

Obsah

- 6 **kalendárium**
- 8 **zaostřeno na...**
Nejen Francouzi milují kozí sýry
- 12 **jak to chutná vám,**
Zlato Adamovská?
- 14 **víte, co je zdravé - tudíž**
vhodné pro vaše dítě?
Dítě a kila (I. díl)
- 18 **testovali jsme pro vás**
Salámy Vysočina
- 20 **jak poznat kvalitní potraviny**
Rozdíly mezi zakysanými výrobky
- 22 **klasa**
Pravda o tucích
- 26 **co byste měli vědět o...**
Zázvoru
- 28 **radíme se s šéfkuchařem**
Radkem Šubrtem
- 31 **co se kde šustne**
I na horách si můžete pochutnat
100 nejlepších restaurací Česka
- 32 **koření a bylinky**
Kmín a dobromysl
- 34 **cesty do regionů**
Bez práce nejsou koláče



8

- 38 **tipy pro zdraví**
Valentýnské menu nejen pro zamilované
- 40 **vystopováno**
Ministr Ivan Fuksa
- 42 **potraviny ve světě**
Egypt, země lotosu a tučného jídla
- 46 **potravinová policie**
Pozor na čínské nudle s hliníkem
Svačinka obsahovala lepek
- 49 **zajímavosti pro děti**
Jak se správně stravovat

12



28



34



42

