

■ Obsah ■

Úvod	9
Živočišné recepty	11
Polévky	11
Jednoduchá rybí polévka	11
Květáková bílá polévka	12
Tarator	13
Studená bylinková polévka	13
Hlavní jídla – pro 2 osoby	14
Ryby	14
Nákyp z rybího filé	14
Rybí filé s květákem	15
Mořské štiky s křenem	15
Rybí salát	16
Pečený losos	16
Kapr na česneku	17
Kapr na „červeno“	17
Drůbež	18
Kuřecí salát	18
Krůtí salát	18
Indické kuře	18
Marinované kuře	19
Kuře na pivě	20
Kuřecí prsa s cuketou	21
Kuřecí prsíčka na Fernetu	22
Krůtí nudličky s rajčaty	22
Krůtí alobalové balíčky	23
Krůtí prsa na citronu	23
Krůtí rolka	24
Plněná krůtí prsa	24
Kuřecí játra s brusinkami	25
Kuřecí játra na tymiánu	26
Tlačenkový dortík	26
Králíčí maso	28
Pečený králík na česneku	28
Nadíváný králík	28

Králík po staročesku s brusinkovou omáčkou	29
Svíčková z králíka	30
Vepřové maso	31
Srbské žebírko	31
Segedínský guláš	32
Sýrové pokrmy	32
Naložený sýr	32
Plněný hermelín	33
Nakládaný hermelín	34
Plněný hermelín s kapií	34
Sýr v sýru	35
Vaječný salát se sýrem	35
Celerový salát s hermelínem	36
Sýrový nákyp	36
Květákový nákyp	37
Zapečené kosmatice	38
Papriky plněné sýrem	38
Zapečený květák se sýrem	39
Plněný květák	40
Celerová pochoutka se žampiony	40
Papriky plněné vejci	41
Nákyp s kapustičkami	42
Saláty	42
Vaječný salát s celerem	42
Zelný salát	43
Tzatziki	44
Salát z nakládané červené řepy	44
Hlávkový salát s kefirem	45
Brokolicový salát	45
Celerový salát s tvarohem	46
Salát z růžičkové kapusty	46
Zeleninový salát	47
Zelenina s ostřejší omáčkou	48
Cuketový salát	48
Salát s fíky	49
Zeleninová jídla	50
Květákový mozeček	50
Cuketový mozeček	50
Brokolicový mozeček	51
Zapečené fazolové lusky	52
Zeleninová omeleta	52
Baklažány se žampiony	53

Žampionová omeleta	53
Studené omáčky k masu	54
Žampionová omáčka	54
Křenová omáčka	54
Česneková omáčka	55
Pažitková omáčka	55
Moučníky	56
Moučník s jahodami a ananasem	56
Tvarohový nákyp	56
Tvarohová zmrzlina	57
Tvarohový dezert	57
Jablečná dobrota od Alice	58
Rostlinná jídla	59
Polévky	59
Fazolová polévka	59
Čočková polévka	59
Robi gulášovka	60
Česneková polévka	60
Pórková polévka	61
Hlavní rostlinná jídla – pro 2 osoby	62
Houbový guláš s paprikou	62
Svíčková Robi	62
Rajská omáčka	63
Robi na divoko s brusinkovou omáčkou	64
Mexické chilli	64
Robi na celeru	65
Srbský guláš	66
Robi na česneku	66
Robi nudličky se žampiony	67
Robi na tymiánu	67
Robi plátky po srbsku	68
Segedín s Robi	68
Závitky Robi	69
Skryté Robi	70
Robi s cuketou	70
Karbanátky Robi	71
Katův šleh z Robi	72
Svačinka na cesty	72
Plněná rajčata	73
Jáhly s Robi	74
Jáhlový hubník	74
Kukuřičná polenta	75

Mexické tortily	75
Fazolová náplň pro tortily	76
Brambory s pórkem	76
Pohanková sekaná	77
Rizoto s cuketou a Robi	78
Smažené bramborové knedlíčky	78
Bramborové kobližky	79
Ovocná rozvářka	79
Kynuté knedlíky	80
Meruňkové knedlíky	80
Jahodové knedlíky	81
Švestkové knedlíky	82
Rohlíkový knedlík	82
Bavorský knedlík	83
Nastavovaná kaše	84
Střapačky se zelím	84
Bramborová kaše	85
Tlačenka z těstovin	85
Bretaňské fazole	86
Brokolice s křenovou sojanézou	87
Moučníky	87
Jáhly s kokosem	87
Závin s jablky	88
Saláty	88
Fazolový salát	88
Čočka se zeleninou	89
Kadeřávkový salát	90
Zdravý salát s těstovinami	90
Celerový salát se sojanézou	91
Čočkový salát	91
Neutrální recepty	92
Salát z čínského zelí	92
Červená řepa s mandlemi	92
Salát z červené řepy	93
Celerový salát s česnekem	93
Fazolkový salát	94
Cuketová příloha k masu	94
Lilkové pyré	95