

OBSAH

Poučení pro nemocné	3
Potraviny zakázané	8
Potraviny doporučené	9
Obsah purinových látek v potravinách	10

RECEPTÁŘ

Hlavní jídla

Kapr na modro	11
Zelenina s vejci	11
Pečené brambory	12
Bramborák	12
Brambory s tvarohem	12
Staročeské drbáky	12
Zeleninové rizoto	13
Škubánky	13
Sýrový nákyp	13
Tvarohový knedlík	14
Nudlový nákyp s tvarohem a jablky	14
Žemlovka s jablky a tvarohem	14
Ovocné knedlíky z třetinového těsta	15
Kynuté knedlíky s povidly	15
Ovocné knedlíky z bramborového těsta	15
Ovocné knedlíky z krupicového těsta	16
Ovocné knedlíky z odpalovaného těsta	16
Rýžový nákyp s ovocem	16
Palačinky s džemem	16
Lívance s povidly a tvarohem	17
Bramborové šišky na sladko	17
Bramborové lívanečky se sýrem	17

Těstoviny se sýrem	18
Chlupaté knedlíky	18
Zadělávané fazolky	18
Dušená kapusta	18
Dušené kedlubny	18
Dušený pórek	19
Dýňové zelí	19
Kedlubnové zelí	19
Brokolice se strouhankou	19
Zapečená brokolice	20

Omáčky

Ovocná omáčka	21
Koprová omáčka	21
Křenová omáčka	21
Okurková omáčka	22

Saláty

Zeleninový salát	23
Celerový salát s jablky	23
Hlávkový salát s biokysem	23
Mrkvový salát s meruňkami	24
Květákový salát	24
Ovocný salát	24
Slavnostní salát speciál	24

Malá studená jídla

Jablkový rosol	25
Rychlý banán	25
Sýrová pěna	25
Šlehaný tvaroh s pažitkou	26
Sýrová pomazánka česneková	26
Šlehaný tvaroh se zeleninou I	26
Šlehaný tvaroh se zeleninou II	26
Drožděvá pomazánka	26
Žervé šlehané s banány	27