

# Obsah

Recepty od kořínku až po květ .....	5
ZE SPÍŽE	
Suppli aneb Krokety ze zbylé rýže či rizota .....	6
Čínská kaše congee ze zbylé rýže .....	8
Smažená rýže s tofu, zeleninou a vejcem .....	10
Salát ze zbylých těstovin či rýže .....	12
Sladká kaše ze zbylé rýže .....	14
Rajčatovo-chlebová polévka Salmorejo cordobés .....	16
Chlebový salát Panzanella .....	18
Žemlovka z vánočky, tvarohu a jablek .....	20
Chudí rytíři aneb (před)Včerejší chleba ve vajíčku .....	22
French toast ze staré vánočky či mazance .....	24
Knedlíky s vajíčkem, cibulkou a sýrem .....	26
Knedloust aneb Vítejte v gastropekle! .....	28
Nakládaná vejce .....	30
Kari z vařených vajec a mungo fazolí s jogurtovými plackami .....	32
Plněná nakládaná vejce .....	34
Plněné knedlíčky gyoza .....	36
Fermentovaná zelenina kimči .....	38
Palačinka z přezrálého kimči: kimchijeon .....	40
Rozkvetlá focaccia ze zbytků .....	42
Zbytkový vývar ze slupek a odřezků .....	44
Domácí vegeta ze slupek .....	46
Čokoládová pěna z nálevu z cizrny (aquafaba) .....	48
Citronový likér Limoncello .....	50
Kandovaná citrusová kůra .....	52
Trhané „maso“ z banánových slupek .....	54

## ZE ZAHRADY

Lasagne se zeleninou, pestem z natě, řepou a čočkovým ragú .....	56
Citronová hrachová kaše s kořenovou zeleninou .....	58
Bezlepkové brokolicovo-sýrové kuličky .....	60
Květáková polévka s listovými chipsy .....	62
Celý pečený květák či brokolice s fazolovým hummusem .....	64
Květáková pizza bez mouky .....	66
Dýňový dort se slaným karamellem .....	68
Cuketové halušky s uzeným tempehem .....	70
Cuketové placky se sýrem a fazolemi .....	72
Lilky & cukety plněné orientální čočkou .....	74
Cuketová hořčice .....	76
Cuketová bábovka s rumovou polevou .....	78
Voňavý domácí kečup .....	80
Pečená rajčata v oleji .....	82
Krémová polévka z celých kedluben .....	84
Plněné kedlubnové listy .....	86
Zelí z kedlubny a kedlubnového listí .....	88
Kedlubnové placičky s ovesnými vločkami a bylinkami .....	90
Ředkvičková polévka s ředkvičkovými listy .....	92
Nakládané ředkvičky & pesto z ředkvičkové nati .....	94
Restované ředkvičky a nať s krémovou polentou .....	96
Krémová polévka ze zbylých brambor & kokosová „slanina“ .....	98
Sýrové vafle ze zbylých brambor .....	100
Papas rellenas: krokety ze zbylých brambor či kaše a špenátu .....	102
Pečené chipsy z bramborových slupek .....	104
Kluzky: bezlepkové knedlíčky ze zbylých brambor .....	106
Jablečné slupky na čaj & do kaší .....	108
Jablečné chipsy se skořicí .....	109
Jablečný ocet .....	110
Povidla bez cukru & bez míchání .....	112

Tvarohové knedlíčky & rozvar z přezrálého ovoce .....	114
Čatní z melounových slupek .....	116
Gazpacho z melounu včetně slupek .....	118
Glazovaná mrkev & chimichurri z její natě .....	120
Krémová mrkvová kari polévka s pestem z nati .....	122
Italská mrkvová polévka s čočkou a fazolemi .....	124
Mrkvové kari s červenou čočkou a plackami z natě .....	126
Pesto z mrkvové nati a slunečnice .....	128
Špaldový mrkvový dort .....	130
Palačinky se „špenátem“ z řepných lístků .....	132
Řepové burgery s karamelizovanou cibulkou .....	134
Bezlepkové řepové noky & pesto z řepné nati .....	136
Řepné brownies .....	138
 Z LESA A LOUKY	
Kopřivová nádivka s medvědí česnekem a sýrem .....	140
Bramborový salát s pestem z medvědího česneku .....	142
Krémová kopřivová polévka .....	144
Kopřivový špenát .....	146
Celozrnný quiche s medvědí česnekem .....	148
Krupoto s divokým česnekem .....	150
Noky s medvědí česnekem .....	152
Tvarohová bábovka s levandulí .....	154
Bezlepkový levandulový cheesecake .....	156
Fialkový cukr .....	158
Rozkvetlé sušenky .....	160
Šeříkové cupcakes .....	162
Šeříkový sirup .....	164
Smrkový sirup .....	166
Sýrové sušenky s bylinkami .....	168
Jarní závitky se zbytky zeleniny & nudlí .....	170
Bezový cheesecake do skleničky .....	172