

- 5** kalendárium
- 6** novinky na trhu  
Výbušná energie  
Pohodlí na cestách
- 7** co se kde šustne  
Kam vyrazit na oběd?  
Melounové umění
- 8** potravinová policie  
Jak bezpečně na nákup od silnice?
- 10** palec nahoru, palec dolů  
Češi a cholesterol  
Vyšší ceny olivového oleje
- 11** zaostřeno  
Co čeká jídelny v novém školním roce?
- 16** jak poznat kvalitní potraviny  
Stejný obal, jiná chuť, jiná cena
- 18** testovali jsme pro vás  
Srovnání českých a německých výrobků
- 26** alternativní stravování  
V čem pomůže protikvasinková dieta?
- 30** radíme se s odborníkem  
Mrazák je nepřitelem chuti masa
- 32** naše testování  
Hledá se šunka v sýru, zn. zoufale
- 34** co byste měli vědět o šípku  
Šípek, dítě plané růže s léčitelskými schopnostmi

## 16

**Vyplatí se nákup potravin v Německu?**

Z dvacátky testovaných potravin se složení lišilo hned v 11 případech

- 36** téma měsíce  
Nenápadné zlato české kuchyně
- 38** chutě slavných  
V kuchyni nezažívám bojové stavy nouze
- 44** příběhy jídla  
Surová pravda o tataráku
- 46** dobrodružství v kuchyni  
Osud jménem ořechový dort
- 48** čtenářská dvoustrana  
Dopisy čtenářů  
Dárky pro předplatitele

## 30

Tipy od řezníka,  
jak nakládat  
s masem



## 41

Mexiko nejsou  
jen chilli  
papričky

