

2 Jak se vařil Apetit?

Tentokrát na čerstvém vzduchu!

4 Pepř & sůl Tip na voňavý výlet, chmelovou limonádu...

6 Jak si užít s našimi recepty a uspět? Praktický návod

JEŠTĚ DNES VEČER

8 Od pondělí do pátku Rychlovky pro běžný týdenní provoz

15 Co dům dal: Vajíčka zapečená v rajčatech – expresní a lahodné

24 4x jinak: rybí filé

Naše nápadité variace udělají z ohrané písničky znovu hit

SPECIALITY

16 Sólo pro vás: guacamole

Lahůdka z avokáda, o niž se nebudete chtít dělit

PRIMA SEZONA

35 Červnový kalendář Potraviny, které chutnají nejlíp zrovna teď

43 Sezona chřestění A vy jste si mysleli, že chřest se prostě nedá připravit doma!

PIKNIKOVÝ SPECIÁL

36 Svačina na výletě Na čem si pochutnat, až vám vytráví

71 K zakousnutí Jaký chleba vzít na pikniku do party?

72 Tajemství pikniku Kompletní vybava. Zn.: Opravdu prakticky!

VAŘENÍ PRO ZÁBAVU

19 Kdo přijde domů; vaří Díky supersnadným receptům to zvládne každý člen rodiny!

52
Dekorace
na večírek



26 První letní menu Nedělní oběd plný svěžích chutí, vůní i barev

48 Odpolední slavnost Dobroty stvořené pro dýchánek na zahradě

52 Přijďte k nám...! Nápadité a chytré dekorace na večírek

KROK ZA KROKEM

54 Vietnamské letní závitky podle hanojské krásy Mimi

58 Bešamel nejlepší na světě v podání Zdeňka Pohlreicha

61 Pohádka o koblížku Tradiční domácí recept naší čtenářky

TÉMA

31 Takoví jsme byli Česká kuchyně posledních třiceti let

80 7 pochoutek, které jsou zdravější, než si myslíte

Aneb proč si klidně dát čokoládu

82 Jídlo je moje povolání Příběhy tří lidí, kteří se jídlem doslova žijí

SUPER NABÍDKA

69 Sleva pro každého čtenáře!

Rychlovarná konvice s filtrem a toaster Philips výhodněji



TEST

68 Ty nejzajímavější novinky na pultech obchodů

74 Speciální mouka Co umí?

77 Nad párou Pomůžeme vám vybrat si „paříče“ na zeleninu

78 Mléčné dezerty Jsou tak zdravé a chutné, jak se tváří?