

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
červencový
- 6 REJSTRÍK + NÁVOD
NA POUŽITÍ APETITU**
- 10 UVÍZLO V SÍTI**
- 12 RECEPT Z RESTAURACE**
bibimbap z Brna
- 14 NOVINKY**
koktejl namíchaný z tipů na nákupy
jak na letní stolování, tak i ke grilu

Pro každý den

- 22 5 VEČEŘÍ**
testovaných čtenáři
- 30 3x JINAK**
sladká snídaně
- 36 PŮLÉVKA MĚSÍCE**
jednoduchá rajská s kapáním

Škola vaření

- 39 GRAVLAX**
ideální delikatesa na letní stůl
- 40 SEZNAMTE SE...**
s BBQ omáčkou a její historií
- 42 JAK NA TO**
grilované kuřecí kousky

- 46 TIPY & TRIKY**
všechno o zavařování

- 52 KAM S NIMI?**
černý sezam, medová hořčice, koření
ras el hanout a harissa

- 55 MENU PRO EMU**
závěr seriálu rodinného vaření
aneb co se do pořadu
České televize nevešlo

Sezona

- 66 JSOU TADY PRÁZDNINY**
a s nimi šťavnaté zelené lupení a lusky,
prozářené červení rybízu a rajčat

- 78 TĚSTOVINOVÉ SALÁTY**
v nových verzích inspirovaných
světovými kuchyněmi

- 84 SALÁT DĚLÁ ZÁLIVKA**
4x tip na každou zeleninu

- 86 SEZONNÍ A ČERSTVÉ**
co o prázdninách jíst a k čemu
přivonět

Na víkend

- 90 BBQ KLASIKA S MISTREM**
Jiří Hilgart a jeho osvědčené recepty
na grilované maso

- 96 ŠPÍZKY DO RUKY**
pro vegetariány i masožrouty

- 108 LEDOVÁ SLAST**
domácí nanuky přímo od výrobce
- 110 LETNÍ MLSÁNÍ**
dezerty plné ovoce plus osvěžující
drink

Servis & čtení

- 120 NA NÁVŠTĚVĚ V KUCHYNI**
- 124 MUSÍTE VĚDĚT: PLNOTUČNÁ
HOŘČICE**
- 126 VÍNO KE GRILU**
- 130 ‚ŠTÍHLÁ‘ KUCHARKA**
- 138 LIDÉ A JÍDLO**
- 140 POHLEDNICE Z MORAVY**
- 146 SLADKÁ TEČKA**

na obálce

Jehněčí kýta s letní zeleninovou směsí **71**



FOTO:
ALENA
HRBKOVÁ
**FOOD
STYLING:**
MILENA
VOLFOVÁ
**DEKOR
STYLING:**
MARKÉTA
ZINDULKOVÁ