

OBSAH

Nápadité nové snídaně 14

- Pohanková kaše s banánem a ořechy 16
- Vločková kaše naslano s koprem 18
- Makové lívanečky s meruňkami v rumu 20
- Smaženka s pecorinem a fermentovanou zeleninou 22
- Jednoduchá domácí paštika 26
- Hrášková omeleta ze šťastných vajíček 28

Cizomluva 32

- Medový cheesecake 34
- Vykrajané cake pops 38
- Perníkové cupcakes se skořicovým krémem 40
- Čokoládové tartaletky 42
- Štrúdlivé muffiny 44
- Brownie s ořechy a višněmi 46
- Lentilkové cookies 48

Vetřelci v kuchyni 52

- Tagliatelle se šalvějovou dýní 54
- Krůtí karbanátky s avokádem a batátové hranolky 56
- Bulgurové střapačky s uzeným tofu 60
- Batátové bramboráky s rozpečeným sýrem a zelným salátem 62
- Salát z fenyklu a červené řepy 64
- Podzimní zeleninová polévka s cizrnou 66
- Zelený krém z řapíkatého celeru 68

Malé rychlé dobroty 72

- Chlebíčky s celerovou remuládou s jablkem 74
- Domácí slané kreky a avokádová pomazánka s pečeným česnekem 76
- Kuličky z kozího sýra 78
- Lososové kanapky s domácím žervé na semínkovém chlebu 80

Klasické hlavní chody, po kterých se bude lehce žít 86

- Provensálská fazolová polévka 88
Pečená krůtí stehna s krupicovými noky a křenové zelí 90
Houbová sekaná z čočky 94
Kuřecí stripsy pečené v troubě 96
Lilkové kuličky v rajčatové omáče 98

Maso v nové roli 102

- Bourguignon pomalu dušený v troubě 104
Topinky s trhaným masem 106
Tymiánové kuřecí supreme s citronovou majonézou 108
Krůtí ragú a jáhlová rýže 110
Treska pečená v papilotě 112

Odlehčená klasika a dezerty bez mouky 116

- Čokoládový dort z rýžové mouky 118
Perník s červenou řepou 120
Mrkvový dort z kokosové mouky a medu 122
Levandulové sušenky z mandlové mouky 124
Tvarohové nočky s ovocným přelivem 126
Křupavé čokoládové hrudky 128
Kokosová linecká kolečka 130

Nové marmelády 134

- Rebarborová s ginem 136
Medová meruňka se skořicí a badyánem 138
Pikantní hruškové čatní pečené v troubě 140
Borůvková s čokoládou 142

Jak zpracovat i to, co se obvykle vyhazuje 146

- Ocet z jablečných slupek 148
Mrkvové chimichurri s grilovaným halloumi a pečenými karotkami 150
Vývar ze snědeného kuřete s tvarůžkovými knedlíčky 152