
Informace a rady 4

- Na čem zaleží 4
- Úprava pokrmů 6
- 9 hlavních surovin 9
- Nápoje 10
- Rychlé předkrmy 12
- Rychlé dezerty s čokoládou 14

Sestava jídelníčku 120

Rejstřík 123

**Studené předkrmy
lehké a vytříbené 16**

- Rychlé občerstvení do ruky:
obložené toasty, bagel
s kaviárem, chuťovky 17
- Sousta se salátem 21
- Klasické saláty 23
- Artyčoky a rajčata: jemně
plněné 25
- Nové kombinace 26
- Dokonalí služebníci: dipy 28
- Do ruky: suši 31
- Marinované 33
- Houby a sýr 35
- Maso a drůbež 37
- Vyloveno z vody 41
- Vyloveno na břeh 45

**Teplé předkrmy
pro potěšení 46**

- Jemné vývary 49
- Chutné polévky 51
- Sbalované 53
- Pro potěchu vegetariánů 55
- Jednou něco jinak: rizoto
s gorgonzolou 59
- Těstoviny 61
- K lososu a s lososem 63
- Hit pro děti 65
- Variace na téma maso 67
- Mořské plody 75

Svůdné dezerty 78

- Vitaminy se šlehanou smeta-
nou 81
- Vitaminy s maturitou 83
- Klasické sladkosti 85
- Slivoně 86
- Ovoce sladké nebo pikantní 89
- Marcipán 91
- Retro 93
- Mandle super 95
- Černá jako uhlí 97
- Rafinované ovoce 99
- Klasika na nový způsob 101
- Čokoláda! 103
- Jemné krémy 104
- Slavné sladké 107
- Setkání s Japonskem 109
- Letní radosti 111
- Chutná v zimě 115
- Udělá dojem 117
- Vůně pomeranče 119