

# OBSAH

Předmluva . . . . .	1
Úvod . . . . .	5
Jak používat tuto knihu . . . . .	12

## PRVNÍ ČÁST Čtyři prvky dobrého vaření

<b>SŮL</b> . . . . .	16
<b>TUK</b> . . . . .	56
<b>OCET</b> A JINÉ ZDROJE KYSELOSTI . . . . .	100
<b>ŽÁR</b> . . . . .	130
Co vařit . . . . .	191

## DRUHÁ ČÁST

### Recepty a doporučení

Kuchařské základy . . . . .	204
Recepty . . . . .	214
Saláty . . . . .	215
Dresinky . . . . .	238
Zelenina . . . . .	254
Vývary a polévky . . . . .	270
Luštěniny, obilniny a těstoviny . . . . .	280
Vejce . . . . .	303
Ryby . . . . .	310
Třináct pohledů na kuře . . . . .	316
Maso . . . . .	344
Omáčky . . . . .	358
Máslová těsta . . . . .	385
Dezerty . . . . .	402
Kuchařské lekce . . . . .	428
Návrhy menu . . . . .	432
Doporučená literatura . . . . .	436
Poděkování . . . . .	437
Bibliografie . . . . .	441
Rejstřík . . . . .	445
Poznámky . . . . .	461
O autorce a ilustrátorce . . . . .	469