

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK
únorový
- 6 REJSTŘÍK + NÁVOD
NA POUŽITÍ APETITU
- 10 UVÍZLO V SÍTI
- 11 RECEPT Z RESTAURACE
špaldové lívance
- 12 NOVINKY
koktejl namíchaný z tipů na nákupy
i kuchařky + VIP dotazník

Pro každý den

- 16 5 VEČEŘÍ
testovaných čtenáři
- 24 ZIMNÍ SALÁTY
Poskládejte si ten nejlepší!

na obálce

Lamingtonky 90



FOTO:

ALENA
HRBKOVÁ

FOOD
STYLING:

MILENA
VOLFOVÁ

DEKOR
STYLING:

MARKÉTA
ZINDULKOVÁ

- 30 MENU PRO EMU
Koko vaří v televizi
- 32 LEDOVÉ KRÁLOVSTVÍ
pohár Horká láska

Škola vaření

- 35 SMAŽENÍ A PLNĚNÍ KOBLIH
krok za krokem
- 36 SEZNAMTE SE...
s lékořicí
- 38 JAK NA TO
květák zapečený v bešamelu
- 40 TIPY & TRIKY
- 42 KAM S NIMI?
třtinová melasa, kokosová mouka,
arašídový olej a konopné semínko
- 44 UČÍME SE OD MISTRA
plněné knedlíky s koprovou omáčkou
z rukou šéfkuchaře Jana Pípala

Sezona

- 50 KDYŽ ZIMA VRCHOLÍ...
... jezte vepřové maso na všechny
možné způsoby
- 58 4x JINAK
využijte zbytky zavařenin z léta
nasladko i naslano
- 62 PIVO NA HORÁCH
reportáž z krkonošského pivovaru

- 66 SEZONNÍ & ČERSTVÉ
co a proč v únoru slavit, jíst a pít
a jak na masopustní speciality

Na víkend

- 70 NEDĚLNÍ HODY
Co jiného si dopřát v neděli než rízky?
- 76 LEHKÉ PŘÍLOHY
jako víkendová inspirace
- 78 HITY SJEZDOVEK
alpské recepty, které milujeme
- 86 KOKOSY NA SNĚHU
dezerty s chutí a vůní dalek

Servis & čtení

- 94 NA NÁVŠTĚVĚ V KUCHYNI
- 97 VÍNO NA MASOPUST
- 98 NOVÁ KUCHAŘKA DITY P.
- 102 MUSÍTE VĚDĚT: ČERNÝ ČAJ
- 104 POTŘEBUJETE TO?
- 108 LIDÉ A JÍDLO
- 110 POHLEDNICE Z NORSKA
- 114 SLADKÁ TEČKA