

---

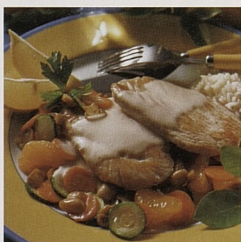
# Přehled kapitol

---



## **Polévky a jídla z jednoho hrnce**

strana 8–21



## **Maso a uzeniny**

strana 22–47



## **Ryby**

strana 48–61

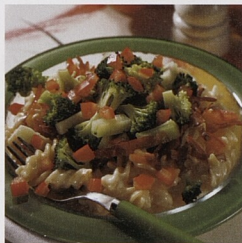
---

# Přehled kapitol

---

## **Těstoviny, rýže a brambory**

strana 62–83



## **Zapékané pokrmy**

strana 84–97



## **Bezmasé pokrmy**

strana 98–123



---

# Přehled kapitol

---

## **Polévky a jídla z jednoho hrnce**

|  |    |
|--|----|
| Bramborová polévka s okurkou .....               | 16 |
| Pestrá směs se zelím .....                       | 10 |
| Pikantní polévka s jehněčím a fazolkami .....    | 18 |
| Pikantní směs s kapustičkou .....                | 10 |
| Polévka s jarní cibulkou a sýrovými knedlíčky .. | 20 |
| Těstoviny s barevnou paprikou .....              | 8  |
| Zelená zeleninová polévka .....                  | 12 |
| Zelňačka s masovými knedlíčky .....              | 14 |

## **Maso a uzeniny**

|   |    |
|---|----|
| Bavorská párková směs .....                 | 40 |
| Cibulové kotlety s hořčičnou omáčkou .....  | 36 |
| Exotický rýžový náky s krutím masem .....   | 30 |
| Gyros ze salámu se zelným salátem .....     | 28 |
| Havajský biftek s bramborovým salátem ..... | 32 |
| Holandské palačinkové taštičky .....        | 34 |
| Krutí plátky s citronovou omáčkou .....     | 22 |
| Krutí ragú s bylinkovým sýrem .....         | 38 |
| Kuře na texaský způsob .....                | 46 |

|   |    |
|---|----|
| Masové kuličky s ovčím sýrem .....            | 38 |
| Pikantní čočka se zeleninou .....             | 42 |
| Pikantní paprikový guláš .....                | 24 |
| Sekaná s kaší a pórkem .....                  | 26 |
| Špízy z mletého masa s jogurtovou zálivkou .. | 44 |

## **Ryby**

|  |    |
|--|----|
| Grilovaná makrela s rajčatovým dipem ..... | 54 |
| Krémový slanečkový salát .....             | 58 |
| Losos s křenovou omáčkou .....             | 48 |
| Mořský losos v bylinkové krustě .....      | 56 |
| Okoun s bazalkou .....                     | 60 |
| Pestrý těstovinový salát s tuňákem .....   | 50 |
| Rybí náky s jemným hořčičným krémem .....  | 52 |
| Rybí plátky v rajčatové omáče .....        | 58 |

## **Těstoviny, rýže a brambory**

|  |    |
|--|----|
| Bramboráky s kyselým zelím a pažitkovou<br>omáčkou ..... | 76 |
| Bramborová směs s majoránkou a párkem .....              | 74 |

---

# Přehled kapitol

---

|  |    |  |     |
|--|----|--|-----|
| Bramborové kari s paprikou . . . . .                 | 78 | Makaronový nákyp . . . . .                           | 88  |
| Brambory se zeleninou a jatyřky . . . . .            | 80 | Zeleninové lasagne . . . . .                         | 86  |
| Jemný pestrý bramborový salát . . . . .              | 66 | Zimní zelenina ve věnci z bramborové kaše . . . . .  | 90  |
| Myslivecké brambory . . . . .                        | 82 |  |     |
| Nudle ve smetanové omáče s drůbežími játry . . . . . | 70 | <b>Bezmasé pokrmy</b>                                |     |
| Pestrý rýžový nákyp . . . . .                        | 72 | Brokolicový nákyp s mrkví a prosem . . . . .         | 122 |
| Rýže s cuketou a paprikou . . . . .                  | 72 | Křupavá zelenina na kari . . . . .                   | 114 |
| Spirelli s brokolicí a slaninou . . . . .            | 62 | Okurky se špaldovou náplní . . . . .                 | 108 |
| Špagety na sicilský způsob . . . . .                 | 64 | Omeleta se zeleninou na mexický způsob . . . . .     | 100 |
| Špece se salámem a mladým zelím . . . . .            | 68 | Penne s dýní a pikantní rajčatovou omáčkou . . . . . | 110 |
| Těstoviny s krůtími prsíčky . . . . .                | 66 | Řecký selský salát . . . . .                         | 116 |
|  |    | Sendviče se sýrovou náplní s bylinkami . . . . .     | 106 |
| <b>Zapékané pokrmy</b>                               |    | Sýrový koláč s dýní . . . . .                        | 112 |
| Cibulový koláč . . . . .                             | 96 | Špagety s rajčatovou omáčkou a mrkví . . . . .       | 104 |
| Gratinované brambory s cuketou a mrkví . . . . .     | 84 | Těstoviny se zeleninou . . . . .                     | 98  |
| Kedlubnový nákyp se sýrovou krustou . . . . .        | 92 | Toasty s vejci a mozzarellou . . . . .               | 120 |
| Klasické lasagne . . . . .                           | 87 | Zapékaná zelenina . . . . .                          | 118 |
| Kuře na česneku se salátem . . . . .                 | 94 | Zeleninová směs s rajčatovou omáčkou . . . . .       | 102 |

