

OBSAH

Úvod	7
Arabský chléb	10
MEZZA (mazza)	12
Pyré z lilků (Mutabbal bázínžán)	12
Smažený lilek	12
Plněný lilek	13
Květák po libanonsku s tahínou	13
Smažený květák	14
Pečené cukety	14
Smažené zelené fazolky	15
Dušené fazolky	15
Dušené fazolky s masem	16
Bramborové pyré	16
Vařené boby	17
Pyré z cizrny	17
Luštěninová kaše	18
Plněné vinné listy	18
Pirožky fatájir	20
Zelné závitky bezmasé	22
Placičky s mletým masem	23
Faláfel I	24
Faláfel II	24
Faláfel III	26
POKRMY Z MLÉKA	27
Laban	27
'Ajrán	27
Labne	28
Smažený sýr	29

VEJCE	30
Omeleta	30

NAKLÁDANÁ ZELENINA	31
Mchallal	31
Makdús	32

SALÁTY	34
Salát tabbúla	34
Salát fattúš	34
Arabský salát	35
Zeleninový salát	35
Ředkvičkový salát	36
Zelný salát	36
Rajčatový salát	37
Cibulový salát s citronem	37
Cibulový salát	39
Cizrnový salát	39
Okurkový salát	40
Okurkový salát s labanem	40
Okurkový salát s jogurtem a mátou	40
Okurkový salát s olivami	41
Petrželový salát	41
Bramborový salát	42
Bramborový salát s koriandrem	42
Lilkový salát	43

RÝŽE	44
Rýže na másle	44
Rýže s vlasovými nudlemi	44

Rýže s čočkou	45
Rýže s mletým masem	45
Rýže s játry	46
Kmínová rýže	46
Lilek s rýží	47
Rýže s cizrnou	48
POLÉVKY	49
Rajčatová polévka	49
Čočková polévka	49
Zeleninová polévka s jehněčím masem	50
Slepičí polévka	50
POKRMY Z HOVĚZÍHO MASA	51
Hovězí maso s lilky	51
Hovězí maso na skořici	51
POKRMY Z DRŮBEŽE	53
Pečené kuře	53
Kuře se šafránem	53
Kuře s nádivkou	55
Dušené a pak pečené kuře	55
Kuře na rožni	56
Dušené kuře se zeleninou	56
Dušená a pak pečená krůta	57
POKRMY ZE SKOPOVÉHO MASA	58
Dušené skopové maso I	58
Dušené skopové maso II	58

Šáwarma	59
Skopové maso na jehlách	59
Opečené dušené skopové maso	60
Dušené skopové s mandlemi	60
Skopové maso s lilky	62
Špíz z jehněčího masa	62
Vařené skopové maso s fazolovými lusky	63
Vařené jehněčí s brambory	63
Skopové maso zapékané s brambory a cibulí	64
Mansaf	64
POKRMY Z MLETÉHO MASA	67
Kibba	67
Kibba najja	68
Lilky zapečené s mletým masem	68
Lilky plněné mletým masem	69
Makaróny s mletým masem a sýrem	69
Kebáb I	70
Kebáb II	71
Kafta I	71
Kafta II	72
Kafta III	72
Zelenina s masem	73
Plněné zelné listy	74
Zelné závitky po libanonsku	76
Rajčata plněná mletým masem	77
Papriky plněné mletým masem	77
Cibule plněná mletým masem	79
Plněné cukety	79

RYBY	81
Smažená ryba	81
Smažená a pak dušená ryba	81
Ryba s taratorem	82
Ryby na rožni	82
Ryba po libanonsku	84
Ryba s tahinou	84
Ryby se zeleninou	85
OMÁČKY	86
Petrželová omáčka	86
Omáčka k rybám	86
Tarator I	87
Tarator II	87
SLADKOSTI	89
Sladká rýže s mlékem	89
Poleva qatr	89
Harísa I	90
Harísa II	90
Harísa III	91
Datlovo-rozinkovo-mandlový dort	92
Datlové šištičky	92
Datlové pusinky	93
Ořechové koláčky	93
Baklava	94
NÁPOJE	95
Černý čaj	95
Yerba maté	95

Arabská káva	96
Citronáda I	96
Citronáda II	98
Rajčatový nápoj	98
Přepuštěné máslo	99
Arabské moudrosti o jídle	100