

Snídaně

Španělské muffiny (magdalenas)	10
Ukrajinské lívance (syrnyky) s ovocným rozvarem	12
Egyptská omeleta s cuketou a pórkem	14
Turecká míchaná vajíčka (menemen)	16
Korejská rolovaná omeleta	18
Rýžová kaše z Blízkého východu	20
Mexická snídaňová vejce (huevos rancheros)	22
Quinoová kaše z Bolívie	24

Malá jídla a předkrmy

Ukrajinské bramborové placky (deruny)	28
Italské arancini	30
Italská focaccia s cuketou	32
Alžírské bramborové placky	34
Egyptský okurkový salát s balkánským sýrem	36
Marocký lilkový salát	38
Turecké cuketové placky (kabak mücveri)	40
Domácí celozrnný pita chléb	44
Hummus	45
Tzatziki	46
Libanonský zeleninový salát	47
Bulgurový salát z Blízkého východu	48
Pikantní libanonské brambory (batata harra)	49
Korejská bramborová palačinka	50
Indické placky z červené čočky	52
Indický kořeněný květák s bramborami	54
Domácí celozrnné tortilly	56

Hlavní chody

Boloňská omáčka	63
Pasta al tonno	64
Pesto alla trapanese	65
Pesto genovese	66
Pasta al limone	67
Italské dýňové rizoto	68

Italské kuřecí florentine	70
Španělská bramborová tortilla se salátem	72
Baskické kuře	74
Francouzský salát Niçoise	76
Francouzské gratinované brambory (gratin dauphinois)	78
Quiche se sýrem	80
Řecké kuřecí souvlaki s tzatziki	82
Švédské masové kuličky s kaší a smetanovou omáčkou	84
Islandská zapečená ryba (plokkfiskur)	86
Holandský řízek s bramborovou kaší	88
Frikadely	90
Polské pierogi s bramborovou náplní	92
Maďarské langoše s tvarohovým dipem a česnekem	94
Maďarský guláš	96
Alžírský kuskus	98
Alžírské fazole s hovězím	100
Kořeněná rýže ze západní Afriky	102
Kofty s tzatziki a pečenými bramborami	104
Palestinská rýže s čočkou	106
Thajské nudle Pad thai	108
Thajská smažená rýže s krevetami	110
Thajské kuřecí kari s rýžovými nudlemi	112
Thajské kokosové kari se zeleninou a rýží	114
Čínské sladkokyselé kuře s rýží	116
Čínské hovězí maso s brokolici	118
Čínské kung-pao	120
Vietnamské letní závitky s arašídovou omáčkou	122
Vietnamský kuřecí salát s rýžovými nudlemi	124
Indonéská rýže Nasi goreng	126
Rýže basmati na indický způsob	130
Indická cizrnová chana masala	131
Indická tikka masala	132
Indické máslové kuře	133
Indický krémový dhal z červené čočky	134
Mexické rybí tacos se zelným salátem a limetkovým krémem	136
Mexické enchiladas	138

Mexická kořeněná tilápie s bramborami na páře	140
Mexická rýže Arroz verde s kuřecími prsy	142

Polévky

Alžírská cizrnová polévka s bulgurem	149
Alžírská čočková polévka s mrkví	150
Arašídová polévka ze západní Afriky	151
Finská lososová polévka (lohikeitto)	152
Francouzská pórková polévka (vichyssoise)	153
Vietnamská kuřecí polévka s rýžovými nudlemi	154
Thajská polévka s kokosovým mlékem	155

Dezerty

Rakouské koblihy (Krapfen)	158
Rakouský Sacher dort	160
Italský mrkvový koláč	162
Baskický cheesecake	164
Francouzský palačinkový dort	166
Francouzský čokoládový mousse s malinami	168
Polský tvarohový cheesecake (sernik)	170
Maďarský krémeš	172
Německý schwarzwaldský dort	174
Arabské datlové sušenky	176
Arabské máslové sušenky	178
Japonské nadýchané lívance	180
Čínský mangový pudink	182