

Obsah

<i>Poděkování</i>	7	Chřestový závin	
<i>Slovo úvodem</i>	8	s holandskou omáčkou	26
Chřest (<i>Asparagus officinalis</i>)	9	Chřest smažený v těstíčku	26
<i>Botanika a pěstování</i>	9	Chřestové palačinky	
<i>Omáčky ke chřestu</i>	17	(italská kuchyně)	27
Vinaigrette	17	Chřestový koláč	27
Sýrová omáčka	17	Chřestový koláč se šunkou	28
Hořčičná omáčka	17	Skvělé toasty s chřestem	
Omáčka k bílému chřestu	18	a náplněmi	28
Pro labužníky		Bílý chřest s máslovou omáčkou	29
Pestrý zimní salát s artyčoky		Bramborové pizzy s eidamem	30
a chřestem	19	Chlebíčky se zeleným chřestem	30
Pomerančová omáčka	19	Grilovaný chřest ve slanině	
Dýně se slepicí a broskví	20	s ředkvičkami	31
Křupavé taštičky plněné		Zeleninový koláč s chřestem	
krabími tyčinkami a chřestem	20	a sýrem	31
Holandská omáčka		Francouzský chřestový krém	32
s citrónovou trávou	21	Chřest s krůtími prsíčky	
Chřest se sýrovou omáčkou	21	a brambory	32
Chřest ve vinné omáčce	22	Sýrové omelety plněné šunkou	
Chřest (benátská kuchyně)	22	a chřestem	33
Chřest (milánská kuchyně)	22	Chřestové kapsičky	33
Focaccia se zeleným chřestem		Bílý chřest s máslem	34
a parmazánovou drobenkou	23	Zelený chřest v omáčce	34
Koláč s chřestem		Vařený chřest	34
a uzeným lososem	24	Dušený chřest	34
Recepty s chřestem		Chřestový krém s plísňovým	
<i>Předkrmy</i>		sýrem	35
Chřestové omelety	25	Zapečený chřest s tymiánem	35
Lahodný chřest		Chřest se šunkou	36
ve smetanové omáčce	25	Chřestový krém	
		s ocásky tygřích krevet	36
		Chřest „Bílá dáma“	36

Chřest s majonézou	37	Chřestový salát lahůdkový	50
Chřest se studenou špenátovou omáčkou	37	Chřestový salát sladký	50
Kostelecký předkrm	37	Chřestový salát pikantní	50
Chřestová omeleta se žampiony . .	38	Chřestový salát se zelím	51
Letní omeleta	38	Chřestový salát s hráškem	51
Vajíčka naměkko s chřestem	38	Chřest s octem	51
Chřestová vaječná tlačinka	39	Chřestový salát s tatarskou omáčkou	52
Chřest se strouhaným parmazánem a máslem	39	Chřestový salát s ředkvičkami . . .	52
Polévky		Teplý houbový salát s chřestem . .	52
Chřestová polévka	40	Špenátový salát s kozím sýrem a chřestem	53
Chřestová polévka	40	Chřestový salát s citrónem a medem	54
Chřestová polévka	41	Chřestový salát s kachními prsíčky	54
Chřestová polévka	41	Chřestový salát s kuřecím masem	55
Polévka z chřestu	41	Salát s chřestem, rukolou a parmazánem	55
Rybí polévka s chřestem	42	Chřestový salát (čínská kuchyně) .	56
Smetanová polévka	42	Chřest se strouhaným parmazánem a máslem	56
Americká chřestová polévka	43	Chřestový salát se zázvorem	56
Citrónová polévka s chřestem . . .	43	Čerstvý žampionový salát	57
Brokolicová polévka s chřestem . .	44	Chřestový salát s jogurtem	57
Chřestová polévka s rajčaty	44		
Chřestová polévka	44		
Saláty		Hlavní jídla	
Chřestový salát s jogurtovou zálivkou	45	Chřest s holandskou omáčkou a lososem	58
Chřestový salát s olivami a vínem	45	Chřest s těstovinami a krevetkami	59
Chřestový salát	46	Chřestové ravioli s šalvějovým máslem	59
Marinovaný zelený chřest	46	Telecí ragú s chřestem	60
Chřestový salát s česnekovou omáčkou	47	Kuskus s kuřetem a hořčičnou omáčkou	60
Labužnický krevetový salát s chřestem	47	Zelený chřest s opečenou pražskou šunkou	61
Salát s chřestem a jablky	48	Chřest vařený se 2 omáčkami	61
Chřestový salát s těstovinami	48	Chřest s těstovinami	62
Orientální chřestový salát	48	Jarní zelenina s kokosovým mlékem	62
Chřestový salát	49		
Bohatý zeleninový salát	49		

