

O B S A H →



## MALÝ HLAD A NAJEDNOU VELKÁ CHUŤ

Recepty pro pohovkové lenochy, osoby bez partnera a ostatní sociální případy a pro sousedku, která zvoní ještě pozdě večer

### 14 RYCHLE, DOBŘE A BEZ SEREPETIČEK

- 14 Bramborová kaše, psychologicky hodnotná
- 16 Zlatavé špece
- 18 Ztracená vejce na červeném víně
- 19 Sladkokyselá cibule
- 20 Španělská omeleta
- 20 Kořeněné sardinky v oleji
- 21 Prasečí toast
- 21 Frittata

### 22 ČIPERNÉ POLÉVKY, NÍZKOKALORICKÉ A HŘEJIVÉ V PUPÍKU

- 23 Celerová polévka
- 23 Samé čerstvé zeleninové polévky
- 24 Polévky z konzervované zeleniny
- 24 Působivá maronová polévka
- 24 Rajčatová polévka pro dvě líné kůže
- 25 Polévka z kysaného zelí
- 26 Obzvláště jemná, rozmixovaná čočková polévka
- 26 Další polévky ze zásob
- 27 Studené, ale žhavě doporučené: ajo blanco

### 28 RIZOTO PRO JEDNOHO NEBO DVA POHOVKOVÉ LENOCHY

- 28 Risotto bianco
- 30 Rizoto z pravých hříbků
- 31 Risotto di mare
- 32 Risotto nero
- 33 Risotto orzotto

### 34 SALÁTY PRO OSAMĚLOU, HLADOVOU OSOBU

- 34 Bílé fazole na česnekové pěně
- 34 Celerový salát

### 35 Vlahý, zbožný čočkový salát

- 37 Bílé fazolové pyré s dobrůtkou
- 38 Fazolový salát, velmi rychlý, velmi pěkný
- 38 Taboulé, petrželkový salát pro štíhlé svědomí
- 39 Pestrý kuskusový salát
- 40 Cizrnový salát

### 41 MALÁ ŠÁLENÍ PRO ZVLÁŠTNÍ PŘÍLEŽITOSTI

- 41 Červený chléb s kaviárovým máslem
- 42 Brambory s kaviárem
- 42 Pikantní křupavý rybí toast
- 42 Guacamole s garnáty a bez garnátů
- 43 Koktejl z koryšů

### 44 CHUŤOVKY S DECHEM I BEZ DECHU

- 44 Bruschetta
- 44 Sýrový česnekáč
- 44 Camembert s hubbou
- 45 Gratinovaný kozí sýr
- 46 Grilovaný pecorino
- 46 Artyčoky s černým pepřem a jogurtem
- 47 Omáčky a pasty pro všechny případy
- 47 Fritované ravioly

### 48 SLADKÉ DOBRŮTKY PRO MLSNÉ JAZÝČKY

- 48 Pain perdu aneb Obloužení chudí rytíři
- 48 Panna v rozkvětu
- 49 Císařský trhanec
- 50 Crème caramel
- 51 Mousse à la minute
- 51 Všechno melba



## SPONTÁNNÍ HODY

Recepty pro přepadové akce – například když jdou po kinu  
všichni k vám nahoru

### 54 ŽHAVĚ HORKÁ TROUBA – CHLADNĚ KLIDNÁ KUČAŘKA

- 55 Ultimativní nákyp
- 56 Sýrové nudle zapečené s hustou omáčkou
- 57 Sladký nákyp neboli třešňový Michel
- 58 Palačinkový nákyp

### 60 ZELENINOVÉ KOLÁČE NEBOLI CHYTŘEJŠÍ DORTY

- 60 Cibulový koláč
- 62 Ricottový dort
- 63 Rychlá pizza

### 64 NOUZOVÁ KUŘATA ZE STÁNKU

- 64 Čínské kuře
- 65 Nouzové kuře pizzaiola

### 66 NUDLOVÁ ÁRIE

- 67 Spaghetti aglio olio
- 67 Jednoduchá šalvějová omáčka
- 67 Rajčatová omáčka
- 68 Olivová omáčka

### 68 Omáčka z červené čekanky

- 68 Gorgonzolová omáčka
- 69 Hříbková smetana
- 69 Omáčka z vlašských ořechů
- 70 Tuňáková omáčka
- 70 Špagety s omáčkou pesto
- 71 Omáčka z muší
- 72 Rychlé sýrové nudle
- 72 Sardelová omáčka

### 73 NEDBALÉ PÁNVE

- 73 Vegetariánská rýže, tak říká indická
- 74 Značně čínská rýže
- 75 Čínská smažená rýže
- 75 Pálivá zeleninová pánev
- 76 Apartní rýžové kuličky

