

OBSAH

- Úvod napsaný spíše jako doslov – 5
- I. Pokus o náhradu ryb – 7
- II. Záviny, nikoliv však lukulské – 12
- III. Pomazánky na chleba – 17
- IV. Taková obyčejná topinka – 22
- V. Sympatické fazole – 27
- VI. Na horách se jsou hrách, na dolině čočka – 31
- VII. Kuře stokrát jinak – 37
- VIII. Jak poznat (a pak sníst) slepici – 42
- IX. Pohádkový koblížek a jeho vypečení bratři – 47
- X. Vejce nejen vařená a smažená – 55
- XI. Obložený koláč zvaný pizza – 62
- XII. Špagety a jiné těstoviny – 67
- XIII. Levnoty s párkem – 75
- XIV. Brambory, má láska – 81
- XV. Se záplavou zeleniny – 89
- XVI. Jídla z ovesných vloček a některých obilovin – 103
- XVII. Zdraví, sílu najdeš v sýru! – 112
- XVIII. Maso z konzervy a mletá masa – 119
- XIX. Nebojme se vnitřností – 130
- XX. V kuchyni pravého houbaře – 138
- XXI. Polévka je grunt – 145
- 333 receptů (abecední rejstřík) – 159
-

Ilustrace:

- Zdeněk Žáček – 8, 18, 28, 56, 80
- Pavel Matuška – obálka, 10, 20, 40, 43, 68, 76
- Jan Vyčítal – 13, 45, 139, 146
- Jiří Slíva – 15
- Vladimír Pergler - BAPE – 25, 32, 63, 74, 90, 113, 120, 127
- Petr Urban – 35, 38, 100, 136, 155
- Jaroslav Pop – 48, 130
- Miroslav Slejška – 53, 60
- Karel Slávik – 82, 117, 144
- Karel Čejka – 88, 104
- Lucie Lomová – 157