

101 PRAKTICKÝCH RAD

STRANA 8-10

JAKÉ SALÁTY?

- 1Saláty pro zdraví
- 2Sezonní saláty
- 3Saláty jako předkrm
- 4Saláty jako hlavní chod



STRANA 11-25

PŘÍSADY DO SALÁTŮ

- 5Základní přísady
- 6Základní vybavení
- 7Nezbytná zelenina
- 8Jak mýt a sušit salátové lístky
- 9Použití salátové sušičky
- 10Jak nařezat kadeřavý salát
- 11Jak odstranit střed čekanky
- 12Jak připravit česnek

- 13Základní byliny
- 14Jak nasekat byliny
- 15Papriky
- 16Jak připravit papriky
- 17Chilli papričky
- 18Jak připravit chilli
- 19Rajčata
- 20Jak oloupat rajčata
- 21Základní zelenina
- 22Připravujeme červenou řepu
- 23Jak nasekat šalotku
- 24Příprava mrkve
- 25Maso v salátech
- 26Ryby v salátech
- 27Ořechy v salátech
- 28Sýry v salátech
- 29Loupeme vejce
- 30Těstoviny v salátech
- 31Ovoce v salátech
- 32Jak nakrájet avokádo
- 33Jak vybrat semínka z hroznů
- 34Dělení citrusových plodů



ÚPRAVA SALÁTŮ

- 35 Vybíráme správný dresink
 36 Jaký ocet?
 37 Vyrábíme bylinkový ocet
 38 Jaký olej?
 39 Vyrábíme bylinkový olej
 40 Jak připravit vinegretku
 41 Skladujeme vinegretku
 42 Co přidáváme do vinegretky
 43 Chilli dresink
 44 Kořeněný sójový dresink
 45 Makový dresink
 46 Majonéza
 47 Co přidáváme do majonézy
 48 Malinová omáčka
 49 Ruský dresink
 50 Salátový krém
 51 Dresink z kysané smetany
 52 Tzatziky
 53 Vařený dresink



KLASICKÉ SALÁTY

- 54 Barevný zahradní salát
 55 Jedlé květiny
 56 Krájíme rajčata
 57 Řecký salát
 58 Dáváme do salátu olivy
 59 Mozzarella a švestková rajčata
 60 Zelný salát
 61 Zelný salát s jablky a ananasem
 62 Salát z červeného a bílého zelí
 63 Podzimní zelenina
 64 Červená řepa a celer
 65 Pórky ve vinegretce
 66 Příprava chřestu
 67 Chřest ve vinegretce
 68 Avokádo se šunkou
 69 Avokádo a uzený losos
 70 Hrušky, fenykl a ořechy

71.....	Jak udržet ovoce čerstvé
72.....	Pikantní meloun
73.....	Jarní rýže
74.....	Rýžové variace
75.....	Divoká rýže a krůta
76.....	Připravujeme fazole
77.....	Dvojitá fazole s guacamolou
78.....	Tabbouleh
79.....	Středozemní salát
80.....	Těstoviny a slávky
81.....	Jak připravujeme slávky
82.....	Těstoviny a hřebenatky (mušle)
83.....	Kuřecí salát Waldorf
84.....	Kuře Tropical
85.....	Kuře Teriyaki
86.....	Špenátový salát
87.....	Bramborový salát Yankee
88.....	Bramborový salát Černý les
89.....	Salát Caesar
90.....	Připravujeme smažené housky
91.....	Salát Niçoise



92.....	Čerstvý tuňák Niçoise
93.....	Garnáty a cukety
94.....	Garnáty a houby
95.....	Připravujeme obří garnáty



STRANA 68-69

SALÁTOVÉ KNOW-HOW

96.....	Zdobíme saláty
97.....	Obkládáme saláty
98.....	Použití salátových příborů
99.....	Použití dřevěné mísy
100.....	Jedna či více misek?
101.....	Uchovávání salátů

REJSTRÍK 70

