

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
březnový
- 6 REJSTŘÍK + NÁVOD**
NA POUŽITÍ APETITU
- 8 RECEPT Z OBÁLKY**
bagely se sázeným vejcem
- 10 UVÍZLO V SÍTI**
- 11 RECEPT Z RESTAURACE**
králíčí balíčky s mrkvovým
a hráškovým pyré
- 12 NOVINKY**
koktejl namíchaný z tipů na nákupy
a restaurace pro všechny milovníky
dobrého jídla a pití + VIP dotazník

Pro každý den

- 16 5 VEČEŘÍ**
testovaných našimi čtenáři
- 24 VAŘTE S NADHLEDEM**
jako autorka nové lehké kuchařky
Gwyneth Paltrow
- 32 3x JINAK**
- 36 EXPRESNÍ NUDLE RAMEN**
pro ty, co spěchají
- 40 V JAKO VEGETARIÁN**
glazované tofu s nakládanou zeleninou
- 42 NA OTOČKU V KUCHYNI**
gruzínské česnekové kuře

Škola vaření

- 45 KROK ZA KROKEM**
knedlíčky z těsta wonton
- 46 SEZNAMTE SE S...**
asijské bylinky
- 48 TRIKY, TIPY & FÍGLE**
- 49 KAM S NIMI?**
načaté pasty, koření, mouky...
- 50 UČÍME SE OD MISTRA**
pošírování: závitky ze pstruha
& zadělávaný pórek

Sezona

- 54 HVĚZDA SEZONY:**
JARNÍ CIBULKA
křehká zelená cibulka ve svěžích
receptech na línou snídani

- 60 ČERSTVÁ RAJČATA**
PO CELÝ ROK
Zapomeňte na dovážené plody
bez chuti – v obřích sklenicích
na Moravě zrají rajčata i v zimě!
- 64 SEZONNÍ & ČERSTVÉ**
co v březnu pít, jíst a sít

Na víkend

- 68 NEDĚLNÍ MENU**
hřejivý oběd, kterým potěšíte
rodinu i přátele
- 74 OBĚD V ASIJSKÉM BISTRU**
od polévky přes smaženou rýži
až po kantonský koláč
- 82 NEŽ ROZPÁLÍTE WOK**
rady a tipy, jak na asijskou kuchyni
- 84 SLADKÁ EXOTIKA**
dezerty plné tropického ovoce

Servis & čtení

- 94 NA NÁVŠTĚVĚ V KUCHYNI**
- 97 VÍNO NA BŘEZEN**
- 98 KUCHAŘKA: JÍDLA**
Z JEDNOHO PLECHU
- 102 MUSÍTE VĚDĚT: OBSAH**
ARZENU V RÝŽI
- 104 TEST RÝŽOVARŮ**
- 108 LIDÉ A JÍDLO**
- 110 POHLEDNICE Z TURECKA**
- 114 SLADKÁ TEČKA**

na obálce

Hříšně dobrý bagel **8**



FOTO:
MAREK
KUČERA
FOOD
STYLING:
MAREK
VŠETEČKA
DEKOR
STYLING:
MARKÉTA
ZINDULKOVÁ