

O B S A H →



PRO MIMINKO PŘIROZENĚ PŘIROZENĚ 10

14 PRO TO NEJKRÁSNEJŠÍ JEN TO NEJLEPŠÍ

16 MIMINKOVSKÁ VÝBAVA DOKONALÉ MATKY



POKUSNÁ KUCHYNĚ: JEDNO PO DRUHÉM 18

- 20 Sladká kaše
- 21 K čaji o páté
- 21 Ovocná kaše s obilím
- 22 Večeře a doušek na zadřímnutí
- 22 Obilná kašička se zeleninou
- 23 Syrová zelenina
- 23 Delikatesy ze zeleninové kaše
- 23 Ovocné speciality

24 ZBYTKOVÉ JÍDLO PRO MÁMU A TÁTU

- 24 Dušený fenykl
- 25 Celerový salát
- 25 Cuketový předkrm
- 26 Pikantní cuketové plátky
- 26 Mrkev s glazurou
- 27 Do smetanova zpolévkovatělá a proměněná zelenina
- 27 Česnekovošpenátová polévka, mrkvová polévka
- 28 Tuřínová polévka, květáková polévka, pastináková polévka, dýňová polévka, kedlubnová polévka
- 29 Pórková polévka, bramborová polévka, rychlá rybí polévka se zbylou mrkví a zbylým fenyklem
- 30 Dortíky z libovolné zeleniny, nudlový nákyp z libovolné zeleniny

31 PÁTÝ, ŠESTÝ, SEDMÝ MĚSÍC: VÍCE MASA A RYB

- 32 Fingerfood pro malé čuníky
- 33 Upatlancovo štěstí
- 33 Zeleninové tyčky s omáčkou
- 33 A salát!
- 34 Maso
- 34 Rybí kostky
- 34 Křupavý sýr
- 35 Zmrzlina na bolavé zoubky

36 VŽDYŤ TO DÍTĚ VŮBEC NIC NEJÍ!

38 PRO MALÉ DÍTĚ ŽÁDNÉ EXTRABUŘTY

40 SLADKÉ SLEPIČKY, ROZTOMILÉ RYBIČKY – STRACH A HRŮZA V KUCHYNI

42 JAK VYPADÁ SLEPICE ZEVNITŘ?

44 POLÉVKOVÝ TÝDEN S KUŘETEM A SLEPICÍ

- 44 Slepici nebo kuřecí vývar
- 45 Nudlová polévka, vlasové nudle ve vývaru s knedlíčky
- 46 Stracciatella alla romana
- 46 Zuppa alla pavese
- 47 Hustě zanutlovaná kukuřičná polévka
- 48 Hustá rýžová polévka, podzemní polévka

49 MORŠTÍ ŽIVOČICHOVÉ

- 49 Opečené, celé sardinky
- 50 Kyselé sardinky
- 50 Slávky slaví úspěchy
- 51 Kalamáry
- 52 Hružostrašná krakatice obrovská



BLESKOVÁ JÍDLA PRO VRABČÍ HLAD A SLONÍ APETIT 54

- 57 Rybí prsty, home made
- 57 Párečky v županu
- 58 Chudí rytíři, sladcí nebo pikantní
- 59 Hamburger
- 59 Zapečený chléb
- 60 Risi pisi
- 61 Potrhlá busecca
- 62 Smažená mozzarella
- 62 Smažená mozzarella druhý den
- 62 Polentový krém s rajčatovou omáčkou
- 63 Studená, syrová rajčatová omáčka, žampionová omáčka
- 64 Vlhoule a chrupák s mēklící, buřtguláš s omáčkou
- 65 Knedlíková šiška
- 66 Palačinky: sladké a šťavnaté, sladké a tlusté
- 67 Studené a pikantní, teplé a mēkké, teplé a srdečné, rybovinové
- 68 Tlusté a tučné, amsterdamský pannekoecken
- 69 Americká pancakeová hora
- 69 Řízek, smažené kuřátko a smažená ryba
- 70 Cornflakový obal
- 70 Zelená omáčka na vejce a studené maso
- 71 Bramborový salát – zcela bez oleje



DĚTSKÉ NAROZENINY, VEČÍRKY A OSLAVY 72

- 75 Škubací zelenina: artyčoky
- 76 Česneková majonéza
- 76 Stolní gril
- 77 Alternativní chipsové talíř

