

Obsah

BRAMBOROVÉ SALÁTY	5	Zelný salát s mrkví	16
Bramborový salát I	5	Zelný salát s houbami	17
Bramborový salát II	5	Salát z červeného zelí s jablkem	17
Bramborový salát jemný	5	Salát z červeného zelí a hroznů	17
Bramborový salát teplý	6	Salát z čínského zelí	17
Bramborový salát jednoduchý	6	Zelný salát s ovocem	18
Bramborový salát s cibulovou natí	6	Zelný salát s burskými oříšky	18
Bramborový salát s vínem	7	Salát z kysaného zelí	18
Bramborový salát s rybou	7	Salát z kysaného zelí s okurkou a jablkem	18
Bramborový salát s hovězím masem	7	Celerový salát	19
Bramborový salát pražský	8	Salát ze syrového celeru s majonézou	19
Bramborový salát se šunkou	8	Salát ze syrového celeru s křenem	19
Bramborový salát s kukuřicí	9	Salát ze syrového celeru s jablkem a majonézou	20
Bramborový salát s ořechy	9	Celerový salát s jogurtem	20
Bramborový salát s okurkami	10	Celerový salát se zeleným hráškem	20
Bramborový salát s celerem a jablky	10	Celerový salát s ovocem	20
Bramborový salát se zeleninou	10	Celerový salát s hořčicí	21
Bramborový salát s vejci	11	Celerový salát s brusinkami nebo jeřabinkami	21
Bramborový salát s fazolemi	11	Celerový salát s pažitkou	21
ZELENINOVÉ SALÁTY	12	Celerový salát s jablky a nivou	21
Jarní salát	12	Celerový salát se sýrem	22
Hlávkový salát	12	Salát z celerových listů	22
Hlávkový salát na moravský způsob	12	Ředkvičkový salát s jogurtem	22
Hlávkový salát s majonézou	13	Ředkvičkový salát s bramborem	23
Hlávkový salát se smetanou	13	Ředkvičkový salát	23
Hlávkový salát po orientálsku	13	Ředkvičkový salát se sýrem	23
Hlávkový salát s řepichou	13	Ředkvičkový salát s brukví a jogurtovou zálivkou	23
Hlávkový salát s ovocem	14	Salát z ředkviček	24
Hlávkový salát s kedlubnami	14	Ředkvičkový salát s čili	24
Hlávkový salát s česnekem	14	Salát z ředkviček a vaječ	24
Hlávkový salát s cibulí	14	Salát z ředkviček a okurek	24
Zelný salát jednoduchý	15	Ředkvičkový salát s jablky	25
Zelný salát pikantní	15	Ředkvičkový salát s česnekem	25
Zelný salát s pórkem a pomerančem	15	Salát z ředkve, mrkve a jablek	25
Zelný salát se smetanou	16	Salát z ředkve s okurkou	25
Míchaný zelný salát	16		
Zelný salát s jablky a červenou řepou	16		

Salát z ředkve s majonézou	26	Rajčatový salát s tatarskou omáčkou . . .	37
Salát ze syrové ředkve s jablkem	26	Rajčatový salát s mátou	37
Okurkový salát I	26	Rajčatový salát s pažitkou	37
Okurkový salát II	27	Rajčatový salát s tuňákem	38
Okurkový salát s kyselou smetanou	27	Řecký salát	38
Okurkový salát s mrkví	27	Rajčatový salát se slaninou a bazalkou . .	38
Salát z okurek a ředkviček	27	Šopský salát	39
Míchaný okurkový salát s jogurtem	28	Francouzský rajčatový salát	39
Míchaný okurkový salát	28	Rajčatový salát s jablky	39
Okurkový salát s rajčaty a jablky	29	Rajčatový salát s dietní majonézou	39
Okurkový salát s kapií	29	Rajčatový salát s jogurtem	40
Okurkový salát se sýrem	29	Rajčatový salát s vejci a jogurtem	40
Okurkový salát s kokosem	29	Rajčatový salát s celerovou natí	40
Okurkový salát s koprem	30	Rajčatový salát s křenem	41
Okurkový salát s houbami	30	Rajčatový salát po orientálsku	41
Mrkvový salát	30	Paprikový salát	41
Mrkvový salát s jablkem	31	Salát z mletých paprik	41
Mrkvový salát s ovocem	31	Paprikový salát s lilkem	42
Mrkvový salát s jogurtem	31	Paprikový salát se salámem	42
Mrkvový salát se sterilovaným zelím	31	Paprikový salát tří barev	42
Mrkvový salát s medem	32	Paprikový salát s česnekem a ořechy . . .	43
Mrkvový salát s kokosem	32	Paprikový salát s bylinkami	43
Salát z karotky a jarního zelí	32	Paprikový salát s okurkou	43
Salát z karotky a hlávkového salátu	32	Balkánský salát	44
Mrkvový salát s džemem	33	Španělský salát	44
Mrkvový salát s křenem	33	Paprikový salát s patisonem	44
Mrkvový salát s křenem a šlehačkou	33	Paprikový salát s mrkví	44
Mrkvový salát s brusinkami	33	Kedlubnový salát s jogurtem	45
Mrkvový salát s citronem	34	Kedlubnový salát	45
Mrkvový salát s pažitkou	34	Kedlubnový salát se smetanou	45
Mrkvový salát s pomerančem a rozinkami . . .	34	Kedlubnový salát s jablky	46
Mrkvový salát s biokysem	34	Kedlubnový salát s česnekem	46
Mrkvový salát s jablky a ořechy	34	Kedlubnový salát s křenem	46
Mrkvový salát s jablky a hroznovým vínem . . .	35	Kedlubnový salát s pórkem	47
Mrkvový salát se strouhaným sýrem	35	Kedlubnový salát se žervé	47
Mrkvový salát s hořčicovou zálivkou	35	Kedlubnový salát s mrkví	47
Mrkvový salát s banánem	35	Salát z mladé cibulky s majonézou	
Mrkvový salát se zeleným hráškem	36	nebo jogurtem	47
Rajčatový salát	36	Cibulový salát s majonézou	48
Rajčatový salát míchaný	36	Salát z mladé cibulky	48
Salát z rajčat a syra	36	Salát z cibulové natě	48
		Cibulový salát s karí	48

