

# **OBSAH**

## **SAMÉ DOBRÉ ŽIVOTNÍ STAROSTI**

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Beraní rohy a kouzelné slevové karty v obchodech | 11 |
| Plesová sezona aneb Jak se dostaneš do šatů      | 14 |
| Tři saláty pro hubené dny                        | 16 |
| Pomelový salát                                   | 16 |
| Pomerančovo-mangový salát                        | 17 |
| Luxusní lososový salát.                          | 17 |
| Elegantní boty na podpatku                       | 19 |
| Můj přeplněný šatník                             | 21 |
| Klimatizační radikál                             | 23 |
| Koktejly pro horké letní dny                     | 26 |
| Piña Colada bez alkoholu                         | 26 |
| Melounový koktejl                                | 27 |
| Mangový koktejl                                  | 27 |
| Má pořád vybitý telefon                          | 28 |
| Jak vybrat správné heslo                         | 30 |
| Radost z papíru                                  | 32 |
| Pečicí papír                                     | 34 |
| Zapečená mrkev se sýrem                          | 34 |
| Rychlá zapečená cuketa                           | 35 |
| Rozbitá brokolice                                | 36 |
| Cizrna z trouby                                  | 36 |
| A co je to vlastně ten podcast                   | 38 |



|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Starý, ale dobrý                  | 40 |
| Kuchyňský vozík                   | 42 |
| Pečení je pro poctivky            | 45 |
| Kaiserschmarrn – Císařský trhanec | 45 |
| Jablečný nepečený dort            | 46 |
| Make-up tipy                      | 48 |
| Mikeš a Mína                      | 49 |
| Bez auta a taxíku nedá ani ránu   | 52 |
| Ona si prostě nedá říct           | 55 |
| Stala jsem se asi influencerkou   | 57 |
| A jak tedy uspět?                 | 60 |
| Funguje bizár a peklo na talíři   | 62 |
| Vajíčko obarvené ve víně          | 63 |
| Smažená nutella                   | 64 |

## **SAMÉ DOBRÉ VÝLETNICKÉ STAROSTI**

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Polštář lepší než kufr               | 69 |
| Ozdravný ostrov Ischia, Dáša a Plzeň | 71 |
| Neapol – tahle pláž je bez žen!      | 75 |
| Malé uši v Bari                      | 78 |
| Polignano a Mare                     | 80 |

## **SAMÉ DOBRÉ KUCHAŘSKÉ STAROSTI**

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Těstoviny a jak je správně udělat  | 85 |
| Orecchiette di Manzo al Limone     | 86 |
| Luxusní špagety alla puttanesca    | 88 |
| Rychlé těstoviny s cherry rajčátky | 89 |
| Lahodná bruschetta                 | 90 |
| Salát Caprese                      | 91 |
| Tagliatelle s fíky                 | 92 |
| Špagety aglio olio                 | 93 |



|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Špagety Carbonara                            | 93  |
| Máme to ale skvělé vlaky, souhlasíte?        | 96  |
| Dokonalé vlakové spojení z Prahy do Olomouce | 98  |
| Je to ale bezpráví                           | 100 |
| Hody na železnici                            | 102 |
| Preclík pro všechny!                         | 104 |
| Turistická procházka Berlínem                | 106 |
| Zastrčené olomoucké nástupiště 1 A           | 108 |
| Udělejme Olomouc světovou!                   | 110 |
| Nejvyšší hora Hané a můj rodný Prostějov     | 112 |
| Prase ve Varech                              | 114 |
| Mělník, Tábor a Kutná Hora                   | 116 |
| Kafe na Karlštejně                           | 119 |

## **SAMÉ DOBRÉ PRAŽSKÉ STAROSTI**

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| Geniální tramvaj 22                              | 123 |
| Pražané, nutrie a potkani                        | 125 |
| Nesmrtelné matřjošky                             | 127 |
| Nejstarší dopravní značka a nejotužilejší číšník | 128 |
| Jak správně servírovat kávu                      | 130 |
| Trochu opomíjená věž                             | 131 |
| Vařím s umělou inteligencí                       | 132 |
| Bramborové toulky se sladkým banánovým dipem     | 134 |
| Míchaná vejíčka s avokádem a medem               | 135 |
| Párek v rohlíku s třešňovou omáčkou              | 136 |
| Brambory jsou sexy                               | 137 |
| Legendární brambory na loupačku                  | 138 |
| Citrónové brambory                               | 138 |
| Gratinované brambory                             | 140 |
| Kotlety zapečené s bramborami a smetanou         | 141 |
| Bramboráky                                       | 141 |



|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| Bramborová kaše                           | 142 |
| Eidam třicítka! Abyste se nezbláznili     | 144 |
| Smažený eidam                             | 145 |
| Celerové hranolky                         | 146 |
| Dip a tatarka                             | 147 |
| Rychlé sýrové chipsy                      | 147 |
| Celerová pomazánka s eidamem              | 148 |
| Moje flóra                                | 150 |
| Avokádo                                   | 152 |
| Avokádové těstoviny                       | 153 |
| Guacamole                                 | 154 |
| Zapečené avokádo s kozím sýrem a žampiony | 155 |
| Avokádový tatarák                         | 156 |
| Vajíčkový salát na avokádovém toustu      | 157 |
| Dýně                                      | 158 |
| Dýňová polévka                            | 159 |
| Dýňová polévka – verze bez trouby         | 160 |
| Jednoduché dýňové těstoviny               | 161 |
| Dýňový salát s balkánským sýrem           | 162 |
| Řepa                                      | 164 |
| Carpaccio z červené řepy                  | 164 |
| Krvavé špagety                            | 165 |
| Hovězí burger s řepou                     | 166 |
| Co v Praze musíš vyfotit před Vánoci      | 169 |
| Vánoce přicházejí                         | 171 |
| Štědrovečerní menu                        | 172 |
| Smažený kapr                              | 174 |
| Tradiční vánoční bramborový salát         | 174 |
| Cukroví                                   | 176 |
| Vanilkové rohlíčky                        | 176 |
| Linecká kolečka                           | 177 |

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| Vosí hnízda               | 178 |
| Mandlové pracky           | 179 |
| Mé milované polévky       | 180 |
| Zelňačka                  | 181 |
| Fazolová polévka          | 182 |
| Ta nejlepší kulajda       | 183 |
| Hermelín nebo camembert   | 185 |
| Nakládaný hermelín        | 185 |
| Zapečený hermelín         | 187 |
| Zapečený camembert s fíky | 187 |
| Camembertová pomazánka    | 188 |
| Hermelínové karbanátky    | 189 |
| Jak vznikla tato kniha    | 191 |
| Jak jsem psala tuto knihu | 193 |