



# Obsah

Předmluva 5

## ***Než se do toho dáte 7***

Vynález bohů 8

Základní informace o mléce 9

Tipy pro váš úspěch 17

## ***Mléčná kuchyně 21***

Když mléko zkysne 22

Kyselé mléko 23

Jogurt 25

Kefír, ajran a lasí 32

## ***Smetanová kuchyně 35***

Lahůdky ze smetany 36

Máslo a spol. 37

Zakysaná smetana, crème fraîche a mascarpone 44



## *Sýrová kuchyně* 49

Tak tohle je sýr 50

Co je potřeba na dobrý sýr? 54

Sýr krok za krokem 66

Čerstvé sýry 76

Měkké sýry 98

Polotvrdé sýry 108

Tvrdé sýry 118

Ostatní druhy sýrů 124

## *Infoservis* 133

Co s tím, když... 134

Časté otázky 136

Slovníček 141

Rejstřík receptů 143