

■ Obsah ■

Polévky (34 receptů)	5
Hrášková polévka s uzeným masem	5
Hrášková polévka s pórkem	6
Hrášková polévka s párkem	6
Hrášková polévka s rýží	7
Hovězí polévka s hráškem	7
Fazolková polévka s brambory	8
Fazolková polévka s protlakem	8
Fazolková smetanová polévka	9
Hrachová polévka s houbami	9
Polévka ze sójových bobů	10
Fazolová polévka se smetanou	10
Čočková polévka	11
Čočková polévka se zelím	11
Čočková polévka s čerstvou zeleninou	12
Debrecínská fazolová polévka	12
Polévka z kostí	13
Rybí polévka s hrachem	14
Krémová polévka ze zeleného hrášku	14
Hrachová polévka nelisovaná	15
Hrachová polévka z předvařeného hrachu	16
Krémová čočková polévka	16
Míchaná luštěninová polévka	17
Hrachová polévka s brambory	18
Pestrá luštěninová polévka	18
Fazolová polévka s klobásou	19
Fazolová polévka s protlakem a párkem	20
Zelná čočková polévka	20
Hrachovka s vepřovým žebírkem	21
Čočková polévka na kari	22
Fazolová polévka s uzeným bůčkem	22
Fazolová polévka po ukrajinsku	23
Fazolová polévka po uhersku	24
Mexická fazolová polévka	24
Fazolový boršč	25
Hlavní jídla (72 receptů)	26
Fazole vařené po italsku	26

Fazole na paprice	26
Fazolový guláš	27
Fazole se skopovým masem	27
Fazole s jablky	28
Fazole s rajčaty	28
Fazolové smaženky	29
Hrachové řízky	29
Vařené fazolky se sýrem	30
Vařené fazolky s vejci a šunkou	30
Fazole zapečené s cibulí	31
Mexický ohnivý hrnec	31
Čočka se zeleným pepřem	32
Mexické chilli	32
Opékané fazolové lusky	33
Smažená sója	34
Sójové boby na cibulce	34
Dušené fazolky se žampiony	35
Zapékané fazole se sýrem a rajčaty	35
Fazolová omáčka	36
Hrách s rajčaty	36
Hrách zapečený s kysaným zelím	37
Fazolky se smaženými vejci na slanine	38
Fazolky smažené v sýrovém těstíčku	38
Zapečené fazolky se sýrem	39
Fazolky na smetaně	39
Omeleta plněná hráškem a žampiony	40
Zapečený hrášek	40
Hrášek s těstovinami	41
Hráškový perkelt s párkem	41
Luštěniny vařené	42
Čočka na kyselo	42
Pikantní čočka s klobásou	43
Čočka s rýží a párky	44
Čočková kaše	44
Čočka zapečená s uzeným masem	45
Vepřové maso s mraženým hráškem	46
Kuřecí guláš s hráškem	46
Fazolový guláš	47
Rizoto s rybou v tomatě	47
Hrášková omeleta s uzeninou	48
Skopové s fazolkami	48
Roštěnky na zelenině	49
Hrášek v koprové omáčce	49

Hrášek na slanině	50
Hrášek v tomatě	50
Hrášek s rýží a kečupem	51
Kuře na hrášku	51
Kuřecí kapsy s hráškem	52
Mleté řízečky na hrášku	52
Fazolky s uzeným masem	53
Vepřový guláš s fazolkami	54
Fazole s rajčaty	54
Mexické fazole dušené	55
Fazole s koprem a sázeným vejcem	55
Fazole s uzeným masem	56
Hrášková omeleta s česnekem	57
Baskické fazole	57
Hrachové karbanátky	58
Kaše z hrachu a brambor	58
Hrách se zelím a uzeným	59
Fazole s kyselým zelím a klobásou	59
Pikantní fazole s mletým masem	60
Fazolový dort	60
Pikantní guláš s fazolemi	61
Sójové boby s rýží a houbami	62
Fazole s mletým masem	62
Fazolový kuřecí guláš	63
Fazole zapečené se sýrem	64
Míchaná vejce s hráškem	64
Fazolky se zeleninou	65
Čočkové placičky	65
Saláty (31 receptů)	66
Fazolový salát	66
Čočkový salát s majonézou	67
Salát ze sójových bobů s jogurtem	67
Fazolový salát s kořenovou zeleninou	68
Fazolový salát s majonézou	68
Fazolový salát ze sterilovaných fazolí	69
Salát ze sójových bobů s těstovinami	69
Fazolový salát s jablky	70
Čočkový salát s rýží a kukuřicí	70
Fazolkový salát s cibulí	71
Fazolkový salát s majonézou	71
Fazolkový salát s vejcem	72
Fazolkový salát s ořechy	72
Hráškový salát se sýrem	73

Hráškový salát s kukuřicí	73
Hráškový salát s jablky	74
Pikantní hráškový salát	74
Drůbeží salát se sterilovanou zeleninou	75
Fazolkový salát s cibulí	75
Pestrý fazolkový salát	76
Zelený fazolkový salát se slaninou	77
Fazolový salát s hruškou	77
Fazolový salát s křenem	78
Pikantní salát ze sójových bobů	79
Rybí salát se sójou	79
Čočkový salát s vejcem a uzeninou	80
Míchaný luštěninový salát s hořčičnou zálivkou	80
Čočkový salát s fazolkami	81
Pestrý čočkový salát	81
Čočkový salát s kysaným zelím	82
Sójový salát s brokolicí	83
Sójové maso a to-fu (13 receptů)	84
Sójové maso po čínsku	84
Polévka s tou-fu	84
Dušené tou-fu s hráškem	85
Tou-fu á la maso	86
Salát z tou-fu	86
Sójové maso na houbách	87
Segedínský guláš ze sójového masa	88
Mexický guláš ze sójového masa	88
Srbský guláš ze sójového masa	89
Znojemský guláš ze sójového masa	89
Lečo ze sójového masa	90
Sójové maso po italsku	90
Sójové maso Solferino	91