

Pokračování ULALA snu	7
O <i>Ještě více</i> ULALA	9
Mise en place neboli Vaření bez stresu	12
Akademie kuřecího masa	14
Akademie hovězího masa	18
Akademie vepřového masa	22
Akademie nejen filetování ryb	24
Akademie teplot & Tabulka propečenosti mas	28
Akademie druhů mouky a jejich konverze	31
Akademie přepočtu porcí a velikostí forem	34
Lískooříšková pomazánka	36
Jablíčkový pošírovaný kompot	39
Piklovaná zelenina	40
Domácí „toasty“	42
Domácí majonéza	45
Domácí kečup	46