

OBSAH:

Předmluva	3
Měříme a vážíme bez váhy	6
Jiška neboli zasmažka	9
Jak správně solit?	9
Šetříme vejci	10
Polévky	11
Zavářky	42
Omáčky	43
Masité pokrmy	51
Ryby	62
Zeleniny	71
Moučníky	93
Z ječné mouky	112
Z žitné mouky	119
Bramborové pokrmy	125
Ovesné vločky	140
Kroupové pokrmy	147
Pokrmy z jahel	150
Těstoviny	151
Luštěniny	154
Houby	156
Ovocné pokrmy	162
Pokrmy z chleba	165
Saláty	167
Vaječné pokrmy	171
Zbytky	172
Různé pomazánky	175
Různé	175