



OBSAH KOPŘICHAŘKY

Str. 5: PODĚKOVÁNÍ A ÚVOD

Str. 12: KAPITOLA PRVNÍ A PŘEDPOSLEDNÍ

Str. 15: recept č. 1

PEČENÝ CHEESECAKE Z KOPŘIVOVÝCH KREKRŮ

Str. 21: recept č. 2

SMAŽENÉ PLNĚNÉ TELECÍ KROKETO-BOMBY

Str. 29: recept č. 3

KOPŘIVOVÝ CHLÉB ZE SUŠENÉHO DROŽDÍ

Str. 36: recept č. 4

**KOPŘIVOVÉ LÍVANCE SE ZAKYSANOU SMETANOU,
UZENÝM LOSOSEM A KOPREM**

Str. 43: recept č. 5

BUCHTA “ORGAZMUS”

Str. 51: recept č. 6

GRILOVANÁ KAŠMÍRSKÁ TELECÍ ŽEBÍRKA

Str. 60: recept č. 7

KOPŘIVOVÉ SMOOTHIE

Str. 67: recept č. 8

KOPŘIVOVÉ MÁSLO

Str. 73: recept č. 9

KOPŘIVOVÉ FRAPÉ

Str. 79: recept č. 10

KOPŘIVOVÉ LASAGNE

Str. 84: recept č. 11

KOPŘIVOVÁ ŠPALDA SE ZELENINOU A TOFU

Str. 90: recept č. 12

SALÁT Z QUINOY A BROKOLICE S KOPŘIVOU

Str. 96: recept č. 13

KYNUTÉ KOPŘIVOVÉ OVOCNÉ KNEDLÍKY

Str. 102: recept č. 14

HALUŠKY S HORÁCKÝM DUŠENÝM KOPŘIVOVÝM ZELÍM

Str. 108: recept č. 15

**KOPŘIVOVÉ TAGLIATELLE SE SMETANOLOSÍM
POHLAZENÍM**

Str. 115: recept č. 16

NEPEČENÝ CHEESECAKE Z KOPŘIVOVÝCH KREKRŮ

Str. 121: recept č. 17

ZELENÉ PELMENĚ NA SLADKO

Str. 127: recept č. 18

KOPŘIVOVÝ CHLĚB Z KVÁSKU



Str. 136: recept č. 19

SLANÝ KOLÁČ, ANEB QUICHE Z KŘEHKÉHO TĚSTA

Str. 142: recept č. 20

KOPŘIVOVÝ BORŠČ

Str. 148: recept č. 21

CUKETO-KOPŘIVOVÁ POCHUTINKA

Str. 154: recept č. 22

ITALSKÉ RISSOTO S KOPŘIVOVÝM PESTEM

Str. 160: recept č. 23

KOPŘIVOVÁ HOŘČICE

Str. 166: recept č. 24

KOPŘIVOVÉ CELEROVLOČKOVÉ KARBANÁTKY

Str. 172: recept č. 25

**BRAMBOROVÉ PLACIČKY S PIKANTNÍ
ČOKO-ŠVESTKO-KOPŘIVOVOU OMÁČKOU**

Str. 178: recept č. 26

HOVĚZÍ STEAK S KOPŘIVO-PEPŘOVOU OMÁČKOU

Str. 184: recept č. 27

POLÉVKA Z HOKAIDO S KOPŘIVOVOU VEGAVKOU

Str. 190: recept č. 28

ZELENÉ PELMENĚ, JAK JE RUSOVÉ ZATÍM NEPODÁVAJÍ

Str. 220: recept č. 29

BRAMBOROVÝ GULÁŠ S KOPŘIVOU

Str. 197: recept č. 30

DVAKRÁT ZDRAVĚJŠÍ, VITAMÍNY NABITÝ SALÁT

Str. 203: recept č. 31

KOPŘIVOVÁ KARAMELOVÁ CIBULE

Str. 209: recept č. 32

KOPŘIVO-ŠVESTKO-HRUŠKO-JABLEČNÉ CHUTNEY

Str. 215: recept č. 33

KOPŘIVOVÁ PIZZA

Str. 225: KAPITOLA DRUHÁ A POSLEDNÍ

Str. 224: recept č. 34

Á LA KULAJDA

Str. 228: recept č. 35

KOPŘIVOVÉ MOJITO

Str. 231: recept č. 36

KOPŘI-KOKO-BUCHTA A KOPŘI-OŘO-BUCHTA

Str. 235: OBECNÉ ZACHÁZENÍ S KOPŘIVOVÝMI INGREDIENTY

Str. 238: KATALOG KOPŘIVOVÝCH PRODUKTŮ

Str. 256: KULINÁŘSKÉ POZNÁMKY

Str. 258: DOSLOV A AUTOŘI