

Koktejl

aktuální zprávy, skvělé tipy
a dobroty na rozjezd

- 3 ÚVODNÍK**
o Apetit pikniku
- 6 REJSTŘÍK**
- 8 Z VAŠICH DOPISŮ**
- 10 RECEPT ČTENÁŘE**
salát z grilovaných paprik
- 12 NOVINKY A TIPY**
co nového v obchodech a restauracích
a čeho si všimnout na internetu
- 14 ZACHRAŇTE JÍDLO!**
zapojte se do boje proti plýtvání jídlem
- 18 NEJLEPŠÍ AKCE LÉTA**
tipy na gastronomické akce a festivaly,
které stojí za návštěvu (u nás i ve světě)
- 20 PORADNA**
poradíme vám, jak ušlehat dobrý
krém, jak vyhnat mravence z kredence
a popíšeme rozdíly mezi hladkou,
polohrubou a hrubou moukou

Pro každý den

jídla, která hravě zvládne
i zaneprázdněný kuchař

- 24 5 VEČEŘÍ**
nově & hravě
- 30 TELECÍ PLEC**
další díl seriálu o zpracování masa
- 34 ŠÉFKUCHAŘI VAŘÍ DĚTEM**
- 38 5 SVAČIN PRO ZDRAVÍ
A ENERGII**
- 40 PŘÍLOHY KE GRILOVÁNÍ**

Sezona

aneb Jak si užít to,
co zrovna chutná nejlíp

- 44 DOMÁCÍ & ČERSTVÉ**
- 46 JÓÓÓ, TŘEŠNĚ ZRÁLY...**
recepty nasladko i naslano
- 52 4x KVĚTÁK**
- 57 KORIANDR VERSUS
PETRŽELKA**
- 66 PLANÉ ROSTLINY NA TALÍŘI**

Na víkend

spousta nových receptů
a nápadů pro radost

- 70 HOSTINA S VŮNÍ MOŘE**
podle italského šéfkuchaře
- 76 GRILOVANÉ KUŘE PODLE
ZDEŇKA POHLREICHA**
kuře naplacato krok za krokem
- 80 BOŽSKÉ KOMBINACE
S JAHODAMI**

Piknik

Vyrazte s námi na piknik
a oslavte začátek léta!

- 88 UŽ SE NA VÁS ZASE TĚŠÍME!**
recepty od našich oblíbených
kulinářů
- 98 PRŮVODCE APETIT PIKNIKEM**
kompletní program a mapa
- 105 TAJEMSTVÍ PIKNIKOVÉHO
KOŠE**
menu od salátu po dezert

Vše kolem jídla

co vám zachutná a co
usnadní práci v kuchyni

- 114 NA NÁVŠTĚVĚ**
v kuchyni cestovatelky
- 118 ŠKODA NEVAŘIT**
test kuchařky Martina Škody
- 119 SBALENO NA PIKNIK**
- 120 PRÁVĚ TEĎ OCHUTNEJTE:
CIDRE Z CIDRERIE**
- 122 TEST DĚTSKÝCH DEZERTŮ**
vyzkoušeli jsme za vás pudinky
pro děti
- 124 FOODTRUCK ANEB BISTRO
NA KOLECH**
nový trend – pojízdná bistra
dobývají Prahu
- 128 FARMA MEZI RYBNÍKY**
- 132 ZDRAVĚJŠÍ RÝŽE**
- 134 ADRESÁŘ**
- 136 POHLEDNICE Z PORÝNÍ**
- 138 VIP DOTAZNÍK**



na obálce

Cheesecake
s jahodami
a bazalkovým
cukrem **83**

dále

KORIANDR 57

TŘEŠNĚ 46

ZMRZLINA 96

SALÁTY

DO SKLA 110

DEZERTY

Z JAHOD 80

PRŮVODCE APETIT

PIKNIKEM 98