

# OBSAH

Poučení pro nemocné	3
Potraviny zakázané	8
Potraviny doporučené	9

## RECEPTÁŘ:

### **Polévky**

Bramborová polévka	10
Polévka vločková	10
Polévka hovězí s krupicovými nočky	10
Zeleninová s krupicí	11
Hovězí s těstovinou	11
Polévka zeleninová	11
Polévka brukvová	12
Polévka hrášková s kapáním	12

### **Hlavní jídla**

Hovězí ragú zadělávané	13
Telecí maso na hrášku	13
Vepřové maso v mrkvi	13
Zamagurské hovězí	14
Slovenská pečeně	14
Hovězí závin	14
Telecí protýkané zeleninou	15
Karlovarský závin	15
Telecí po vídeňsku	15
Cikánský guláš	16
Klopsy na rajčatech	16
Sekaná	16
Masový pudink se zeleninou	17
Nadívané kuře	17
Kapr po italsku	17
Dušená krůta	18
Rizoto s vepřovým masem a sýrem	18
Brambory zapečené se šunkou	18
Italské těstoviny	19

Tvarohový knedlík	19
Ovocné knedlíky z třetinového těsta	19
Knedlíky z tvarohového těsta	20
Rýžový nákyp s ovocem	20
Nudlový nákyp s tvarohem a jablky	20
Palačinky	21

### **Přílohy**

Jemný bramborový knedlík	21
Bramborové tyčky	21

### **Omáčky**

Křenová omáčka	22
Ovocná omáčka	22

### **Saláty**

Hlávkový salát s biokysem	23
Mrkvový salát s křenem	23
Celerový salát s jablky	23
Jablkový křen	23

### **Malá studená jídla**

Sýrová pěna	24
Šunková pěna	24
Pomazánka z telecího masa	24
Pomazánka z telecího masa a šunky	25
Sýrová pomazánka s tvarohem	25
Tvarohová pomazánka se zeleninou	25
Šlehaný tvaroh s pažitkou	25

### **Moučníky**

Jablka v krému	26
Kakaový chlebiček s jablky	26
Jogurtový koktejl	26
Ovocný salát	27
Jablkový rosol	27