

PŘEHLED RECEPTŮ

POLÉVKY

Rychlé gazpacho.....	8
Brokolicová polévka s modrým sýrem.....	10
Kapustová polévka s toasty.....	12
Květáková polévka s parmazánem.....	14
Drožděná polévka s pórkem.....	16
Dršťková polévka z hlívy ústřední.....	18

CHUŤOVKY

Rybí tousty se salsou z červené řepy.....	20
Pórkovi šneci.....	22
Balkánské chuťovky.....	24
Sýrovo-pórková tortilla.....	26
Pečené plněné cibule.....	28
Lučinové sushi.....	30
Pikantní cuketové čatni.....	32
Pastiňákovo- bramborové placky.....	34
Pita s kuřecím masem a mangem.....	36
Nakládaný lilek s balkánským sýrem.....	38
Avokádový krém (guacamole).....	40
Lilkové pyré s vůní kouře.....	42
Plněné avokádo.....	44
Ananasový džem.....	46
Avokádové jednohubky s krutí šunkou.....	48
Zelenina v tempuře.....	50
Focaccia s cherry rajčátky.....	52

HLAVNÍ JÍDLA

Kuře na salátu s červenou řepou.....	54
Špagety s červenou řepou.....	56
Kuskus s opečenou zeleninou.....	58

Květák s koprovou zálivkou.....	60
Sezamové kuře s avokádovou salsou.....	62
Těstoviny s cuketou a chilli.....	64
Peperonata.....	66
Musaka.....	68
Brambory dauphinoise.....	70
Odlehčené karbanátky se zelím.....	72
Tvarohové knedlíčky s horkým ovocem.....	74
Ryba s perníkem a restovanými švestkami.....	76

SALÁTY

Hruškový salát.....	78
Celerový salát.....	80
Bramborový salát se smetanou a ředkvičkami.....	82
Bramborový salát s pestem.....	84
Salát ze zelených fazolek a choriza.....	86
Bulgurový salát s brokolicí a meruňkami.....	88
Avokádový salát s balzamikem.....	90
Salát s melounem, fazolkami a sýrem.....	92

DEZERTY

Krém z bílé čokolády s bazalkou a balsamickými jahodami.....	94
Tvarohový koláč s jahodami.....	96
Hruškové koláčky s modrým sýrem.....	98
Mrkvový koláč.....	100
Švestkové koláče s mákem.....	102
Jablkový dort.....	104
Zapékané broskve.....	106