

Obsah

- 6** **kalendárium**
- 8** **zaostřeno na...**
Vaříme s pivem
- 12** **jak to chutná vám,**
Evo Pilarová?
- 16** **víte, co je zdravé - tudíž**
vhodné pro vaše dítě?
Dítě a kila (II. díl)
- 18** **testovali jsme pro vás**
Tvarohy
- 20** **jak poznat kvalitní potraviny**
Rozdíly mezi oleji
- 22** **klasa**
Není rohlík jako rohlík
- 25** **co se kde šustne**
V Pendolínu si pochutnají i diabetici
Mapovnik na české restaurace
- 26** **co byste měli vědět o...**
Pohance a cizrně
- 28** **radíme se s šéfkuchařem**
Jarní tipy podle Radka Šubrtů
- 32** **koření a bylinky**
Bazalka a muškátový ořech
- 34** **cesty do regionů**
Ochutnáváme Jizersko

8



- 38** **tipy pro zdraví**
Potraviny proti jarní únavě
- 40** **vystopováno**
Hejtman Michal Hašek
- 42** **potraviny ve světě**
Japonsko s Okamurou
- 46** **potravinová policie**
Drůbež napuštěná vodou
Ředěné víno
- 49** **komiks pro děti**
Vitamíny

12



28



34



42

