

Obsah

- Něco o koření / 4*
- Ještě pár slov o zelenině / 13*
- Pomazánky z fazolí / 15*
- Pomazánky z hub / 19*
- Masové pomazánky / 22*
- Máslové pomazánky / 32*
- Rybí pomazánky / 35*
- Salámové pomazánky / 44*
- Pomazánky ze sóji / 46*
- Sýrové pomazánky / 48*
- Tvarohové pomazánky / 59*
- Vaječné pomazánky / 64*
- Zeleninové pomazánky / 66*
- Různé pomazánky aneb od každého něco / 72*
- Pomazánky ze zbytků potravin / 80*
- Nízkokalorické pomazánky / 84*
- Sladké pomazánky / 87*
- Rady na závěr / 91*
 - kouzla s křenem / 91*
 - majonézu si uděláme i sami / 92*
 - jak udělat topinky / 93*
 - několik receptů na slané pečivo / 94*