

Úvod 1

1. Nový pomocník v domácnosti
2. Co je to mikrovlnná trouba?
3. Jak pracuje mikrovlnná trouba
4. Výběr vhodného typu
5. Co dokáže mikrovlnná trouba
6. Nádobí používané v mikrovlnné troubě
7. Několik praktických rad
8. S mikrovlnnou troubou můžeme nejen vařit
9. Použití regulačních stupňů
10. Pečení v mikrovlnné troubě
11. Údržba a čištění mikrovlnné trouby
12. Mikrovlnná trouba a mraznička
13. Recepty

Předkrm a sendviče 5

Šunka se sýrem
Piněná rajčata I
Piněná rajčata II
Hot dog
Párek se sýrem
Hamburger
Zampióny s citrónovou šťávou
Houbové omelety
Omelety se zelenou paprikou
Piněné papriky
Brambory se sýrem a pórkem
Vejece se šunkou a sýrem
Sýrová vejce
Šunkové kuličky
Sendvič s pečeným masem
Dvojitý sendvič

Polévky 8

Gulášová polévka se šunkou
Houbová polévka s červeným vínem
Mírková polévka
Hovězí polévka
Hrášková polévka
Cibulová polévka
Jarní polévka
Kapustová polévka
Polévka s jätrovými knedlíčky

Maso 10

Hovězí maso 10

Rosbif
Hovězí maso po burgundsku
Hovězí maso na houbách
Hovězí maso s citrónovou omáčkou
Švýcarské hovězí nudličky
Pikantní hovězí závitky
Hovězí talíř
Svíčková s kečupem a worcesterskou omáčkou

Obsah

Irské nakládané maso
Hovězí maso na paprice
Lyonská játra

Vepřové maso 12

Vepřové maso na česneku
Vepřové maso na královský způsob
Vepřové plátky s hořčicí
Vepřové plátky v pomerančové omáčce
Vepřové plátky se sýrem
Kotlety s kořenící směsí
Segeďinský guláš
Vepřové file s houbovou omáčkou
Mexická mísa
Vepřové maso s jablky
Vepřová játra po tyrolsku
Vepřové koleno se zelím

Jehněčí maso 13

Jehněčí omáčka na houbách
Jehněčí ragú
Citrónové jehněčí maso

Uzené maso a uzeniny 14

Šunka s houbovou omáčkou
Šunka s vínovou omáčkou
Pikantní pečená klobása
Velikonoční rolka

Mleté maso 14

Čevabačiči
Masové karbanátky se zelenou paprikou
Kuličky s pivní omáčkou
Masové karbanátky
Piněný zelny list

Drůběž

Kuře v paprikové omáčce
Kuře v sýrové omáčce s jablky
Kuře s ořechy
Kuře na leču
Pečené kuře na paprice
Rychlé kuře
Piněné kuře
Kuřecí prsíčka s citrónem
Kuře s cuketami
Kuře na neapolský způsob
Kuře v obalu
Rizoto z kuřecího masa
Kuře v chery

Kuře „Cordon-bleu“
Kuře v omáčce z červeného vína
Kuře na bílém víně
Kuře na houbách
Kuře po italsku
Zeleninové kuře s rýží
Kruží prsa plněná brokolici
Kruží závitky
Kachna na broskvích
Pikantní kachna
Kachna na houbách
Kuře na japonský způsob

Ryby 20

Rybi file s houbami
Rybi file s hořčicovou omáčkou
Rybi file s mateřídouškou
Rybi file se zeleninou
Zapečené rybi file
Strakaté rybi file
Ryba po labužnicku
Kapr na kopru
Kapr na modro
Pikantní rybi file
Pstruh na modro
Piněná treska
Treska v pivu

Přilohy a zelenina 22

Vařená rýže
Chutnější vařená rýže
Kari rýže s houbami
Zelená rýže
Vařené brambory
Brambory vařené ve slupce
Pečené nové brambory
Brambory s majonézou
Smetanové brambory
Piněné brambory
Brambory plněné masem
Piněné cukety
Chřest na másle
Fazolové lusky s houbami
Cukety v citrónové šťávě
Cukety s vejci a rajčaty
Francouzské brambory se šunkou
Fazolové lusky pro labužníky
Fazolové lusky na rajčatech
Vařená cibule se sýrem
Piněné cibule
Náčky z brokolice
Květák s vejci
Květák na česneku a paprice
Květák s paprikou a rajčaty
Piněné papriky s kari
Obalované piněné papriky s koprem
Rajčatové papriky
Zelený hrášek na smetaně
Vařená kufice
Houby se sýrem

Mrkev se sýrem
Zelená mísa s rokfórem
Pórek se šunkou

Omáčky 26

Citrónová omáčka
Houbová omáčka
Petřelová omáčka
Bešamelová omáčka
Sýrová omáčka
Vajčková omáčka
Cibulová omáčka
Holandská omáčka
Hnědá omáčka
Omáčka ze strouhanky
Omáčka z červeného vína
Pikantní omáčka z bílého vína
Ovocná omáčka
Jablíková omáčka
Pomerančová omáčka
Pomerančová omáčka s medem
Rajčatová omáčka
Italská omáčka
Neapolská omáčka

Dezerty 28

Jablečný kompot
Jablečný dort
Pikantní plněná jablka
Jablka plněná mandlemi
Pečený banán
Banán s rumem
Banánová pěna
Hrušky s červeným vínem
Hrušky z čokoládovou omáčkou
Pražské broskve
Flambované broskve
Třešňový náčky
Višně na smetaně
Malinový náčky
Piněná jablka
Malinový pudink
Čokoládový pudink s višňovou omáčkou
Americký pudink s piškoty
Rozinkový pudink
Tvarohový dort
Palačinkový dort
Čokoládová poleva
Ovocná poleva
Karamelové bonbóny
Krém s vínem

Nápoje 31

Čaj s rumem
Kakao
Svařené víno
Grog
Pomerančový punč
Americká káva
Čokoláda