

KVĚTEN

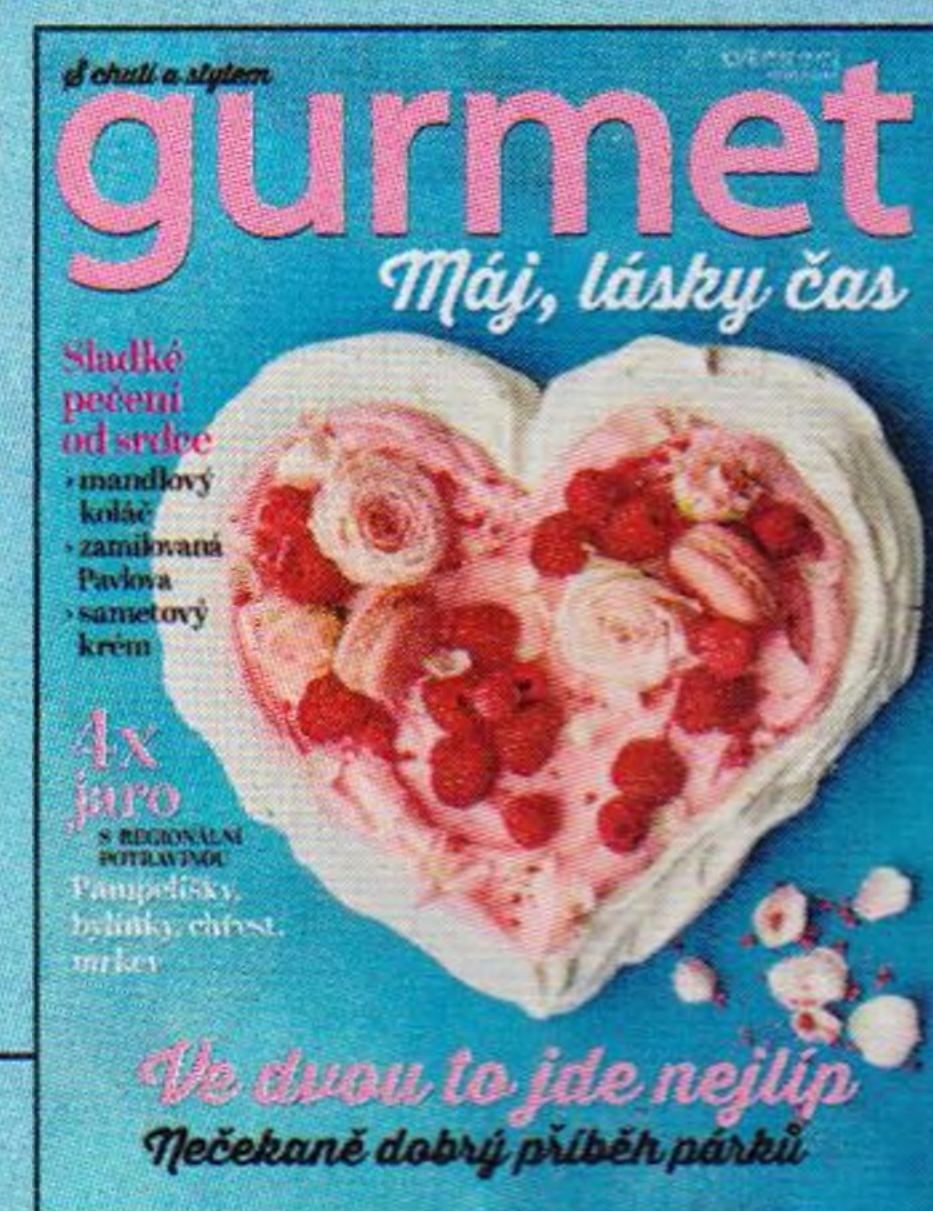


Foto na obálce Marek Bartoš
Gourmet si můžete koupit
i v elektronické verzi na
publero.com a flookie.com.

RECEPTY

10 CO JÍST V KVĚTNU

Květen je měsíc lásky. Napečte s námi ty nejsladší důkazy něžného citu a ozdobte je křehkými květy.

