

Koktejl

všechno, o čem by milovníci dobrého jídla měli vědět

8 TIPY NA NÁKUPY

Přehled kvalitních surovin a dalších zajímavých produktů

9 DO KNIHOVNIČKY

Seznamte se s původními českými kuchařkami, které nabízejí to nejlepší z naší kuchyně

10 TV POŘADY

Nové kuchařské show, které stojí za to!

11 ZNAČKY KVALITY

Jak se v nich vyznat

Hezky česky

recepty z místních a sezonních surovin

12 TOP 10

Desítka typických českých surovin v tradičních i neotřelých receptech

22 MILUJEME BRAMBORÁKY!

Pochutnejte si na bramborácích, křupavých na povrchu a vláčných uvnitř!

26 DOMÁCÍ KNEDLÍKY

Ověřené recepty na knedlíky – houskové, kynuté, bramborové i hrnečkové

28 KAPR NA TALÍŘI

Mezi láskou a nenávisť ke kaprovi existuje jen tenká hranice. S našimi recepty ji snadno překonáte!

34 PODZIMNÍ SALÁTY

Objevte nové kombinace a přidejte do salátů kousek masa, ryby nebo kvalitního sýra

36 VZPOMÍNKA NA KUCHYNI KVĚTY FIALOVÉ

Nahlédněte s námi do Prostonárodní kuchařky herečky Květy Fialové

42 REGIONÁLNÍ POTRAVINY

Potraviny ze všech koutů Čech, Moravy a Slezska, oceněné značkou kvality, a skvělé recepty s nimi

54 OLOMOUCKÉ TVARŮŽKY

Dejte jim šanci!

56 HOSPODSKÁ KLASIKA
Pojďte s naší redakcí na jedno ‚točený‘ a dopřejte si nefalšovaná hospodská jídla, jako jsou tatarák nebo utopenci

64 FENOMÉN MALÝCH PIVOVARŮ
Inspirující příběh Přátelského pivovaru Malešov

66 VAŘÍME S PIVEM
Zveme vás na malou ochutnávku z Knihy o pivu

70 PŘEŠTÍCI ZE SASOVA
Přeštičtí čuníci z Biofarmy Sasov vedou spokojený život, i proto jejich maso chutná naprosto mimořádně

74 NEŽ PŘÍRODA USNE...
Dopřejte si v sychravých dnech hřejivá jídla z darů naší země

82 OMAMNÝ MÁK
S drobnými modrými semínky jsou spojené nepřekonatelné chuťové zážitky z dětství. Kde a jak se mák pěstuje?

84 RECEPTY S MÁKEM
Tři moučníky z Makové kuchařky

86 SLADKÝ BIOŽIVOT HANKY ZEMANOVÉ
Jablečný štrúdl z kuchyně propagátorky biopotravín

88 JAKO OD BABIČKY
Bleskové moučníky na plech

Lidé a jídlo

Lahůdkové čtení a tipy na výpravy za dobrým jídlem

92 TOMÁŠ POPP
Organizátor Plzeňských farmářských trhů a člen národního týmu kuchařů a cukrářů, který se snaží dostat v Plzeňském kraji dobré suroviny mezi lidi

94 KAM ZA POŽITKY
Prozradíme, kam za dobrým jídlem a zážitky

98 KRÁLOVNA MARMELÁD
V půvabné vesničce Čtyřkoly vaří Romana Šafránková originální marmelády, džemy a čatní