



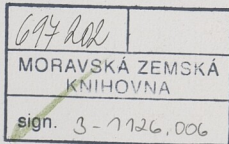
- 7 **Pilné včelky a lenoši**  
Úvod
- 8 **Na Olympu**  
Mistr kuchař Liu Zihua
- 11 **Kuchařské umění jako most**  
Liu Zihua popisuje své dojmy z Německa
- 12 **Dobrá chuť představuje jejich duši**  
Kuchařské umění
- 13 **„Už jste jedli?“**  
O smyslu slova
- 14 **Převzato z vojenského umění**  
Zvyky stolování
- 15 **Prodloužené prsty**  
Používání tyčinek
- 16 **Země středu**  
Čína (mapa)
- 18 **Jídlo tvoří pouta**  
Ze všedního dne rodiny

## Kultura a historie

- 20 **Se svolením bohů**  
Císařova kuchyně
- 22 **Také pizza dokáže uspokojit srdce**  
Pujje, bratr posledního císaře
- 26 **Zrání po tisíce let**  
Historie kuchařského umění
- 31 **Studené jin, horké jang**  
Zdravá výživa

## Důležité ingredience

- 34 **Tak barevné, tak matoucí**  
Nákup v asijských obchodech
- 36 **Zelenina**  
Čínské zelí, sójové boby, pak choi, bambus
- 38 **Vosková dýně, česnek, pórek, zázvor, vodní kaštaný, houby, kořený jams a lotosová semínka**
- 40 **Ráno, v poledne, večer**  
Rýže – potrava pro miliony
- 42 **Měkký a bílý**  
Mantou – chléb připravovaný v páře
- 43 **Jednou chaos, jednou klid**  
Ravioli a nudle
- 44 **Čistě ruční práce**  
Válení nudlí
- 46 **Záleží na náladě**  
O pití



6411642



**Předcházející**  
**dvoustrana:** Krajina se zahradami na řece Li u Gulinu.

## Vaření

- 48 **Základní recepty**  
Kuřecí vývar, ryže  
a omáčky
- 50 **Metody vaření**
- 52 **Kuchyňské náčiní**  
Wok, ohnivý kotlík,  
bambusová nádoba  
na dušení a kuchyňský  
porocvač
- 54 **Techniky krájení  
v čínské kuchyni**
- 56 **Zdobení a oblohy**  
Vějíře z okurek, kaligrafic-  
ké znaky a růže z ředkve
- 58 Květina z kedlubny, květy  
z rajčat a štětečky  
z pórků
- 60 Květy z chilli, hnízdo  
z nudlí a melounová  
miska



## Kuchyňě Číny

- 62 **Klasická**  
Kuchyňě severu
- 68 **Tajemství spočívá ve  
vodě**  
Pivovar Cing tao
- 72 Recepty regionu
- 114 **Opulentní**  
Kuchyňě východu
- 118 **Na kamarádství**  
Rýžové víno z Sao  
Chingu
- 122 Recepty regionu
- 156 **Delikátní**  
Kuchyňě jihu
- 162 **V údolí Dračí studně**  
Zelený čaj z Longjing
- 166 **Recepty regionu**
- 206 **S ntouhou dávkou  
srdnatosti**  
Kuchyňě západu
- 212 **Život společnosti**  
Trhy
- 216 Recepty  
regionu

254 **Z darů země**  
Vegetariánská kuchyně

256 **Žlutý klenot**  
Tofu

260 15 nejznámějších  
bezmasých receptů

270 Rejstřík od A do Z

278 Seznam receptů od  
předkrmů po moučníky

