

OBSAH

Smetanová polévka s nivou	4
Zeleninová krémová polévka	5
Ohnivý špíz z pravé svíčkové	6
Pravá svíčková na zeleném pepři	7
Řezy z hovězí svíčkové s hořčicovou omáčkou	8
Hovězí závitky v hořčicové omáčce	9
Přírodní roštěná s hruškou	10
Minutkový gulášek s křehkou zeleninou	11
Mandlový telecí řízek	12
Vepřová panenka s ořechovou směsí	13
Grilované vepřové paličky s medovou zeleninou	14
Bramborák s překvapením	15
Vepřová panenka na rozmarýnu s ovocnou omáčkou	16
Dušená cuketa s cibulovou panenkou	17
Medové kotlety na grilu	18
Vepřové závitky s jablíčkem	19
Vepřové kousky s paprikami a ananasem	20
Vepřové ragú se zeleninou	21
Vepřový bylinkový steak	22
Vepřové nudličky na zázvoru	23
Vepřové s mátou na špízu	24
Řízky z uzeného masa	25
Masové placičky se sladkokyselou omáčkou	26
Mleté pivní řízečky	27
Vločkový řízeček v těstíčku	28
Grilovaná cigárka	29
Mandlové masové kuličky	30
Smažené šišky z mletého masa	31
Zapečené sváteční vuřty	32
Zelenina zapečená se šunkou	33
Zapečené plněné pářečky	34
Cibule zapečená se šunkovou náplní	35
Gothajský salám s nivou ve dvojitém těstíčku	36
Ostrá zeleninová pánev	37
Pikantní vinná klobása	38
Křehké kuřecí ražniči	39
Medové masíčko	40
Kuřecí nudličky na liškách	41
Kuřecí řízek plněný nivou a kiwi	42
Paprikové kuřecí řízky ve smetanové omáčce	43
Kuřecí řízek v sýrové krustě	44

Křehký kuřecí špíz	45
Kuřecí máslový řízek s medovými fazolemi	46
Sváteční grilované kuřecí řízký	47
Kuřecí nudličky s brokolicí v sýrové omáčce	48
Kuřecí přírodní řízek s karotkou a kapustičkami	49
Kuřecí steak s medovými jablíčky	50
Kuřecí řízký zapečené s listovým špenátem	51
Pepřový kuřecí řízek s křehkou zeleninou	52
Pikantní krůtí kousky	53
Krůtí závitky v pěnovém těstíčku	54
Krůtí maso s máslovým chřestem	55
Pálivé krůtí ragú s fazolemi	56
Špízy s krůtím masem a broskvemi	57
Kapr v pikantní košilce	58
Kapr v česnekovém těstíčku	59
Pstruh po provensálsku	60
Sváteční plněný pstruh	61
Pstruh na tymiánu	62
Pečená mořská štika	63
Mořská štika s opečenými brambůrký	64
Pangas s holandskou omáčkou	65
Pangas na medové jarní zelenině	66
Královský losos	67
Losos na rozmarýnu s mangovou omáčkou	68
Losos v máslové zelenině	69
Losos na rajčatech s kari rýží	70
Losos na špízu s ovocem	71
Cibulový losos	72
Citronová ryba	73
Tuňák na jehle	74
Tuňák v hořčicové omáčce	75
Čertovský minutkový tuňák	76
Sardinky na šalvěji s goudou	77
Hlíva ústříčná jako špíz	78
Hlíva ústříčná s jogurtovou omáčkou	79
Bramborový nákyp	80
Sedlácké brambory	81
Zapečené plněné brambory	82
Česnekové brambory se sýrem a tvarohem	83
Nové brambory plněné dvěma sýry	84
Pastýřské brambory	85
Smažené placičky z bramborového těsta	86
Bramborový špíz	87
Záhorácké opečené brambory	88
Sedlácká bída	89

Míchaná vejce s těstovinami a žampiony	90
Mexická smaženice	91
Bramborové noky s brokolicí	92
Bramborové noky s listovým špenátem	93
Letní zelenina na grilu	94
Brokolice s lahodnou omáčkou	95
Letní zeleninová omeleta	96
Jarní omeleta	97
Bramborová omeleta	98
Lehká vaječná omeleta s čerstvou zeleninou	99
Vejce s pikantní náplní	100
Dušené cukety s lilkem	101
Kokosová rýže se zeleninou	102
Sýrová omeleta s listovým špenátem	103
Zeleninový špíz v sýrovém těstíčku	104
Grilovaný lilek s dušenými rajčaty	105
Hermelínové zapečené chlebíčky	106
Zapečené toasty s bramborovou pomazánkou	107
Velikonoční špízy	108
Křehká máslová zelenina	109
Rychlé zeleninové pohoštění	110
Špenátové řízky	111
Sýrové toasty s ananasem	112
Těstoviny se šunkou a hráškem	113
Fazolová pánev	114
Lilek plněný bramborovou kaší	115
Brokolice v páře s česnekovou omáčkou	116
Medové špízy	117
Zapečený chřest se šunkou	118
Řapíkatý celer po italsku	119
Sýrové dortíky	120
Keksy se sýrovou šlehačkou	121
Mixovaný nápoj z dušené zeleniny	122
Bramborový salát se slanečkem	123
Letní bramborový salát s rýží a kvěťákem	124
Karibský salát	125
Vajíčkový salát se surimi tyčinkami	126
Barevný těstovinový salát s uzeným lososem	127
Řecký těstovinový salát	128
Teplý těstovinový salát	129
Kuřecí salát v rajčatech	130
Čočkový salát	131
Velikonoční salát s ředkvičkami	132
Jarní vitamínová bomba	133
Vydatný zeleninový salát s bulgurem	134

Mexický rýžový salát	135
Chalupářský salát	136
Sýrový pohár pro dospělé	137
Rychlý párkový salát	138
Těstovinový salát s bazalkou	139
Salát z pečené krůty	140
Kuřecí salát se zeleninou a mandlemi	141
Rajčatový salát s česnekovými kuličkami a mandlemi	142
Pestrý fazolový salát s mandlemi a olivami	143
Zeleninový salát s ančovičkami	144
Teplý květákový salát	145
Letní ovocný salát	146
Avokádo se sýrovým salátem	147
Míchaný salát s avokádem	148
Salát z jarní zeleniny	149
Lahodný fíkový salát	150
Šunkové kornoutky s hruškovým salátem	151
Teplý salát z exotického ovoce	152
Mandlové avokádo	153
Tábornická pomazánka	154
Brynzová pomazánka s rumem	155
Jarní tvarohová pomazánka	156
Smetanový tvaroh v celerových kolíbkách	157
Voňavá pomazánka	158
Pikantní pomazánka z tofu	159
Krevetový krém	160
Tvarohová pomazánka v paprikách	161
Tvarohová pomazánka s jahodami	162
Ořechové palačinky s čokoládovým krémem	163
Čokoládová pochoutka se zmrzlinou a ovocem	164
Rýžový pohár	165
Vanilkový krém s meruňkami	166
Medové hrušky s tvarohovým krémem	167
Marinované hrušky v čokoládové mřížce	168
Jahodoví ježci	169
Tvarohový krém s piškoty a letním ovocem	170
Smažený banán se zmrzlinou	171
Sametový dortík s borůvkami	172
Krupicový pudink s jižním ovocem	173
Zimní ovocný pohár	174
Jablečný krém se šlehačkou	175
Meruňková pěna	176
Rýžový dezert s dušeným ovocem	177
Smetanový krém s medovými mandlemi	178
Sváteční tvarohový dezert	179