

# obsah → DUBEN



# 30



**FOTO NA OBÁLCE:**

**MAREK BARTOŠ**

Gourmet si můžete koupit i v elektronické verzi na [mojepredplatne.cz](http://mojepredplatne.cz)



## RECEPTY

### 12 OSOBNOST INSTAGRAMU

Bloggerka Lenka Ardben Kříčková alias @divoka\_lodyha připravila recept speciálně pro čtenáře Gurmetu.

### 16 S DIVOŽENKOU V KUCHYNI

Jarní díl nové rubriky o využití divokých bylin v kuchyni od zkušené sběračky Denisy Šimlové alias @divozenkavkuchyni.

### 22 VOLÁNÍ JARA

Konečně jsme se po zimě dočkali čerstvé jarní zeleniny.

### 30 SLADKÉ JARNÍ HODY

Sladké pečení pro velikonoční svátky s Klárou Moravcovou alias @kdyzklarapece.

### 40 SPOLU U VELIKONOČNÍHO STOLU

I když recepty nejsou tak ustálené jako pro štědrovečerní večeři, atmosféra je daná – společná hostina a jídlo inspirované jarními surovinami.

### 48 ZDRAVĚ NAKVAŠENÝ

Vyzkoušejte zapojit v kuchyni kefir, skvělou fermentovanou surovinu pro sladké i slané vaření.

### 68 DEN BEZ MASA

Vynechte v jídelníčku maso a prospějte zdraví i planetě s šéfkuchařkou Miluší Makó.

### 76 ROK NA JIHU ANGLIE – BŘEZEN

Nechte se pozvat Dagmar Heřtovou a prožijte s ní rok v zemi, která se stala jejím druhým domovem.

### 78 ZÁCHRANNÁ SÍŤ

Třetí kuchařka Lucie Novákové Neobyčejně

rychlá přináší recepty, když nemáte čas na žádné velké vyvařování.

### 84 SNADNÉ A RYCHLÉ VAŘENÍ

Nápady a tipy pro každodenní vaření, které netrvá déle než půl hodiny.

## NAUČÍME VÁS

### 18 MÍŠA DORTÍK

Na první pohled jednoduchý dortík se v Cukrářské výzvě Ivety Fabešové promění v ozdobu každého stolu.

### 70 SUSHI & SPOL.

Hlavní sushi master v Gourmet Academy David Řehůrek vás naučí rolky maki a další jejich variace.

## TÉMA

### 56 VAŘTE SÓLO! JE TO NEJLEPŠÍ TERAPIE.

Rozhovor s Darinou Křivánkovou o umění vařit pro jednoho, její nové knize, změnách v gastronomii i proč je „nejlépe vařily babičky“ přežitý mýtus.

### 62 POHLED NA SPOKOJENÝ SKOT UKLIDŇUJE

Farmářka Zlata Mádrová otevřela farmu kvůli agroturistice, teď k ní chodí lidé na kafe i zákusek.

### 88 NENÍ RÝŽE JAKO RÝŽE!

Jak vybrat ten správný druh, aby vždycky byla přesně taková, jaká má pro daný typ jídla být, poradí odborníci z prestižní školy vaření síť Ambiente UM.

### 92 SEKANÁ

Jaký je nejlepší základ pro dokonale šťavnatou pečení, prozradí František Kšána, mistr řezník z Amasa.

## SERVIS

### 3 EDITORIAL

### 11 PŘEDKRM

Víme, co v dubnu ochutnat, kam zajít a co si pořídit.

### 14 MOJE SRDCOVKY

Lukáš Hejlík přináší tipy na zajímavá bistra, restaurace i kavárny.

### 74 ROK V KUCHYNI

Co vařit, zasít či sklidit právě teď, v aktuální sezoně.

### 94 TIPY A NOVINKY

### 96 VÝZVA

Kdo nejlépe uspěl v březnové Cukrářské výzvě s Terezou Olbrichtovou?

### 98 REJSTŘÍK A PŘÍŠTĚ



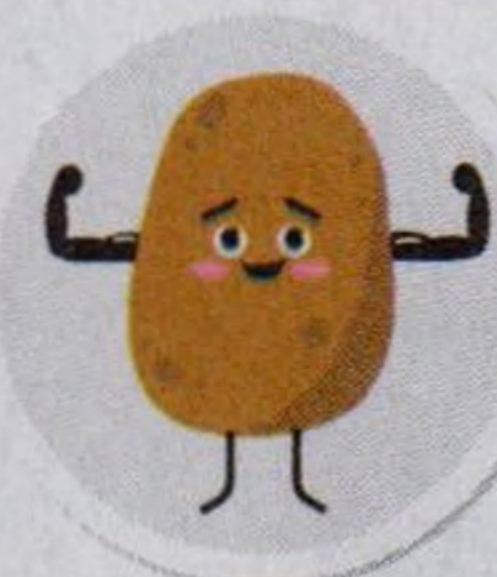
# 22

## NAŠE EXTRA ZNAČENÍ



### BOMBA

Recept, který vás ohromí fantastickou chutí, unikátností či jednoduchostí.



### V SEZONĚ

Jídlo, které ctí sezonu. Je tedy ideální čas pro jeho přípravu.



### BEZE ZBYTKU

Recept, u kterého můžete zpracovat beze zbytku všechny části surovin.



### RYCHLÉ

Rychlovka, kterou zvládnete ve všední den do 30 minut nebo když nemáte času nazbyt.