

# Úvod

---

O autorce.....	11
Něco málo o pomalém vaření.....	12

## Polévky

---

Gulášová polévka .....	21
Česneková krémová polévka .....	23
Rybí polévka Lohikeitto .....	25
Pho Bo .....	27
Kachní ramen .....	29
Masová soljanka .....	33

## Drůbeží a králičí maso

---

Kuře cacciatore.....	37
Kuřecí závitky se sýrem a parmskou šunkou.....	39
Kuře s lilkem a olivami.....	41
Trhané kuřecí se zeleninovou směsí.....	43
Kuřecí s nivou a slaninou.....	45
Kuřecí kousky s lilkem .....	47
Kuřecí curry korma .....	49
Kuřecí kung-pao .....	51
Krůtí kostky v medovo-sójové omáčce .....	53
Králík s hořčičnou omáčkou .....	55
Kachna s dýňovo-petrželovým pyré.....	57
Husa se zelím a jablky.....	59

## Hovězí maso

---

Hovězí roštěná.....	63
Kedlubnový guláš.....	65
Hovězí plátky se žampiony a slaninou.....	67
Hovězí plátky se zeleným pepřem.....	69
Hovězí kostky s kapustou.....	71
Hovězí žebra v chimichuri omáčce.....	73
Telecí líčka na červeném víně .....	75

## Vepřové maso

---

Vepřový perkelt .....	79
Bratislavská vepřová plec.....	81



Vepřo-knedlo-zelo .....	83
Hamburská vepřová pečeně .....	85
Vepřová pečeně v mléce .....	87
Vepřová kotletka zapečená s bramborami a smetanou .....	89
Vepřové kotlety na cideru .....	91
Vepřové plátky s pórkem a zakysanou smetanou .....	93
Vepřové závitky s křenem a jablky .....	95
Bůček s cibulí a jablky .....	97
Kančí kýta s brusinkovou omáčkou.....	99

## Mleté maso

---

Sekaná s červenou paprikou a olivami.....	103
Pastýřský koláč .....	105
Roláda z mletého masa se špenátem a sušenou šunkou .....	107
Papriky plněné mletým masem.....	109
Holubky z mletého vepřového masa.....	111
Kynutý koláč s mletým masem .....	113

## Ryby a mořské plody

---

Losos s koprovým přelivem.....	117
Candát s fenyklem a pomeranči.....	119
Smetanové brambory s uzeným lososem.....	121
Quiche s tuňákem a květákem .....	123
Krevety se zeleným kari.....	125

## Bezmasá a méně masová jídla

---

Vaječná omeleta se zeleninou .....	129
Květákový mozeček .....	131
Lečo .....	133
Kočí tanec .....	135
Houbový kuba.....	137
Zelofleky .....	139
Makaróny se sýrem .....	141
Těstoviny s brokolicí a nivou.....	143
Shakshouka.....	145
Dhál z červené čočky.....	147
Marocký tajine s cizrnou .....	149

## Dezerty a sladká jídla

---

Makovec .....	153
Čokoládový koláč s malinami .....	155
Hrníčkový perník .....	157



Mechový dort .....	159
Clafoutis s višněmi .....	161
Mazanec .....	163

## Malá a ostatní jídla

---

Baba ganoush.....	167
Slaný cuketový koláč.....	169
Citrusová marmeláda .....	171
Lemon curd .....	173

## Dětská jídla

---

Zeleninový vývar.....	177
Rajčatová polévka .....	179
Mrkvová polévka s pomerančem .....	181
Mleté hovězí maso s dýní a rajčaty .....	183
Hovězí s batátovo-petrželovou omáčkou.....	185
Koprovka zahuštěná petrželí .....	187
Kuře na paprice.....	189
Boloňská omáčka s červenou čočkou.....	191
Quinoa s červenou řepou.....	193
Ovesná kaše .....	195
Jahelník se švestkami .....	197
Jablečná přesnídávka .....	199