

# 101 PRAKTICKÝCH RAD

STRANY 8-9

## SKVĚLÉ POLÉVKY

- 1 .....Polévka pro každou příležitost
- 2 .....Polévka jako hlavní chod
- 3 .....Polévka jako předkrm
- 4 .....Potřebné vybavení
- 5 .....Hrnce
- 6 .....Robot nebo mixér?



STRANY 10-12

## PŘÍPRAVA VÝVARŮ

- 7 .....Kuřecí vývar
- 8 .....Zeleninový vývar
- 9 .....Rybí vývar
- 10 .....Hovězí vývar
- 11 .....Čistý vývar

STRANY 13-20

## SUROVINY A JEJICH PŘÍPRAVA

- 12.....Základní zelenina
- 13.....Krájení zeleniny
- 14.....Jak krájet mrkev
- 15.....Jak krájet zeleninu na nudličky
- 16.....Jak krájet cibuli či šalotku
- 17.....Krájení pomocí robotu
- 18.....Skladování nakrájené zeleniny
- 19.....Jak připravit papriky
- 20.....Jak připravit houby
- 21.....Jak oloupat a nakrájet česnek
- 22.....Jak krájet a mýt pórek
- 23.....Jak oloupat rajče
- 24.....Jak loupat řapíkatý celer
- 25.....Bylinky
- 26.....Jak krájet bylinky
- 27.....Jak připravit bouquet garni
- 28.....Koření
- 29.....Jak připravit kořen zázvoru



## KRÉMOVÉ POLÉVKY

- 30 ..... Polévka z tykve  
 31 ..... Jak připravit tykev  
 32 ..... Jak vykrájet jablko  
 33 ..... Polévka z dýně a jablek  
 34 ..... Polévka z mrkve a pomerančů  
 35 ..... Polévka z mrkve a pastináku  
 36 ..... Cuketová polévka s kari  
 37 ..... Směsi s kari kořením  
 38 ... Provensálská zeleninová polévka  
 39 ..... Hrášková polévka s mátou  
 40 ..... Hrášková polévka s estragonem  
 41 ..... Studená hrášková polévka  
 42 ..... Polévka z červených paprik  
 43 ..... Pečení paprik  
 44 ..... Jak připravit pesto  
 45 ..... Polévka ze žlutých paprik  
 46 ..... Pikantní zelená polévka  
 47 ..... Zelená polévka s klobásou



## VYDATNÉ POLÉVKY

- 48 ..... Boršč  
 49 ..... Jak připravit červenou řepu  
 50 ..... Selský boršč  
 51 ..... Jak připravit bílé fazole  
 52 ..... Fazolová polévka se zeleninou  
 53 ..... Německá hrachová polévka  
 54 ..... Polévka z hrachu a slaniny  
 55 ..... Ibišková polévka s kuřetem  
 56 ..... Polévka z kuřete a garnátů  
 57 ..... Jak vytvořit kopeček rýže  
 58 ..... Rybí polévka Nová Anglie  
 59 ..... Rybí polévka Manhattan  
 60 ..... Jak připravit slávky  
 61 ..... Jak připravit garnáty

## LEHKÉ POLÉVKY

- 62 ..... Rýžová polévka s houbami  
 63 ..... Příprava sušených hub  
 64 ..... Bílá polévka s rýží a houbami