24 VELKÁ ČTYŘKA

Jak může být mrkvový salát za hvězdu, a to hned čtyřikrát? Neváhejte a strouhejte.

32 CHŘEST

Letošní chřestovou sezonu můžete vítat vyzbrojeni čtyřmi, zbrusu novými recepty na zpracování této jedinečné jarní zeleniny.

47 PRINCEZNA PAMPELIŠKA

Je optimisticky žlutá a dá se sníst skoro celá. Tahle kytka ve vašem jarním menu prostě nesmí letos chybět.

53 FALEŠNÍ CIZINCI

Tváří se cizokrajně, ale v české kuchyni jsou jako doma. Podívejte se s námi na historii jídel, která evokují daleké země, a uvařte si je podle našich vychytaných receptů.

58 ZÁZRAČNÁ LEVANTSKÁ VLNA

Kuchyně blízkovýchodního regionu Levanta je žhavým kandidátem na příští gastrohit. Dagmar Heřtová nabízí voňavou ochutnávku toho nejlepšího.

68 DEN BEZ MASA

Vynechte maso aspoň na jeden

den a pochutnejte si na skvělých pokrmech ze zeleniny.

72 SLADKÁ TEČKA PRO ZDRAVÍ

Kuchařka z edice Jíme zdravě se zaměřuje na dezerty. Snadné recepty osloví začátečníky a zkušeným přinesou novou inspiraci.

98 PŘÍBUZNÉ SI NEVYBÍRÁME

Necháváme na vás, jestli bestseller Tak trochu úžasná od Dawn Frenchové ohodnotíte jako skvělou oddychovku, nebo literární škvár. Jisté ale je, že koláč s červenou řepou je naprostá pecka.

NAUČÍME VÁS

26 VĚTRNÍČKY

Odpalované těsto je další cukrářská meta, kterou vám úspěšně pomůže zdolat Míša Landová. Péct se budou choux au craquelin.

89 NA POČEST ADMIRÁLA

Ač je hovězí Wellington považováno za vrchol kuchařského umění, nejedná se o vrchol nedobytný. O tom vás ve svém návodu krok za krokem přesvědčí šéfkuchař Mirek Kalina.

92 KŘEHKÉ A JEMNÉ MINIATURY

Jmenují se skoro stejně a leckdy se nám pletou, ale jeden pochází z italské Sicílie a druhý z Francie. Seznamte se s cannoli a cannelés.

TÉMA

38 UŽ JE TO NA CELÝ ŽIVOT

Paleo strava vyléčila Michaele

Luňáčkové zdravotní problémy a ona tak dnes vaří i pro své malé dcery. V rozhovoru odpovídá na otázku, proč se jí bude držet už celý život.

60 PŘÍBĚH PÁRKU

Na otázky, jak se u nás objevily párky a kde ochutnáte ty nejlepší, odpovídá redaktor Gourmetu Libor Budinský.

86 VELKÝ KURZ MYKOLOGIE

Byť jsou Češi národ vášnivých houbařů, většina z nás sbírá jen pár druhů. Pojďte to změnit a přiučit se něco nového v kurzu houbaření Zdeňka Hájka.

SERVIS

3 EDITORIAL

4 Z INSTAGRAMU

18 PŘEDKRM

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

30 GASTROTOULKY

Vydejte se s Lukášem Hejlíkem na Broumovsko.

70 VÍKEND V POLNÉ

Navštívíme městečko na pomezí Čech a Moravy, kterému dějiny nadělily zajímavou historií a současnost zase dobré podniky a velmi „jedlé“ dožínky.

82 KOKTEJL

Bára Štětinová pro vás našla ty nejkrásnější jedlé květy. Poradí, kdy je sbírat a jak je použít.

88 JITŘNÍ BOHYNĚ

V malém, ambiciózním vinařství Aurora z moravských Šakvic dělají víno postaru a věří v lepší zítřky českého vinařství.

94 TIPY A NOVINKY

96 VÝZVA

Kdo se nejlépe zhostil velikonoční cukrářské Výzvy Míši Landové.

97 REJSTŘÍK A PŘÍŠTĚ

PŘEDPLAŤTE SI GURMET



... a získejte dárek:
poklop na potraviny
+ 2 kuchyňské
chňapky

