| Tmavý pohankový chleba | 83 | | |
| Podmáslový chleba zimní a letní | 85 | | |