Cibulový salát s ředkvičkami	48	Salát ze sterilovaného hrášku	61
Fazolkový salát	49	Hráškový salát s rýží	61
Salát z fazolkových lusků s majonézou	49	Salát ze zeleného hrášku	62
Salát ze zelených fazolek s křenem	49	Salát z chřestu	62
Fazolkový salát s česnekem	49	Chřestový salát se sójovou omáčkou	62
Fazolkový salát s okurkou	50	Salát z růžičkové kapusty	63
Fazolky s kečupem	50	Salát z růžičkové kapusty se studenou omáčkou	63
Fazolkový salát s hráškem	50	Salát z růžičkové kapusty s celerem	63
Fazolkový salát s jogurtem	50	Salát z růžičkové kapusty s křenem	64
Fazolkový salát se sýrem	51	Salát z kukuřice	64
Kvěťákový salát s celerem a majonézou	51	Salát z lilků	64
Kvěťákový salát nakyselo	51	Salát z čínské zeli s rajčatovou šťávou	64
Kvěťákový salát po italsku	51	Salát z čínské zeli s ovocem	65
Kvěťákový salát na čínský způsob	52	Salát z čínské zeli s česnekem	65
Kvěťákový salát míchaný	52	Salát z čínské zeli s houbami	65
Kvěťákový salát se sardelovou pastou	52	Salát z čínské zeli s biokysem nebo kyselou smetanou	66
Salát ze syrového kvěťáku s jogurtem	53	Salát z čínské zeli s ovocem	66
Kvěťákový salát s řeřichou	53	Špenátový salát	66
Kvěťákový salát s taveným sýrem	53	Salát ze špenátu s vejcem	67
Kvěťákový salát s mrkví	54	Špenátový salát s česnekem	67
Kvěťákový salát s rajčaty a okurkami	54	Salát z pampelišek	67
Kvěťákový salát s houbami	54	Salát z pampeliškových listů a vajec	67
Pórkový salát	55	Pampeliškový salát se slaninou	67
Pórkový salát s kečupem	55	Pampeliškový salát s citronovou šťávou	68
Pórkový salát s jablkem	55	Pampeliškový salát se smetanou	68
Pórkový salát s oříšky	55	Salát z ředkvičkových lístků	68
Pórkový salát se sýrovou omáčkou	56	Salát z brokolice a rajčat	68
Pórkový salát s bramborem	56	Salát ze štěrbačku s citronovou šťávou	69
Salát z čekankových puků	56	Zeleninový salát s houbami	69
Čekankový salát s ovocem	57	Zeleninový salát s hřibky	69
Čekankový salát na holandský způsob	57	Míchaný zeleninový salát s jablek	70
Čekankový salát s fazolemi	57	Míchaný zeleninový salát se sýrem	70
Čekankový salát se šunkou	58	Míchaný zeleninový salát s jablek a zelím	70
Čekankový salát s červenou řepou	58	Míchaný zeleninový salát s granátovým jablkem	71
Čekankový salát s houbami	58	Salát z mražené zeleninové směsi	71
Čekankový salát s rozinkami	58	Zeleninový salát s tuňákem	71
Čekankový salát na španělský způsob	59	Zeleninový salát s rybím filé	72
Salát z černého kořene	60	Zeleninový salát s drůbežím masem	72
Salát z červené řepy	60	Zimní zeleninový salát	72
Salát z červené řepy s jogurtem	60		
Salát z česnekových výhonků	60		
Česnekový salát	61		

