

# RECEPTY



06 HOTOVO ZA 20 MINUT



26 HOTOVO ZA 40 MINUT



46 HOTOVO ZA 60 MINUT

- 04 AUTORKA
- 05 SNADNÉ: RIZOTO S JARNÍ CIBULKOU
- 19 RECEPT Z OBÁLKY
- 60 REJSTŘÍK
- 62 ZÁVĚREM...

# HOTOVO ZA 20 MINUT

- 08 TELECÍ ŘÍZEK  
S CITRONOVOU OMÁČKOU
- 09 MEDAILONKY SE  
ZELENINOVÝMI VÝHONKY
- 10 PIKANTNÍ MLETÉ MASO  
NA PÁNVI
- 11 ZELENINA S OVESNÝM  
KRÉMEM
- 12 KREVETOVÉ KARI
- 12 BATÁTY NA PÁNVI
- 13 ŠPECLE S JEDLÝMI  
KAŠTANY
- 13 TORTELLINI A SALSICCIA
- 14 JEMNÁ SEKANÁ NA  
PÓRKOVÉM LŮŽKU
- 15 PEKINGSKÉ ZELÍ NA PÁNVI
- 16 RESTOVANÝ LILEK  
V RAJČATOVÉ OMÁČCE
- 18 BRAMBOROVÉ ŠIŠKY  
S VEJCEM
- 18 OMELETA S RUKOLOU
- 19 HOUBOVÁ PÁNEV
- 19 PIKANTNÍ KUŘECÍ PÁNEV
- 20 TĚSTOVINY S MOŘSKÝMI  
PLODY A ŠPENÁTEM
- 21 STEAK SE SÁZENÝM  
VEJCEM
- 22 TAŠTIČKY S MRKVOVÝM  
KRÉMEM
- 23 INDICKÉ PLACKY  
UTTAPAM
- 24 BAREVNÝ RYBÍ ŠPÍZ
- 25 CANDÁT S ČOČKOU

# HOTOVO ZA 40 MINUT

- 28 POLÉVKA S PEČENÝMI BRAMBORAMI
- 29 ZELENINOVÁ POLÉVKA S BULGUREM
- 30 KUKUŘIČNÉ OMELETY
- 31 QUESADILLY S PESTEM
- 32 VEPŘOVÉ NUDLIČKY S RAJČATOVOU POLENTOU
- 34 TORTILLA S KVĚTÁKEM
- 34 ZELENÝ CHŘEST S LOSOSEM
- 35 POLENTA S KOKOSEM A ANANASEM
- 35 JAHELNÍK NA SLADKO
- 36 MLETÉ MASO SE ZELÍM
- 37 KRŮTÍ NUDLIČKY S DÝNÍ
- 38 TĚSTOVINY S MANGOLDEM
- 39 TUŇÁK SE ŠPAGETAMI A OLIVAMI
- 40 POMERANČOVÝ TRHANEC
- 42 PLNĚNÝ KARBANÁTEK
- 43 MRKVOVÁ PÁNEV SE ŠPALDOU
- 44 RESTOVANÁ RŮŽIČKOVÁ KAPUSTA
- 45 KARI S KOŘENOVOU ZELENINOU A ČOČKOU

# HOTOVO ZA 60 MINUT

- 48 KUŘECÍ STEHÝNKO S PEČENOU PAPRIKOU
- 49 BRAMBORY S PESTEM
- 50 MASOVÉ KULIČKY SE SEZAMEM  
A ZELENINOU
- 52 KRŮTÍ ZÁVITKY S PEČENOU ZELENINOU
- 53 PIKANTNĚ SLADKÁ ČOČKA
- 54 MASOVÉ KULIČKY S BRAMBORAMI
- 55 BRAMBORÁČKY S PETRŽELKOU
- 56 ASIJSKÁ HOVĚZÍ PÁNEV
- 57 ZAPEČENÉ ZELENINOVÉ RAGÚ
- 59 CITRONOVÝ KOLÁČ S MALINAMI