### 77 RYCHLÉ POLÉVKY PRO NÁHLÉ CHOUTKY

- 77 Čočková polévka, mírně turecká
- 78 Nejjednodušší čočková polévka
- 78 Studená okurková polévka
- 79 Studené gazpacho



## FULL HOUSE

Recepty pro velkou společnost u jednoho stolu

### 82 KLIDNĚ SI TROUFNĚTE

- 83 K aperitivu: fingertips
- 83 Pikantní větrníky
- 84 Taštičky a rohlíčky z listového těsta
- 85 Hamky mňamky: crostini s parmezánem, máslem a grappou

### 86 PŘEDKRMY – NAPŮL HOTOVÉ, NAPŮL ČERSTVÉ

- 87 Rychlý japonský snack
- 88 Tuňákové frikadely
- 88 Čerstvé rybí frikadely
- 88 Sašími – syrová ryba
- 89 Rybí carpaccio
- 89 Crudité s hořčičnou vinaigrette
- 90 Zálivka vinaigrette
- 91 Překvapivě červený salát z červené řepy
- 91 Zeleninový předkrm v 1001 variaci

### 92 BRAMBORY JAKO HLAVNÍ CHOD

- 92 Gratinované brambory
- 93 Bylinkové brambory
- 94 Patate lesse
- 95 Gnocchi na zhltnutí
- 96 Rajčatové ragú

### 97 SE SLEPICÍ SE DÁ DĚLAT VŠECHNO

- 97 Pečená slepice
- 98 Coq au riesling
- 99 Pollo
- 99 Orientální slepice
- 100 Pomerančovoškořicový pečený kohout
- 101 Kuře s pomerančovou cibulí

### 102 KASTRŮLKY, NA KTERÉ SE MŮŽE ZAPOMENOUT


- 102 Severoněmecké ruládky
- 103 Velmi pohodlné: kastrůlek a stracotto

### 106 VELMI RYCHLÉ MASO

- 106 Masové nudličky na curyšský způsob
- 107 Bœuf Stroganoff
- 107 Saltimbocca alla romana

### 108 HBITÁ ČERSTVÁ RYBKA

- 108 Rybí filé, tak nějak exotické
- 109 Sole meunière
- 109 Ustlané zeleninové lože
- 110 Fazole a ryba
- 110 Přílohy pro prostou pečenou ryčku
- 111 Dušená nebo pošírovaná ryba
- 112 Celá ryba
- 112 Smažené kalamáry



## 114 OMÁČKY, ČATNÍ A OSTATNÍ DOPROVOD

- 114 Omáčka k rybě
- 115 Omáčka z vinné pěny neboli sabayon
- 116 Sauce cumberland
- 117 Čatní
- 118 Ananasové čatní
- 118 Jablkové čatní
- 119 Česneková omáčka pro mnoho příležitostí
- 120 Klasická čerstvá majonéza
- 120 Remuláda
- 121 Aioli

## 122 DEZERTY NA POTOM

- 122 Zabaione neboli pokrm z vinné pěny
- 122 Ovocné omáčky
- 123 Láková šlehačka
- 123 Rafinované švestky
- 124 Vaničkové palačinky
- 124 Crêpes Suzette
- 126 Pomerančovograpefruitový kompot

## 127 SILVESTROVSKÝ VEČÍREK: VŠICHNI VAŘÍ, JEN JÁ NE

- 128 Curry-Chicken-Soup
- 129 Dýňová polévka
- 130 Lehká rajčatovopomerančová polévka
- 131 Červená cibulová polévka



## KDYŽ MÁME HOSTY JEŠTĚ OD VČEREJŠKA

Recepty pro snídani a spontánní brunch s těmi, kdo ráno neradi vstávají

### 134 PROBUZENÍ, NĚCO VONÍ, POCHUTNÁNÍ

- 134 Míchaná vejce Escoffier
- 135 Prériová ústřice na ráno po bujném veselí
- 136 Plněná vejce
- 136 Omelette au thon
- 137 Turecká vejce
- 137 Sladké i slané palačinky

### 138 SPONTÁNNÍ BRUNCH

- 138 Bujón s parmezánovým světlem
- 140 Šunkoví šneci
- 140 Gratinované dortíky s ovčím sýrem

### 142 TUČNÉ MISTIČKY A KRÉMY

- 142 Lilkový krém s ovčím sýrem
- 142 Husí játra v husím sádle
- 143 Rybí pyré
- 143 Játrová sekanice
- 144 Marinovaný losos (gravlax, gravad lax)  
se sladkou hořčičnou omáčkou
- 145 Drink pro opičku
- 146 Studená ovocná polévka na probuzení
- 146 Alkoholická rajčata
- 147 Marsalové žampiony

### 148 ZÁSOBY

- 151 MALÁ NAUKA O ZBOŽÍ
- 156 REJSTŘÍK ABECEDNÍ
- 158 REJSTŘÍK PODLE HLADU