Myslivecký salát	73	Hruškový salát se skořicí	85
Jamí míchaný salát	73	Salát z malin a červeného rybízu	85
Míchaný zeleninový salát s červenou řepou	73	Salát s ostružinami, ořechy a banánem	85
Míchaný zeleninový salát s pórkem	74	Jahodový salát se sýrem	86
Zeleninový salát s humrem	74	Jablkový salát	86
LUŠŤENINOVÉ SALÁTY	75	Jablkový salát s banány a broskvemi	86
Čočkový salát	75	Pomerančový salát s mandlemi	86
Čočkový salát s jablkem	75	Švestkový salát s jablky	87
Čočkový salát s celerem	75	Rozinkový salát	87
Fazolový salát se slaninou	76	Ananasový salát	87
Fazolový salát dvoubarevný	76	Višňový salát	87
Fazolový salát se sýrem	76	Melounový salát	88
Pikantní fazolový salát	77	Banánový salát s kokosem	88
Fazolový salát s ořechy	77	Banánový salát s jogurtem	88
Salát z hrášku a mrkve	77	Švestkový salát	88
Salát z hrášku s uzeným jazykem	78	Salát s jablky a sýrem	89
Sójový salát	78	Hruškový salát s rajčaty	89
Sójový salát s majonézou	78	Hruškový salát se švestkami	89
Sójový salát se slaninou	79	Jablečný salát s červenou řepou	89
Sójový salát se zeleninou	79	Ananasový salát s koňakem	90
Kukuřičný salát se šunkou	79	Jablkový salát s fíky	90
Kukuřičný salát s cibulí	80	Meruňkový salát	90
Kukuřičný salát s jogurtem	80	Ovocný salát míchaný	90
Kukuřičný salát s hráškem	80	Ovocný salát s ovesnými vločkami	91
OVOCNÉ SALÁTY	81	Ovocný salát se zmrzlinou	91
Pomerančový salát s ořechy	81	Ovocný salát s pistáciemi	92
Pomerančový salát s celerem a hlávkovým salátem	81	Ovocný salát s černým kořenem	92
Salát s angreštem a malinami	81	Ovocný salát s mrkví	92
Ovocný salát s banány	82	Ovocný salát s kyselým zelím	93
Ovocný salát s grapefruitem	83	RYBÍ SALÁTY	94
Letní ovocný salát	83	Salát ze sladkovodních ryb	94
Salát z kompotovaných švestek	83	Salát z mořských ryb	94
Banánový salát s pomerančem	83	Salát z rybiho filé	94
Jablkový salát s mrkví a jogurtem	84	Salát z uzených ryb	95
Pomerančový salát s vínem	84	Salát z uzené tresky	95
Míchaný ovocný salát	84	Rybí salát se zeleninou	95
Banánový salát	84	Salát z tuňáka se zeleninou	96
Hruškový salát se švestkami	84	Sardinkový salát s celerem	96
		Rybí salát s jablkem a pomerančem	97
		Rybí salát se sýrem a jablky	97
		Rybí salát s humrem	98

Slanečkový salát	98	Masový salát	109
Fazolkový salát s tuňákem	98	Hlávkový salát s lanýži	110
Salát z jiker	99	Špagetový salát	110
Krabí salát	99	Vajíčkový salát	110
Salát z kapra s majonézou	100	Vaječný salát se žampiony	110
Rybí salát s bramborem	100	Pařížský rýžový salát	111
SÝROVÉ SALÁTY	101	Rýžový salát obyčejný	111
Sýrový salát I	101	Rýžový salát v pomerančích	111
Sýrový salát II	101	Rýžový salát se sardelmi	111
Sýrový salát holandský	101	Rýžový salát s korýši	112
Sýrový salát s kokosem	102	Rýžový salát s drůbežím masem	112
Sýrový salát se zeleninou	102	Salát z volské tlamy	112
Sýrový salát s ředkvičkami a celerem	103	Salát z hovězího masa	113
Sýrový salát s jablky a ořechy	103	Houbový salát s uzeným masem	113
Lahůdkový sýrový salát	103	Hříbkový salát s vínem	114
Salát Ementál	103	Salát z krůtího masa s majonézou	114
Salát ze sýra, vaječ a brambor	104	Kuřecí salát se sýrem	114
Sýrový salát s celerem	104	Masový salát se zeleninou	115
Sýrový salát se zelenou paprikou	104	Nepravý humrový salát	115
Sýrový salát s telecím masem	105	Salát z vařeného hovězího masa	116
RÚZNÉ SALÁTY	106	Pražský salát	116
Kuřecí salát s houbami	106	Vlašský salát	116
Masový salát s vodnicí	106	Ruský salát	117
Žampionový salát s pórkem	106	Berlínský salát	117
Salát ze syrových žampionů	107	Lahůdkový salát	117
Salát z kuřete I	107	Drůbeží salát s karí kořením	118
Salát z kuřete II	107	Zvěřinový salát	118
Salát z jazyků	108	Žampionový salát	118
Francouzský pikantní salát	108	Salát z lišek	119
Neapolský salát	109	Alsaský salát	119
		Lyonský salát	120
		Francouzský rýžový salát se žampiony	120