

OBSAH

Úvod	6
------	---

ZAČÍNÁME	10
-----------------	-----------

Granola	12
Ořechové máslo	23
Ovocná šťáva	29
Nakládaný česnek	37
Zavařované hrušky	41
Hořčice	45

DŽEMY, NAKLÁDANÁ ZELENINA A CHUTNEY	50
--	-----------

101 džem	52
101 nakládaná zelenina	66
Chutney	80

MLÉČNÉ VÝROBKY	88
-----------------------	-----------

Máslo	90
Jogurt	95
Labne	98
Falešná ricotta	104
Mléčný kefír	112

CHLÉB A KREKRY	116
-----------------------	------------

Nehnětený chléb	118
Kukuřičný chléb	123
Těsto na pizzu	127
Krekry	133

FERMENTOVANÉ POKRMY	138
----------------------------	------------

Kysané zelí	140
Kimči	147
Fermentovaná chilli omáčka	153
Kombucha	158
Vodní kefír	164
Ocet	170

VÍKENDOVÉ PROJEKTY	174
---------------------------	------------

Passata	177
Kukuřičné tortilly	183
Kuře uzené ve woku	189
Gravlax	195
Klobásky	201
Jahodový ocet	207
Rejstřík	210
Poděkování	215