86 TEENAGEROVSKÁ PÁRTY

- 87 Masové karbanátky
- 87 Kuřecí křídélka
- 87 Vídeňské párky
- 88 Žebírka

78 DĚTSKÉ OSLAVY PRO ŠKOLÁKY

- 79 Hra o cenu: test chuti
- 79 Bufet pro děti
- 79 Bílá bylinková pizza z pánvičky
- 80 Pizza capriosa
- 81 Buřtíková chňapaná
- 81 Nudlový salát po chutnopečsku
- 82 Vejce z Měsíce
- 83 Sytá omáčka na bramborový salát
- 83 Sýrovo jogurtové omáčky, rybovinová omáčka
- 84 Pestrobarevná, pálivá omáčka, zelená sýrová omáčka, omáčka z arašídového másla pro chrlíče ohně
- 85 Jednoduchá česneková omáčka, zelená bylinková omáčka

90 HALLOWEENSKÁ PÁRTY: NECHUTNÁ A HRŮZO STRAŠNÁ INSPIRACE

- 92 Pokrmy přímo hrůzné
- 92 Roztřesená ruka
- 92 Krvácející srdce
- 93 Moře želé
- 93 Hromada špíny

94 VIRTUOZNÍ PEKÁRNA

- 96 Narozeninový dort
- 97 Základní těsto
- 98 Marcipánový obal
- 98 Barevné zdobení
- 99 Princezna na hrášku
- 100 Krysa baletka
- 101 Výbuch sopky
- 101 Rytířský meč
- 102 DARTH VEDER
- 102 Dobroučký smradlavý dort pro tatínka



SELHÁNÍ, SMŮLA A SPRÁVNÉ ODPOVĚDI 104

107 SNÍDAŇOVÉ SELHÁNÍ

109 PROBLÉMY SE ŠKOLNÍ SVAČINOU

109 Tramezzini – italské sendvičové potěšení

111 FUJTAJXLOVÁ ZELENINA

113 SMOOTHIES, MAZLIČCI A DALŠÍ ZDRAVÍ MILÁČKOVÉ

114 Ostrý školní budíček

114 Sladké jogurtové pomazlení

114 Ovocný smoothie

114 Pohlázení od lesního ovoce

115 Zeleninový smoothie

115 Kypré polední pomazlení pro uspěchané děti

116 Pyré z růžičkové kapusty, celerové pyré

117 Tuřínové pyré, brčálové zelené pyré



STÁLE RADĚJI: NUDLE 118

120 Špagety, nejraději každý den

120 Zbytky nudlí

121 Nejjednodušší ze všech omáček na nudle

121 Rajčatové ragù

122 Ultimativní gratinovací omáčka

123 Sladké nudle

124 Nudlový salát

124 Rafinované: obal s náplní

126 Švábské maultaschen

127 Cibulová tavenina

127 Pelmeni – sibiřské taštičky

128 Klasická sibiřská náplň

128 Náplň z kysaného zelí

129 Sýrová náplň, bramborová náplň

129 Omáčky na slané těstové taštičky

129 Sladké taštičky

130 Višňová náplň

130 Barvení nudlí

131 Plněné slané vánoční hvězdičky



TADY VAŘÍ DÍTĚ 132

135 Plovoucí losos

135 Balíčky s překvapením

136 Křupavá horká zmrzlina

136 Malířská paleta

137 Růžové jídlo

137 Stále znovu třeň těsto

137 Ultimativní placičkové těsto pro každý den

138 Čokoládové křupinky

138 Popcorn

139 Grilíáš

140 Grilíášová zmrzlina

141 Horká zmrzlina



RECEPTY NA CELOŽIVOTNÍ STÝSKÁNÍ PO DOMOVĚ 142

- 145 Bramboráčky s jablečným kompotem
- 145 Na olizování prstů: dušená volská oháňka
- 146 Kuřecí kari s rýží: na vzdychání
- 147 Nezapomenutý: zelný závítek s bramborovou kaší
- 148 Nebe a země: božské
- 149 Omáčky: nade vše milované
- 150 Slepíčí nebo kuřecí frikasé
- 151 Královecké masové kuličky
- 151 Nedělní jídlo: hovězí s křenovou omáčkou
- 152 Pečené jablko s vanilkovou omáčkou
- 153 Padněme na kolena: tvarohový koláč
- 154 Křehké těsto
- 154 Tvarohová náplň
- 155 Pravý: čokoládový pudink



DODATEK

- 156 Rejstřík
- 159 Věnování