

Przepisy czytelników

Spis treści

AGNIESZKA CHLEBDA	9
SZASZŁYKI.....	11
BURGER	12
PIZZA.....	15
CIASTECZKA Z KURCZAKIEM	16
SUSHI.....	19
SPRING ROLLSY.....	20
TAGLIATELLE Z KREWETKAMI	23
OMLET Z JABŁKIEM	24
GOFRY.....	27
DESER BEZOWY.....	28
DARIA TROŚCIŃSKA.....	31
RISOTTO Z KURCZAKIEM I GRZYBAMI	33
MAKARON Z KURCZAKIEM, BROKUŁEM I BAZYLIĄ	34
OMLET Z RICOTTĄ I TRUSKAWKAMI	37
TOSTY FRANCUSKIE Z TWAROŻKIEM, RICOTTĄ I OWOCAMI.....	38
BABECZKI Z NADZIENIEM TRUSKAWKOWYM	41
ODWRÓCONE CIASTO Z ANANASEM	42
SŁODKA ZAPIEKANKA Z WIŚNIAMI	45
PLACUSZKI KAKAOWE	46
LODY TRUSKAWKOWE Z MLECZKIEM KOKOSOWYM (POSIŁEK EKSTRA).....	49
KAKAOWY MUS Z MLECZKA KOKOSOWEGO (POSIŁEK EKSTRA).....	50
EDYTA BYRTEK	53
SZASZŁYKI MIODOWO-MUSZTARDOWE Z ROZMARYNOWYMI ZIEMNIAKAMI.....	55
KOTLETY WOŁOWE Z SUSZONYMI POMIDORAMI I AWOKADO	56
KOLOROWA SAŁATKA WARSTWOWA Z KURCZAKIEM	59
SPAGHETTI Z TUŃCZYKIEM I PIECZARKAMI	60
NALEŚNIKI BEZ JAJ Z CHIA	63
OMLET JAGLANY Z CHIA	64

BANANOWY OMLET JAGLANY Z BORÓWKAMI	67
CIASTO MALINOWO-TRUSKAWKOWE	68
CIASTO ZE ŚLIWKAMI I BEZĄ	71
CIASTO „MECH”	72
EDYTA MAŁASIEWICZ	75
FILET Z KURCZAKA W PŁATKACH OWSIANYCH.....	77
ROLADKI DROBIOWE Z POMIDORAMI	78
TOSTY KUKURYDZIANE	81
NALEŚNIKI SZPINAKOWE.....	82
NALEŚNIKI BUDYNIOWE Z GRANATEM	85
NALEŚNIKI Z DŻEMEM MARCHEWKOWO-POMARAŃCZOWYM	86
KNEDLE Z TRUSKAWKAMI	89
TORCIK FASOŁOWY	90
GOFRY MARCHEWKOWE	93
DESER TWAROGOWO-RYŻOWY.....	94
EWA PUTLAK	97
QUESADILLAS Z KURCZAKIEM I SEREM	99
STIR-FRY Z KURCZAKIEM.....	100
MOUSSAKA (GRECKA ZAPIEKANKA Z BAKŁAŻANEM).....	103
BURRITO Z MIĘSEM MIELONYM.....	104
CANNELLONI Z MIĘSEM MIELONYM I SOSEM SEROWYM.....	107
ZAPIEKANKA Z ŁOSOSIEM I SZPINAKIEM	108
ZAPIEKANKA A LA PIEROGI RUSKIE.....	111
WRAPY ZIOŁOWE Z OMLETÓW.....	112
ZAPIEKANKA BUDYNIOWA.....	115
CIASTO MARCHEWKOWE	116
GOSIA SKARADZIŃSKA.....	119
SZASZŁYKI HAWAJSKIE.....	121
POŁĘDWICZKA WIEPRZOWA Z GORGONZOLĄ I CYTRUSOWYM KUSKUSEM	122
OMLET Z GRZYBAMI	125
MAKARON Z KREWETKAMI I SZPINAKIEM	126
CEVICHE Z DORSZA	129
KANAPKI Z PASTĄ TUŃCZYKOWĄ.....	130
NALEŚNIKI Z WIŚNIAMI I POLEWĄ CZEKOLADOWĄ.....	133
SZARLOTKA ŚNIADANIOWA.....	134
ETON MESS, CZYLI TRUSKAWKOWY BAŁAGAN (POSILEK EKSTRA)	137
PIÑA COLADA (POSILEK EKSTRA).....	138
WODY SMAKOWE NA CZAS POSTU	141
JAROSŁAW ZIAJA	143
MINI KEBABY Z SOSEM TZATZIKI I PITA.....	145
MAKARON PO CHIŃSKU Z WOŁOWINĄ I WARZYWAMI	146
NUGETTYSY W MIGDAŁACH Z SOSEM SALSA	149
SZYNKA WIEPRZOWA Z MOZZARELLĄ W PAPRYCE.....	150

