

POTRAWY Z GRZYBAMI

PAWEŁ JACKOWSKI

EDYCJA 2017



Potrawy z grzybami

przepisy

Pawła Jackowskiego

Mistrza Ajwen Kuchni

MATERIAŁY BONUSOWE

1. Idziemy na grzyby!
2. Zbieraj to co znasz!
3. Borowiki
4. Podgrzybek
5. Kozaki
6. Maślak
7. Od każdej reguły jest wyjątek
8. Sowa – inaczej czubajka kania
9. Król Rydz
10. Kurki
11. Boczniaki
12. Pieczarki
13. Wartość odżywcza

Spis treści

1. Bażant z wolnowaru w grzybach (paleo, 10 zasad Ajwen)
2. Gołąbki z jelenia w sosie grzybowym (paleo, 10 zasad Ajwen)
3. Zupa grzybowa (paleo, 10 zasad Ajwen)
4. Wieprzowina duszona w grzybach z kaszą gryczaną (10 zasad Ajwen)
5. Grasicca w sosie grzybowym z kaszą gryczaną (10 zasad Ajwen)
6. Zrazy wieprzowe po staropolsku faszerowane sarną, duszone z grzybami, z młodymi ziemniakami i sałata (paleo, 10 zasad Ajwen)
7. Filet z perliczki z puree marchewkowo - estragonowym i sosem z suszonych grzybów (paleo, 10 zasad Ajwen)
8. Kapuśniak myśliwski (paleo, 10 zasad Ajwen)
9. Bulion grzybowy (paleo, 10 zasad Ajwen)
10. Pasztet z dziczyzny z grzybami (paleo, 10 zasad Ajwen)
11. Ozorki w sosie grzybowym z puree z batatów (paleo, 10 zasad Ajwen)
12. Kaszotto grzybowe (10 zasad Ajwen)
13. Tatar z sarny z konfiturą z borowików i cebulą (paleo, 10 zasad Ajwen)
14. Naleśniki gryczane z pieczarkami (10 zasad Ajwen)
15. Szyńka z sarny, boczku i rydzów z sałatką brokułową (paleo, 10 zasad Ajwen)
16. Omlet kokosowy z rydzami (paleo, 10 zasad Ajwen)
17. Perliczka faszerowana rydzami z puree puree marchewkowo - estragonowym (paleo, 10 zasad Ajwen,)
18. Kasza gryczana z kurkami (10 zasad Ajwen)
19. Makaron gryczany z kurkami (10 zasad Ajwen)
20. Frittata z sowami (paleo, 10 zasad Ajwen)
21. Wątroba wieprzowa duszona z bocznikami i pieczarkami (paleo, 10 zasad Ajwen)
22. Boczniaki na miksie sałat z jajem po Benedyktyńsku (paleo, 10 zasad Ajwen)