Chřest (maďarská kuchyně)	63	Chřest na vece	81
Dušené kuře s chřestem	63	Chřestový krém se smetanou	81
Chřest se šunkovou omeletou	64	Chřestový nákyp s bramborami	82
Chřestové závitky	64	Zapékané řízky s chřestem	82
Chřestové kari (indická kuchyně)	65	Chřest s těstovinami	
Chřest s kuřetem	65	a smetanovou omáčkou	83
Chřest s míchanými vejci		Chřest se svíčkovou	83
a lososem	66	Telecí na víně s chřestem	84
Zapečený chřest s uzeným masem	66	Chřest s jehněčími kotletami	
Bílý chřest s nočky	67	na šalvěji	84
Grilovaný chřest	67	Chřestová omáčka	85
Chřest zapékaný s krůtími		Chřest se zálivkou a závitky	
uzenými prsíčky	68	z palačinek	85
Chřestová omeleta se žampiony	68	Sváteční telecí řízek	86
Chřestové rizoto	69	Lasaňové balíčky s chřestem	
Chřest v sýrovém těstíčku	69	a pstruhem	86
Šafránové rizoto se zeleným			
chřestem a krevetami	70	<i>Ostatní zajímavé recepty</i>	
Chřest (německá kuchyně)	71	Krevetové závitky s chřestem	87
Penne (vrtule, mušle) s chřestem	71	Grilovaná kuřecí prsa s chřestem	87
Vepřové řízky na zelenině	72	Chřestová večeře	88
Kuřecí prsa s chřestem	72	Zeleninové nudle s pestem	88
Telecí závitky s chřestem	73	Chřest s lososovými palačinkami	89
Kuře s chřestem	73	Chřest s kořeněným lososem	90
Chřest à la Bismark	74	Losos na chřestu	90
Rizoto s chřestem	74	Chřest madame Pompadour	91
Chřest se šunkou a sýrem	75	Chřest s brambory a bazalkovou	
Chřest s camembert omáčkou	75	omáčkou	91
Chřest s omáčkou	76	Chřest s brambory ve slanině	92
Chřest se zálivkou	76	Chřest se žampiony	92
Chřestová pánev s humrem	76	Chřestové tagliatelle	93
Chřest s tvarohovým krémem	77	Pečený chřest se šfovíkovou	
Chřest s česnekem a kapary	77	omáčkou	93
Houbové těstoviny s chřestem	78	Chřestový krém	
Zelenina s vejci a chřestem	78	s plísňovým sýrem	94
Brambory s chřestem	79	Vejce v kelímcích	
Chřestící bramborák	79	s chřestovými hlavičkami	94
Kuřecí medailonky		Chřestové závitky	95
se zapečeným chřestem	80	Chřestové cappuccino	95
Chřest s vajíčky	80	Losos s limetkovou omáčkou	96

Rybí kari	96	Bílý chřest s hořčičným přelivem	102
Srnčí hřbet s chřestem	97	Chřest na pomerančové šťávě . . .	102
Plněný lahodný koláč	98	Chřest s holandskou omáčkou, rajčaty a bazalkou	103
Brokolice s chřestem	98	Chřest Napoleon	103
Chřest s grapefruitovou omáčkou .	99	Kuře s chřestem a zázvorem	104
Chřestové paštičky s kaparovou omáčkou	99	Lasagne s chřestem a lososem . .	104
Jemný chřestový krém se smetanou	100	Chřest s vídeňskou omáčkou . . .	105
Zelený chřest přelitý estragonovou omáčkou	100	<i>Několik slov o autorce</i>	106
Chřest na grilu s bramborovým blátíčkem a estragonovým olejem	101	<i>Seznam použité literatury</i>	107