

# OBSAH

Poučení pro nemocné /úvodní slovo/	3
Potraviny zakázané	8
Potraviny doporučené	9

## RECEPTÁŘ:

### **Polévky**

Hovězí s krupicovými nočky	10
Zeleninová s krupicí	10
Hovězí s těstovinou	11
Rýžová	11
Pórková	11
S vaječnou jíškou	11
Zeleninová	12
Brukvová	12
Bulharská	12
Hrášková s kapáním	12

### **Hlavní jídla**

Zamagurské hovězí	13
Slovenská pečeně	13
Moravský guláš	14
Telecí protýkané zeleninou	14
Hovězí závin	14
Karlovarský závin	15
Vepřové maso v mrkvi	15
Cikánský guláš	15
Klopsy na rajčatech	16
Sekaná	16
Kapr po italsku	16
Dušená krůta	17
Pečené kuře	17
Plněná rajčata	17
Bulharské maso	17
Rizoto s vepřovým masem a sýrem	18
Italské těstoviny	18

### **Omáčky**

Koprová omáčka	19
Křenová omáčka	19
Pažitková omáčka	19

### **Přílohy**

Jemný bramborový knedlík	20
Pečené brambory	20
Bramborové tyčky	20

### **Sladká jídla**

Tvarohový knedlík	21
Žemlovka s jablky a tvarohem	21
Ovocné knedlíky z třetinového těsta	22
Knedlíky z tvarohového těsta	22
Rýžový nákyp s ovocem	22
Palačinky	23

### **Malá studená jídla**

Sýrová pěna	24
Šunková pěna	24
Sýrová pomazánka s tvarohem	24
Tvarohová pomazánka se zeleninou	25
Šlehaný tvaroh s pažitkou	25
Jogurtový koktejl	25

### **Saláty**

Hlávkový s biokysem	26
Mrkvový s křenem	26
Květákový	26
Jablkový rosol	26
Jablkový křen	27
Ovocný salát	27