

# OBSAH

- Poučení pro nemocné /úvodní slovo/ 3  
Potraviny zakázané 10  
Potraviny doporučené 11

## RECEPTÁŘ:

### **Polévky**

- Bramborová 12  
Bramborová na kyselo 12  
Hovězí s krupicovými  
nočky 13  
Hovězí s játrovou rýží 13  
Zeleninová s krupicí 13  
Kmínová s vejcem 14  
Vločková 14

### **Hlavní jídla**

- Hovězí ragú zadělávané 15  
Hovězí na kyselo  
s džemem 15  
Hovězí kostky  
po zahradnicku 15  
Hovězí plátky bratislavské 16  
Telecí na hrášku 16  
Telecí po vídeňsku 16  
Vepřové maso v mrkvi 17  
Masový pudink  
se zeleninou 17  
Kuřecí plátky s bešamelem 17  
Nadívané kuře 18  
Kapr po mlynářsku 18  
Brambory zapečené  
se šunkou 18  
Sýrový nákyp 18  
Nákyp se šunkou 19  
Žemlovka s jablky  
a tvarohem 19  
Nudlový nákyp s tvarohem  
a jablky 19  
Tvarohový knedlík 20

- Zadělávané fazolky 20

### **Přílohy**

- Jemný bramborový  
knedlík 21  
Jemný knedlík 21

### **Omáčky**

- Citronová 22  
Ovocná 22

### **Saláty**

- Celerový s jablky 23  
Hlávkový s biokysem 23  
Mrkvový s křenem 23  
Mrkvový s meruňkami 23  
Jablkový křen 24  
Jarní hlávkový salát 24  
Mrkvový s hlávkovým  
salátem 24

### **Malá studená jídla**

- Paštika z králíka 25  
Sýrová pěna 25  
Šunková pěna 25  
Sýrová pomazánka  
s tvarohem 26  
Tvarohová pomazánka  
se zeleninou 26  
Pomazánka z telecího masa 26  
Pomazánka z telecího  
a šunky 26  
Šlehaný tvaroh s pažitkou 27  
Plněná vejce 27

### **Moučníky**

- Jablka v krému 28  
Kakaový chlebiček s jablky 28  
Jablkový rosol 28  
Jogurtový koktejl 29  
Vanilkový krém s ovocem 29  
Tvarohový krém  
do piškotu 29