

Spis treści

	Podziękowania	6
	Jadłospisy i przepisy	7
Rozdział 1	Dlaczego mielibyśmy jeść to, co Jezus i jego wyznawcy?	9
Rozdział 2	Dary kuchni I wieku	20
Rozdział 3	Nasz chleb powszedni	33
Rozdział 4	Rolnik, pożywienie i odpowiedzialność społeczna	54
Rozdział 5	Uczta szabatowa	73
Rozdział 6	Przyjęcie	89
Rozdział 7	Uczta weselna	108
Rozdział 8	Uczta paschalna	130
	Dodatek do rozdziału 8: Hagada na Paschę z I wieku	146
Rozdział 9	Święto Żniw	156
Rozdział 10	Jedzenie z Bogiem – uczta Todah	171
Rozdział 11	Piknik na plaży	186
Rozdział 12	Czego się dowiedzieliśmy i dlaczego przyłączamy się do uczty	199
	Przypisy	205
	Bibliografia	211
	Indeks ogólny	215
	Indeks produktów spożywczych	218
	O autorach	223

Jadłospisy i przepisy

Codzienny posiłek w gronie rodziny

Chleb śródziemnomorski	46
Jogurt (dwa przepisy)	47, 48
Ser jogurtowy	48
Miękki ser (<i>fromage blanc</i>)	49
Humus	49
Marynowana cebula	50
Salatka z ogórka i sera	50
Zupa z soczewicy i ciecierzycy	51
Bulion z kurczaka <i>à la</i> I wiek	51

Lekki południowy posiłek na polu

Bulgur z jagnięciną zawijany w liście winogron	68
Kozi ser marynowany w oliwie z oliwek i ziołach	69
Placek z fig lub daktyli	70
Oliwki w zalewie	70

Uczta szabatowa z rodziną i przyjaciółmi

Chleb jajeczny	83
Dip z oliwy i tymianku	84
Salatka z ciecierzycy i ogórka	84
Pilaw z kaszy bulgur	85
Kurczak duszony z figami i morelami	86
Gotowane w syropie morele z jogurtem	86

Specjalne przyjęcie

Marynowana rzodkiewka	102
Szparagi z cytryną i tymiankiem	103
Potrawka jagnięca <i>à la</i> Apicjusz	103
Pieczona tilapia z dwoma sosami	104

Ciecierzycza z ziarnami pszenicy	105
Wino z przyprawami korzennymi	105
Jajka na twardo z sosem rybnym	106
Uczta weselna z I wieku	
Chleb jęczmienno-pszenny	122
Dip migdałowy	123
Rodzynki	123
Ogórki duszone z koprem	124
Potrawka z wołowych żeber z jęczmieniem	124
Regionalna mieszanka przypraw korzennych	125
Pieczona przepiórka z glazurą z granatów	125
Dip miodowo-cytrynowy	126
Placek weselny	126
Słodki chleb	127
Uczta paschalna	
Przaśny chleb	142
Gorzkie zioła zanurzone w słonej wodzie	142
Dip octowy	143
Charoset	143
Bulgur z botwiną	143
Polewka z soczewicy	144
Pieczony udziec jagnięcy	144
Święto Żniw	
Pita	167
Prażone ziarna zbóż	168
Salatka z kaszy bulgur z zieloną pietruszką	168
Łuskany groch z przyprawami korzennymi	168
Jagnięcy szisz kebab	169
Ciasta z suszonymi owocami	170
Święto Dziękczynienia	
Salatka z soczewicy i zielonej pietruszki	182
Potrawka z jagnięciny z ciecierzycą	183
Daktyle nadziewane miękkim serem	184
Piknik na plaży	
Grillowany chleb	196
Prażona ciecierzycza	196
Grillowana tilapia w marynacie z granatów	197
Tilapia pieczona w liściach figowych lub winogronowych	197