

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
- 6 REJSTRÍK + NÁVOD NA POUŽITÍ APETITU**
- 10 UVÍZLO V SÍTI**
- 12 TRENDY ZE SÍTÍ**
recept ze sociálních sítí, který jsme museli vyzkoušet – italské „suší“ rolky
- 14 KOKTEJL**
namíchaný z novinek a tipů

Pro každý den

- 18 DOMA I VE SVĚTĚ**
ze světa gastronomie a kuchařských celebrit
- 20 ZDRAVÍ S NADHLEDEM**
proteinový koktejl z banánů, vloček a ořechů, surovin na bílkoviny přirozeně bohatých
- 22 ROZHOVOR**
s Radkem Davidem, profesionálem, který pomáhá restauracím pozdvihnout se na vyšší úroveň
- 28 5 VEČEŘÍ PRO CELOU RODINU**
oblíbené masové kuličky, zapečené slané palačinky či cuketové placičky

Škola vaření

- 38 SEZNAMTE SE...**
rajčata – jedna z nejuniverzálnějších plodin, jejichž síla je v rozmanitosti druhů, barev a chutí

- 40 VÝZVA SLADKÉ TROJKY**
pečte s námi a vyhrajte. Nabízíme recept na větrník a inspiraci od Sladké trojky. Na vás je zapojit fantazii, upéct a vyfotit svůj dezert.
- 44 KURZ SKLÁDÁNÍ SVAČIN**
zpátky do školy s nápaditými rolkami, krabičkami či špízy – rady a triky, jak dětem svačiny zpestřit

Sezona

- 48 HVĚZDA SEZONY**
podzimní poklad z lesa – houby s těstovinami, v knedlíčcích i salátu
- 58 KDYŽ VÁM ZBUDE...**
vařte tak, aby se s maximální chutí využil i poslední drobek či kousek masa – netradiční recepty, kde zpracujete zbylé croissanty, karbanátky i rýži
- 68 POLÉVKY DO MISKY**
přichází čas hřejivých a vydatných polévek, dáte si krém z pečených rajčat a batátů, či klasickou knedlíčkovou?
- 74 KALENDÁŘ**
z historie kuchyňských spotřebičů – topinkovač

Na víkend

- 76 POŘÁDNÝ KUS MASA**
pečená kotleta na máslových fazolích, trhané koleno se zelím, dušená hovězí žebra s polentou + nauka o mase: jaké kupovat a jak s ním v kuchyni pracovat

- 86 ASIE KŘÍŽEM KRÁŽEM**
Vietnam, Thajsko, Japonsko, Indie – pikantní jízda exotikou
- 98 ČAS JABLEK A HRUŠEK**
křupavé i máslové, sladké i kyselkavé, dezerty se šťavnatým podzimním ovocem – koláče, řezy, poháry a zmrzlina

Vše kolem jídla

- 110 NA NÁVŠTĚVĚ**
v dámském budoáru, kuchyň šéfredaktorky časopisu Marianne
- 112 GLOSA ANNY GROSMAŇOVÉ**
o umělé inteligenci v gastronomii
- 114 6 DŮVODŮ, PROČ NAVŠTÍVIT...**
lotyšskou Rigu, kosmopolitní město, kde se mísí tradice i poslední trendy
- 116 FINÁLE S NOBLESOU**
reportáž ze soutěže Bocuse D'Or + rozhovor s finálovou trojicí
- 130 SLADKÁ TEČKA**
borůvkový crumble



na obálce

Trhané vepřové koleno s hranolkami, hořčičnou majonézou a zelím, str. 81

FOTO:
MAREK KUČERA