

SATURS

PAVASARIS 14

brokastu maizītes ar nātrēm | agrīnā raža uz šķīvja | pavasara garšaugu pesto | nātru pankūkas | sparģeļi ar pīniju riekstiem | jēra gaļas karbonādes ar rozmarīnu | rabarberu krēms ar kardamonu | rabarberu kūka | pliedera sula | mandeļu sausiņi | un vēl daudz kas cits

VASARA 42

savīta plēkšņu kviešu maize | mangoldu vīstokļi | kraukšķīgi citrona un fenheļa salāti | grilētas zivis folijā | pirmo kartupeļu salāti | grilēta jēra gaļa uz iesma | piknika salāti | Jāņu dienas ēdiens | Jūnasa gardie saldējumi | vecmāmiņas Jērdas jāņogu torte | un vēl daudz kas cits

RUDENS 72

skābeni biešu salāti | tvaicētas melnsaknes ar garšaugu sviestu | zivs ar fenheli | aļņa gaļas sautējums | topinambūru zupa | medījumu gaļas kotletes ar sekstaino gailēņu mērci | gailēņu sviestmaizes | brūkleņu bumbieri | krāsni cepti āboli ar vaniļas mērci | un vēl daudz kas cits

ZIEMA..... 106

vokpannā cepti dārzeņi ar saldskābu mērci | ar lapu kāpostiem pildīti pīrādžiņi | skaistie sarkano galviņkāpostu salāti | kraukšķīgās vistas gaļas uzkodas | īsti kāpostu tīteņi | diedzētu zirņu zupa | krāsni cepti kartupeļi ar ziemīgu pildījumu | vecmāmiņas Violas riekstu bumbiņas | burkānu kūka | un vēl daudz kas cits

slavas dziesma zemniekam | 7
grāmatas pamatdomas | 11
dabīgo produktu veikals | 39
Dabas Dobe | 58
veselība vai vide? | 137
recepšu alfabētiskais rādītājs | 140
ieteicam izlasīt | 142
paldies | 143

