

SALÁTY ZELENINOVÉ

Capricciosa	7	S brokolicí	32
Lilkový s česnekem	7	Z kořenové zeleniny I	32
Celerový s řapíkatým celerem a ořechy	9	Lilkový II	33
Celerový I	9	Fenyklový II	33
Celerový II	9	S řapíkatým celerem	34
Cuketový s parmezánem	11	Z červeného zelí	34
Celerový s jablky a semínky	11	Waldorf	35
Čekankový s vejci I	13	Z řapíkatého celeru se sýrem	35
Čekankový	13	Z červené řepy s ořechy	37
Fenyklový s pomeranči	15	Z červené řepy	37
Dýňový	15	Z kořenové zeleniny II	39
Fenyklový s jahodami	17	Z červeného zelí s pomeranči	39
Čekankový s vejci II	17	Z mladého zelí	41
Fenyklový s ořechy	19	Ze syrového květáku	41
Fenyklová lůžka plněná salátem	19	Chřestový s mozarellou	42
Mrkvový s mandlovými lupínky	20	Z čínského zelí	42
Míchaný zeleninový I	20	Chřestový s česnekovou omáčkou	43
Křen s červenou řepou	20	Salát z paprik a rajčat	43
Okurkový se zakysanou smetanou	20	Ledový s ovocem	44
Z červené řepy	20	Ze zelených fazolek	44
Zelný s pórkem a ananasem	20	Okurkový	44
Mrkvový	21	Rajčatový s krutony a bazalkou	44
Lollo s kedlubnami a ředkvičkami	21	Fenyklový s rajčaty a kapary	44
Hlávkový s mangem a jahodami	21	Ledový s paprikami a kukuřicí	44
Míchaný zeleninový II	21	Špenátový	45
Rajčatový s majonézou a vejci	21	Hlávkový s mangem	45
Ledový s míchanými vejci	21	Chřestový s parmezánem	45
Květákový	23	Celerový s avokádovým přelivem	45
Fenyklový I	23	Zelný	47
Teplý grilovaný	25	Zelený	47
Lilkový I	25	Plněná rajčata na toastu	49
Řecký	27	Špenátový	49
Ledový s červenou čekankou	27	Mrkvový se semínky	51
Ředkvičkový s bylinkami	29	Thajský	51
Řecký s olivami	29	Mrkvový se zázvorem	53
Ředkvičkový s vejci	30	Polníčkový	53
Zelný	30	Mrkvový se švestkami	55
Ředkvičkový se šunkou	31	Mrkvový s pomeranči	55
Okurkový	31	Orientální	57
		Mrkvový s fenyklem	57

SALÁTY BRAMBOROVÉ

Bramborový s vejci a cibulí	59
Batátový	59
Bramborový s řěřichou	59
Bramborový s kapary	61
Bramborový s vejci a olivami	61
Bramborový s fazolemi	63
Nicoise	63
Bramborový s vejci a hráškem	65
Bramborový s koprem	65
Bramborový s kukuřicí	65
Bramborový se zavináčem	67
Bramborový s tuňákem	67

SALÁTY OVOCNÉ

Avokádový	69
Jahody ve víně	69
Melounový	71
Mangový	71
Melounový s mozzarellou a šunkou	73
Melounový s mangem	73
Ovocný bramborový	75
Ovocný s mascarpone	75
Ovocný s kiwi	77
Ovocný s jogurtem	77
Ovocný s likérem	79
Ovocný v melounu	79
Plněná jablka	81
Plněná jablka s kukuřicí	81
Ovoce s rýží	83
Plněné pomeranče	83
Z lesních plodů s medem	85
S melounem a kokosem	85
S hrozny I	87
Avokádový s grepem	87
Broskvový se šunkou	88
Fíkový s roketou a grepem	88
Z tropického ovoce se sýrem	89
Ovocný s kuřecím masem a zakysanou smetanou	89
Banánový s jablky	89

Zimní ovocný	89
Fíkový se smetanou	89
S hrozny II	89

SALÁTY S MASEM

Parmská šunka s cukrovým melounem	91
Kuřecí maso s avokádem	91
Celerový s kuřecím masem	93
Buřtový	93
S bůčkem a kozím sýrem	93
Cézar	95
Drůbeží s avokádem	95
Čínský s masem a houbami	97
Drůbeží s krevetami	97
Grepový s kuřecím masem	99
Salámový	99
Kuřecí s avokádem	99
Hlávkový se slaninou	101
Krůtí	101
Kuřecí s fazolkami	103
Kuřecí s bramborami a hráškem	103
Kuřecí s avokádem a řapíkatým celerem	105
Kuřecí s papájou	105
Kuřecí s těstovinami	107
Kuřecí s roketou a fenyklem	107
S drůbežím masem a grepem	109
Předkrm se šunkou	109
S kuřecími nugety	111
Špekáčkový	111
S vepřovou panenkou a rýží	111
S kuřetem a ořechy	113
S kuřecím masem a rýží	113
Z krůtího masa s papájou	115
Teplý s hovězím masem	115
Vánoční s kaštaný	115
Zeleninový s uzenou krůtou	117
Se salámem	117

SALÁTY S RYBAMI

A PLODY MOŘE

Aljašský	119
Směs salátů se sardelkami	119
Z uzené makrely a fazolí	119
Jablka plněná rybím salátem	121
Hlávkový se sardelkami	121
Rajče plněné tuňákem	123
Krevetový	123
S bramborami a tuňákem	125
Rybí	125
Rýžový s tuňákem	127
Z tuňáka a čínského zelí	127

SALÁTY SE SÝRY A JOGURTY

Čekankový se sýrovými kuličkami	129
Sýrový s paprikou	129
Hrušky plněné sýrem	129
Hrušky s rokfórem	131
Jarní s nivou	131
Rajčata plněná tvarohem	133
Mozzarella s rajčaty	133
S kozím sýrem	135
Mozzarella s olivami	135
Rajčata v jogurtu	135
S olivami	137
Se sýrem Cottage	137

SALÁTY S VEJCI

S křepelčími vejci a rajčaty	139
Ztracená vejce v jarním salátu	139
S křepelčími vajíčky	141
Kukulata	141
S křepelčími vajíčky a olivami	143
Vajíčkový	143
Ztracená vejce s ředkvičkami a salátem	143
S křepelčími vejci a šunkou	143

SALÁTY S HOUBAMI

Křupavý s houbami ši	144
S houbami ši	145
Hříbky s paprikami	145

SALÁTY S LUŠTĚNINAMI

A TĚSTOVINAMI

Cizrnový	147
Čočkový barevný	147
Fazolový s červenou paprikou	149
Exotický rýžový	149
Fazolový s klíčky	151
Fazolový	151
Fazolový s mladou cibulkou	153
Těstovinový I	153
Kuskusový	153
Rýžový s ovocem	155
S klíčky	155
Těstovinový s ovocem	156
Fazolový s cibulí	156
Těstovinový s citrusy	156
Rýžový s pomeranči	156
Těstovinový s artyčoky	157
Rýže s ovocem	157
S tofu	159
S kroupami a tuňákem	159
Těstovinový II	161
Z rýžových nudlí	161
Panzanella	163
Těstovinový se šunkou	163
S červenou čočkou	165
Těstovinový se sardelkami a pomeranči	165

SALÁTOVÉ ZÁLIVKY

Jednoduchá	167
Vinaigrette	167
S nivou	167
Jogurtová	167
Olejová s rajčaty, paprikami, cibulí a sýrem	167
Hořčičná	167
Tisíc ostrovů	167