PLACEK PO WĘGIERSKU	153
POŁĘDWICZKA WIEPRZOWA W SOSIE ŚMIETANOWO-KURKOWYM	154
KREM POMIDOROWY Z MAKARONEM RYŻOWYM I GRILLOWANYMI POŁĘDWICZKAMI Z INDYKA	157
ZUPA TAJSKA Z WOŁOWINĄ	158
SUSHI Z ŁOSOSIEM	161
SERNIK NA ZIMNO Z MUSEM TRUSKAWKOWYM	162
KATARZYNA SKUTA	165
POŁĘDWICZKI Z PIECZARKAMI	167
SAŁATKA Z KURCZAKIEM I ANANASEM	168
KEBAB	171
PASTA Z KURCZAKIEM	172
PIECZONA RYBA	175
FASZEROWANE POMIDORY	176
RACUSZKI (POSIŁEK EKSTRA)	179
KOKTAJL ZIELONO MI! (POSIŁEK EKSTRA)	180
KOKTAJL BRZOSKWINIOWY (POSIŁEK EKSTRA)	183
KREM Z CUKINII (POSIŁEK EKSTRA)	184
MAGDA SIENKIEWICZ	187
PLACUSZEK CYGANUSZEK	189
ZUPA Z BURAKÓW Z USZKAMI	190
ZUPA KREM Z KALAREPY NA BULIONIE WARZYWNYM	193
MARMOLADA Z BURAKA	194
MUG CAKE	197
PANNA COTTA Z OWSIANĄ GRANOLĄ	198
JEDNOKĘSY Z CZEKOLADKAMI	201
PIECZONE TRUSKAWKI Z SEZAMEM	202
SŁOIK BOX	205
GRANOLA Z OWOCAMI	206
MARTA DOBEK	209
MAKARON W SOSIE POMIDOROWYM	211
SPAGHETTI Z KURCZAKIEM I SZPARAGAMI	212
LASAGNE	215
PIZZERINKI Z PŁATKÓW OWSIANYCH	216
FISH TOST	219
BURGER JAJECZNY	220
MINI OMLETY BUDYNIOWE	223
OMLET BURACZANY	224
PANKEJKI SZPINAKOWE Z POLEWĄ CZEKOLADOWO-ORZECHOWĄ	227
GOFRY MARCHEWKOWE	228
PAULINA CHODUN	231
PRZEKŁADANIEC	233
SAŁATKA JARZYNOWA	234

ROLADA BISZKOPTOWA	237
BUŁECZKI TWAROGOWE	238
JAGIELNIK CYNAMONOWY Z JABŁKAMI	241
MUFFINY JAGODOWE	242
RARYTAS MALINOWY	245
TARTA Z BORÓWKAMI I BEZĄ	246
ŚMIETANKOWY PRZEKŁADANIEC	249
BROWNIE Z WIŚNIAMI	250
SABINA PSUJ	253
SCHAB PIECZONY Z SOSEM PIECZARKOWYM I PĘCZAKIEM	255
WIEPRZOWINA NA OSTRO Z RYŻEM	256
SPAGHETTI ALLA BOLOGNESE	259
KOTLETY Z KASZY KUSKUS I WOŁOWINY	260
KURCZAK W SOSIE Z SERA KOZIEGO	263
TAGLIATELLE Z SOSEM ŚMIETANOWYM, TUŃCZYKIEM I BROKUŁAMI	264
ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z MOZZARELLĄ	267
PIZZOLET WEGETARIAŃSKI	268
PLACEK SELEROWY PO WĘGERSKU	271
PLACEK CYNAMONOWY Z TWAROGIEM I RABARBAREM	272