

O B S A H

Úvod	7
Rybí maso jako potravina	13
Sladkovodní ryby	17
Jak poznat čerstvou a zdravou rybu	20
Jak zacházíme se sladkovodními rybami	22
Jak ryby zabíjíme	23
Jak ryby zbavíme šupin	24
Jak ryby kucháme	26
Jak ryby porcujeme	27
Jak ryby vykošťujeme	28
Jak ryby uchováváme	29
Jak ryby zbavíme zápachu	33
Mořské ryby u nás	35
Receptář rybí kuchyně	39
Rybí polévky	41
Zavářky do rybích polévek	49
Rybí předkrmy	53
Vařené ryby	63
Dušené ryby	73
Pečené ryby	83
Smažené ryby	105
Speciality z cizích kuchyní	113
Rybí pudinky a nákypy	129
Marinované ryby	131
Rosolované ryby	134
Rybí saláty	137
Úprava rybích konzerv	143
Rybí pomazánky	149
Másla k rybám	151
Majonézy a omáčky k rybám	153
Přílohy k rybám	159
Nápoje k rybám	163
Uzení ryb	165
Příprava ryb na dovolené	169
Dietní jídla	173
Úprava raků	183
Abecední rejstřík	189
Závěr prof. MUDr. Jindřicha Karpíška	202

