

OBSAH

<i>ÚVOD</i>	6
<i>ARABSKÝ CHLÉB</i>	9
<i>POLÉVKY</i>	11
Čočková polévka	11
Drůbeží polévka	12
Rajčatová polévka	12
Zeleninová polévka	13
Polévka s jehněčím masem	13
<i>OMÁČKY</i>	14
Cibulová omáčka	14
Petrželová omáčka s tahínou	15
Omáčka k rybám nebo masu	15
Tarator	16
<i>NÁPOJE</i>	16
Šajrán	17
Citronáda	17
Černý čaj	17
Čaj ze slézových růží (Malva sylvestris)	18
Heřmánkový čaj (heřmánek)	19
Káva	19
Meruňková šťáva	20
Koktejl Sahlab	20
<i>SALÁTY</i>	22
Baklažánový (lilkový) salát	22
Bramborový salát	23
Cibulový salát	23
Cizrnový salát	24
Fattúš	24
Mrkvový salát	25
Hlávkový salát	27
Okurkový salát	27
Okurkový salát s jogurtem	28
Okurkový salát s olivami	28

Rajčatový salát	29
Ředkvičkový salát	29
Tabbúla	30
Zelný salát	31
<i>RÝŽE A POKRMY Z RÝŽE</i>	32
Rýže s cizrnou	32
Rýže s čočkou	33
Rýže s játry	34
Rýže s mletým masem	34
Rýže s vlasovými nudlemi	35
<i>MLÉČNÉ POKRMY</i>	36
Laban	36
Labna	36
Smažený sýr	37
<i>RYBY</i>	38
Smažená ryba	38
Ryba na rožni	40
Pečená ryba s taratorem	40
Ryba se zeleninou	41
Pečená ryba	42
<i>DRŮBEŽ</i>	42
Drůbeží fatta	42
Pečené kuře	43
Dušené a pečené kuře nebo krůta	44
Dušené kuře se zeleninou	44
Kuřecí špízy	46
Kuře se šafránem nebo s kurkumou	47
Kuře s rýžovou nádivkou	47
<i>RECEPTY Z LILKU (BAKLAŽÁNU)</i>	48
Lilkové pyré	48
Pečený lilek	49
Smažený lilek	50
Plněné zapečené lilky	50
Lilky plněné rýží	51
Lilek s rýží	51
Lilek s rýží a masem	52
Jehněčí s lilky nebo cuketami	53

Lilky plněné mletým masem	54
Lilek nadívaný oříšky v olivovém oleji	54
Nakládané lilky ve sladkokyselém nálevu	55
<i>BRAMBOROVÉ RECEPTY</i>	56
Bramborové pyré	56
Brambory pečené v troubě	57
Vařené jehněčí s bramborami	57
Zapékané jehněčí s bramborami	58
<i>RECEPTY ZE ZELENINY</i>	59
Pečené cukety s rýží a mletým masem	59
Cukety plněné masem a rýží	59
Vařený květák	60
Smažený květák	61
Cibule plněná mletým jehněčím nebo hovězím masem	61
Papriky plněné masem a rýží	63
Plněná rajčata	64
Rajčata plněná mletým masem	64
Dušený špenát	65
Plněné zelné listy (zelné závitky) s rýží	67
Zelné listy plněné rýží a masem	68
Plněné vinné listy	69
Zelenina s masem	70
Nakládaná zelenina	72
<i>LUŠTĚNINY</i>	74
Luštěninová kaše	74
Vařené boby	74
Vařené fazole	76
Kaše z cizrny	77
Karbanátky z cizrny, Faláfel	78
Dušené fazolové lusky	80
Fazolové lusky s mrkví	80
Dušené zelené fazolové lusky s masem	81
Cizrnová fatta	82
<i>OMELETA</i>	82
<i>TĚSTOVINY</i>	83
Zapečené špagety s masem	83

<i>SKOPOVÉ MASO</i>	<i>84</i>
Dušené jehněčí	84
Dušené jehněčí nebo skopové s mandlemi nebo s oříšky	85
Dušené opečené jehněčí	85
Kafta na pekáči	86
Kafta s kuličkami	87
Damašský kibáb	87
Mansaf	88
Maso na skořici nebo na arabském koření	89
Placičky s mletým masem	89
Šawirma (Gyros)	90
Grilovaný špíz ze skopového nebo jehněčího masa	92
Kibba	93
Kibba smažená	93
Kibba pečená v troubě na plechu	93
Kibba najja	94
Pirožky	96
Farika	98
<i>MOUČNÍKY</i>	<i>99</i>
Qatr	99
Datlové šištičky	99
Datlové koláčky	100
Datlový a mandlový dort	100
Harisa (Damašská harisa)	101
Sladká rýže	103
<i>O KOŘENÍ V SYRSKÉ KUCHYNI</i>	<i>106</i>
Anýz	108
Bazalka	109
Bobkový list	109
Citrusy	109
Černucha	110
Česnek	111
Granátové jablko	111
Hořčice	112
Hřebíček	113
Jalovec	113
Kammún (Římský kmin)	114
Kardamom	114

Kopr	115
Koriandr	115
Kurkuma	116
Levandule	116
Majoránka	117
Máta peprná	117
Olivy	117
Paprika	118
Pepř	119
Petržel	119
Řeřicha	120
Sahlab	120
Saturejka	120
Sezam	121
Skořice	121
Summach	122
Šafrán	122
Šalvěj	123
Tamarind	123
Tymián	123
Zázvor	124
<i>ARABSKÉ KOŘENÍCI SMĚSI</i>	<i>125</i>
Vysvětlivky k výslovnosti některých arabských hlásek v textu	126
<i>OBSAH</i>	<i>128</i>