



# KUCHAŘKA PŘI ONEMOCNĚNÍ DNOU

Růžena Milatová



VYŠEHRAĐ

VAŘÍME S DIETNÍ SESTROU

# Kuchařka při onemocnění dnou

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.ivysehrad.cz](http://www.ivysehrad.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Růžena Milatová**  
**Kuchařka při onemocnění dnou – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2019

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**





Růžena Milatová

KUCHAŘKA  
PŘI ONEMOCNĚNÍ  
DNOU

---

Dieta bez purinů

VYŠEHRAĐ



# OBSAH

Dieta při onemocnění dnou .....	13
Zásady stravování při onemocnění dnou .....	16
Obsah purinových látek v některých potravinách.....	19
Poznámka k receptům.....	21

## POLÉVKY

Polévka cibulová krémová .....	23
Polévka zelňačka .....	23
Polévka brokolicová s bramborem .....	24
Česnekové tousty [3 PORCE] .....	24
Polévka ragú .....	25
Polévka dýňová se smetanou .....	26
Polévka dýňová.....	26
Polévka brokolicová s cuketou .....	27
Polévka ředkvičková studená .....	27
Polévka kapustová .....	28
Polévka s vaječnou mlhovinou .....	28
Polévka čočková.....	29
Polévka zeleninová .....	30
Polévka pórková.....	30
Polévka zeleninová s krupicí.....	31
Polévka zeleninová s kus-kusem .....	31
Polévka fazolková bílá .....	32
Polévka květáková.....	32
Polévka sýrová s květákem .....	33

## **RYBY**

Filé s citronem .....	35
Filé zapečené po italsku .....	35
Filé zapečené s rajčaty a sýrem .....	36
Filé s jablky .....	37
Filé zapečené s kyselým zelím .....	37

## **MASO HOVĚZÍ**

Hovězí maso v mrkvi .....	39
Hovězí maso s křenem a jablky .....	39
Hovězí maso na rajčatech .....	40
Hovězí maso protýkané .....	41
Hovězí guláš .....	41

## **MASO VEPŘOVÉ**

Vepřový závitok se špenátem .....	43
Vepřové ražniči .....	43
Vepřový přírodní plátek .....	44
Vepřové nudličky s brokolicí .....	44
Vepřové maso na celeru .....	45
Vepřové maso v mrkvi .....	45

## **POLOMASITÁ JÍDLA**

Zelenina zapečená se šunkou .....	47
Rizoto s vepřovým masem a sýrem .....	47
Zapečené brambory s uzeným masem a zeleninou .....	48
Rizoto milánské s vepřovým masem .....	49
Bramborový guláš se šunkou .....	49
Těstoviny zapečené se šunkou .....	50
Plněné papriky s rajčatovou omáčkou .....	50
Selská omeleta .....	51
Špagety s boloňskou omáčkou .....	51



## SLANÁ BEZMASÁ JÍDLA

Plněné pečené brambory .....	53
Fazolky dušené.....	53
Mrkev dušená .....	54
Rizoto zeleninové .....	54
Brambory zapečené se sýrem.....	55
Maďarské brambory.....	55
Těstoviny zapečené se špenátem.....	56
Sýrový nákyp.....	56
Flíčky se zelím .....	57
Zeleninový guláš .....	57
Zapečený lilek s mozarellou .....	58
Rizoto s houbami.....	58
Květák s česnekem a sýrem .....	59
Mexické rizoto .....	59
Papriky plněné rýží a zeleninou.....	60
Květákový mozeček .....	61
Zelenina po čínsku .....	61

## PŘÍLOHY

Bramborové placičky.....	63
Brambory štouchané .....	63
Brambory pečené .....	64
Bramborový salát .....	64
Bramborové noky .....	65
Knedlíky bramborové v ubrousku.....	65
Brambory vařené.....	66
Kaše bramborová .....	66
Brambory dušené .....	67
Halušky .....	67
Rýže vařená.....	67
Těstoviny .....	68