



Spis treści

Od wydawcy	3
Wprowadzenie	7
Składniki posiłków	9
Przetwarzanie i konserwacja	27
Zaplecze kuchenne	34
Posiłek	40

PRZEPISY

Soczewica z kminkiem	52
Polewka z serem wędzonym	52
Polewka mięsna	53
Polewka rybna	54
Polewka na mleku	54
Polewka na mleku pikantna	55
Polewka wiosenna	56
Polewka na zimno	57
Słódki twaróg	57
Twaróg z ziołami	58
Jaja na mleku	59
Wołowina pieczona na rożnie	60
Wołowina z kapustą	61





Mięso pieczone w garnku	62
Bób z mięsem	63
Kule z mięsem	64
Wędzona słonina	65
Smalec z ziołami	65
Nadziewany drób	66
Drób pieczony w glinie	67
Kisielica	68
Podpłomyki (ciasto 1)	68
Podpłomyki (ciasto 2)	69
Podpłomyki (ciasto 3)	69
Podpłomyki (ciasto 4 „podróżne”)	70
Zakwas	70
Chleb	71
Ciasto z kapustą	72
Kasza z grzybami	73
Kasza ze śmietaną I	73
Kasza ze śmietaną II	74
Kasza jaglana z owocami	74
„Gałganek”	75
Groch duszony	75
Kiszone warzywa	76
Mieszanka warzyw na zimno	77
Kapusta duszona	78
Ogórki z miodem	79
Pszenica na słodko	79
Prażone owoce	80
 Bibliografia	 81
Spis treści	85