Koktejl

3 **ÚVODNÍK**
říjnový + recept z obálky ✷

8 **REJSTŘÍK + NÁVOD NA POUŽITÍ APETITU**

10 **UVÍZLO V SÍTI**

12 **RECEPT Z RESTAURACE**
kapustové karbanátky s bramborovým salátem

14 **NOVINKY**
koktejl namíchaný ze všeho, co by měli milovníci jídla vědět + VIP dotazník

Pro každý den

18 **5 VEČEŘÍ**
testovaných našimi čtenáři

27 **ŠKOLA VAŘENÍ**
jak vyškvařit čisté sádlo, co vařit s olomouckými tvarůžky + další tipy pro začínající kuchaře

32 **ČESKÁ KLASIKA** ✷
v inovativním podání gastronomické novinářky Hany Michopulu

38 **BLOG MĚSÍCE**
manželské duo Kitchen story a jejich zeleninové demi-glace

Sezona

44 **HŘEJIVÉ PODZIMNÍ POKRMY** ✷
z nejlepších českých surovin

50 **HOUBAŘSKÁ VÁŠEŇ** ✷
10 druhů hub, deset receptů přesně každé na míru

62 **POKLADY DO SPÍŽE**
jak zužitkovat jeřabiny

64 **JEDLÉ KVÍTÍ**
i v říjnu ho ještě můžete sbírat a jíst

66 **SEZONNÍ & ČERSTVÉ**
co v říjnu jíst i číst

Na víkend

70 **POJĎTE S NÁMI NA RYBY** ✷
piknik u vody + nápaditě rybí recepty

84 **BIOABECEDA PODLE HANKY** ✷
ochutnávka z aktualizovaného vydání biokuchařky Hanky Zemanové

90 **STREETFOOD PO ČESKU** ✷
jak ho vaří food blogerka Koko

96 **CUKRÁRNA** ✷
do dětství vás vrátí míša dort

98 **ŠVESTKOVÝ PŘÍBĚH**
aneb povidla od sklizně po koláče

102 **UČÍME SE OD MISTRA**
frgál krok za krokem

106 **SLADKÁ PRVNÍ REPUBLIKA** ✷
ochutnávka z nové kuchařky

Servis & čtení

114 **NA NÁVŠTĚVĚ V KUCHYNI, KDE SE VAŘÍ I JÍ ZDRAVĚ**

118 **NOVINKY Z OBCHODŮ**

121 **VYBÍRÁME MAKOVÉ NÁPLNĚ**

122 **VŠECHNO O PARNÍCH TROUBÁCH I VAŘENÍ V PÁŘE**

124 **VÍNO NA ŘÍJEN**

126 **ZDRAVÍ: TRADIČNÍ ČESKÁ KUCHYNĚ BEZ LEPKU**

130 **TOP 10 ČESKÝCH RESTAURACÍ A PIVOVARŮ**

132 **LIDÉ A JÍDLO**

136 **POHLEDNICE Z ČERNÉ HORY**

138 **MAKOVÁ TEČKA**

na obálce

Fazolová polévka **3**



FOTO
MAREK KUČERA
FOOD STYLING
MILENA VOLFOVÁ
DEKOR
JOHANA STŘÍŽKOVÁ

✷ Články z obálky mají hvězdičku