

OBSAH

HROMNICE

Pučálka	1 / 8
Čokoládová pěna se semínkovou posypkou	1 / 12
Nafouknutá omeleta	2 / 15
Kokosové mléko	2 / 19
Mandlové mléko	3 / 19
Hráškové rizoto se špenátem a kozím sýrem	3 / 22
Pórková polévka	4 / 25
Smaženka s avokádem a klíčky	4 / 27
Králík s crême fraiche a bylinkami	5 / 29
Ovesná kaše s mandlovým máslem a ovocem	5 / 33

JARNÍ ROVNODENNOST

Kynuté preclíky	6 / 39
Domácí jogurt	6 / 41
Píškoty	7 / 44
Labné	7 / 45
Tři vejce do skla	8 / 47
Jarní frittata	8 / 51
Žlutý s bílým	9 / 56
Beránek	9 / 59
Fialkový sirup	10 / 61
Přepuštěné máslo (ghí)	10 / 63
Kuře s bylinkovou nádivkou	11 / 65
Jarní pampeliškový salát	11 / 67

MÁJ

Pečené brambory s pestem a dipem se sýrem feta	12 / 73
Vafle s jahodovou omáčkou a bazalkovým cukrem	12 / 74
Kyjevský řízek	13 / 77
Gnudi s hnědým máslem nebo se špenátem a medvědí česnekem	14 / 83, 82
Kosmatice	15 / 85
Bezový sirup	15 / 86
Jahodové knedlíky	16 / 90
Jahodový krambl	16 / 91
Jahodová marmeláda	17 / 95
Jahodový dort se žloutkovým krémem	18 / 96

LETNÍ SLUNOV RAT

Višňová polévka	19 / 101
Melounový salát s halloumi a bylinkovou zálivkou	19 / 103
Bramborové placky se škvarky	20 / 105
Mangový krém s řeckým jogurtem	20 / 109
Svatojánský smetanový „dort šikula“	21 / 111
Toleranc	21 / 112
Slunovratový pšenično-žitný kváskový chleba	22 / 115
Mandlovo-datlová tříšť	23 / 121
Nadýchané noky s pestem	23 / 122
Koprová omáčka se svítkem	24 / 125
Rýže s mozzarellou a parmazánem	25 / 126
Krůtí karbanátky	25 / 129

LES

Houbová omáčka čili máčka	26 / 143
Houbový quiche	27 / 144
Salát s borůvkovým dresinkem	28 / 151
Ovesné vločky s jogurtem a malinovým pyré	28 / 153
Borůvkový koláč Toska	29 / 155
Malinová šťáva	29 / 159
Pruhované ovocné nanuky	30 / 160
Borůvkové taštičky čili kantoráky	30 / 163

POTOK

Domácí kečup	31 / 172
Sírkové hranolky	31 / 173
Bruschetta s rajčaty	32 / 180
Rybí filety pečené s rajčátky a česnekem	32 / 182
Rajská omáčka	33 / 185
Banánové bábovičky s čokoládovou polevou	34 / 188
Madlenky	34 / 190

DOŽÍNKY

Galeta s blumami a meruňkami	35 / 199
Lívance s javorovým máslem	35 / 200, 203
Žitný kváskový chleba	36 / 204
Rohlíky	36 / 205
Kynuté koláčky s tvarohem, ovocem a drobenkou	37 / 210
Kukuřičná kaše	38 / 213
Pizza s ricottou, mozzarellou a bazalkou	39 / 215

PODZIMNÍ ROVNODENNOST

Granola	40 / 223
Jablečný mošt	40 / 227
Švestkový džem	41 / 230
Pusinky	41 / 232, 233
Hruškový koláč	42 / 235
Ořechová bábovka	42 / 238
Maso s mrkví	43 / 241
Polévka z pečené dýně a jablek	43 / 243

ZEMĚ

Tomatová polévka a sýrový sendvič	44 / 249
Brambory pečené v popelu	44 / 253
Zelenina zapečená se smetanou, sýrem a tymiánem	45 / 254
Svatomartinské rohlíčky	46 / 258
Švestkový koláč	47 / 261
Šišky s mákem	47 / 262

DUŠIČKY

Kakao	48 / 273
Čočka s červenou řepou	48 / 274
Pečená řepa s kozím sýrem a griliášem	49 / 277
Dýňové rizoto	49 / 278
Polévka „židovský penicilin“	50 / 281
Zapečená jablčka	50 / 286

ZIMNÍ SLUNOVRAT

Hovězí guláš	51 / 297
Punč wassail	51 / 300
Poleno s kaštanovou náplní	52 / 303
Švestková omáčka	52 / 304
Vánočka	53 / 307
Noční rýžová kaše	53 / 310
Židovské placky	54 / 314
Polévka z pečeného kvěťáku a česneku	55 / 315

VÁNOCE

Bramborový salát	56 / 325
Houbový kuba	56 / 329
Vánoční cukroví	57, 58 / 333
Čočková polévka	59 / 335
Houskové knedlíky	59 / 336
Svíčková omáčka	60 / 337
Medové perníčky	61 / 339
Tažený závin	62 / 340

SNÍH

Dort kolibřík	63 / 355
Lasagne s ricottou	64 / 357
Kuřecí vývar s domácími nudlemi	65 / 358
Lískooříškový krém	66 / 360
Skořicové palačinky se šlehačkou	66 / 361
Růžičková kapusta se strouhankou a jogurtem	67 / 364