

OBSAH

6 PŘEDMLUVA

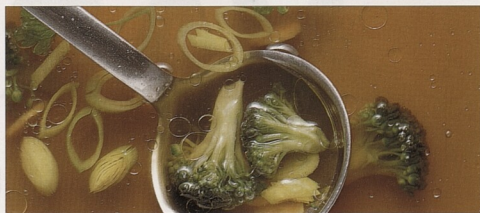
8 ZBOŽÍZNALSTVÍ

Zde najdete vše důležité o zelenině a bylinkách, rybách a mořských plodech, masu, drůbeži a zvěřině, tuzemském a exotickém ovoci. Dovíte se, jak si ověřit čerstvost a kvalitu potravin, včetně sezonních.



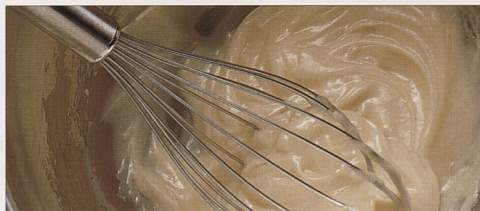
56 POLÉVKY

Od čistého zeleninového vývaru až po italskou minestrone nebo francouzskou bouillabaisse. Žádný pokrm nelze připravit s takovou chuťovou rozmanitostí a pestrostí vůní jako právě polévku. Mezi lákavými zeleninovými, rybími a drůbežími polévkami najdete nejen jednoduché základní předpisy a nejrůznější obměny, ale také mezinárodní klasiku.



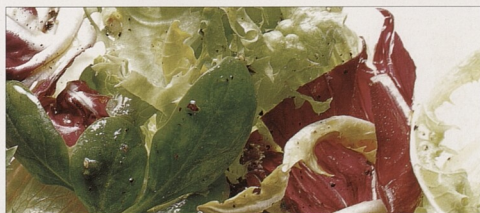
80 PŘEDKRMY

Předkrmy plní ve skladbě jídelníčku důležitou úlohu – buď chut k jídlu, takže se těšíme na další chod. V bohatém výběru zde najdete chufovky, klasické předkrmy, malá občerstvení a další lahůdky.



116 SALÁTY

Dávno minuly doby, kdy se salát podával pouze jako příloha. Saláty plné fantazie dnes slouží jako lehký samostatný chod nebo občerstvení na zahnání hladu. Výběr zahrnuje nejlepší předpisy na listové, zeleninové, těstovinové, rýžové a bramborové saláty.





RYBY A MOŘSKÉ PLODY

168

Ryby a mořské plody lze připravit na mnoho způsobů. Můžeme je dusit, pozvolna vařit v kořeněném vývaru, vařit v páře, péct v troubě, opékat na pánvi, grilovat nebo smažit. Rybí pokrm může být jednoduchý nebo labužnický rafinovaný. Postup přípravy je vždy podrobně vysvětlen.



DRŮBEŽ

212

Drůbež lze péct v celku nebo dělenou na porce. Můžeme ji také dusit nebo smažit. Drůbež i pernatá zvíř se dá upravit mnohostranně, prostě i velmi důmyslně. Postup při dělení, nadávání a formování drůbeže je vždy podrobně popsán a názorně zachycen na fotografiích.



MASO

260

Jemná ragú, šfavnaté pečeně, křehké řízky nebo steaky – dokonale připravené maso vždy dodá tabuli slavnostní ráz. Pestré předpisy na přípravu hovězího, vepřového, telecího a jehněčího masa provázejí rady, jak správně postupovat.



ZELENINA

300

Zelenina připravená s trochou fantazie nemusí sloužit jen jako příloha. Vytvořit z ní lze také plnohodnotný samostatný chod. Mezi vybranými kuchařskými předpisy nechybí ani lahůdková zelenina jako artyčoky nebo chřest.



DEZERTY

344

Dezert má menu chuťově, barevně, tvarově a aromaticky dokonale završit. Mezi běžnějšími možnostmi najdete nadýchané krémy, rozplývavé nákypy, lahodné zmrzliny, osvěžující ovocné dezerty i drobné sladké pečivo.

REJSTRÍK

392