

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
únorový
- 4 NÁVOD NA POUŽITÍ APETITU**
- 8 REJSTŘÍK**
- 10 Z REDAKČNÍ POŠTY**
- 11 RECEPT ČTENÁŘE**
italská čočková polévka
- 12 NOVINKY**
redakční koktejl namíchaný z tipů
na restaurace a produkty, o kterých
byste měli vědět

Sezona

- 34 ČESNEK & CIBULE ***
úžasná jídla s typicky ostrou vůní
a nápadně dobrou chutí
- 42 8x ZELENINOVÁ PŘÍLOHA**
zimní zelenina coby neatřelý
doplněk k masu
- 46 LAHŮDKOVÁ JÁTRA ***
skvělá na chuť, skvělá pro zdraví
- 50 DOBROTY DO SPÍŽE**
návykový slaninový džem
- 52 DOMÁCÍ & ČERSTVÉ**
co v únoru nakupovat a jíst

Servis & čtení

- 104 NOVINKY Z OBCHODŮ**
- 105 KUPTE SI ZAJÍCE
V KRABICI**
- 106 KUCHARKA Z OSTROVA ***
- 110 CO MUSÍTE VĚDĚT
O TĚSTOVINÁCH**
- 112 NA NÁVŠTĚVĚ V KUCHYNI**
- 114 POTŘEBUJETE VAFLOVAČ?**
- 116 NEJLEPŠÍ PITÍ NA ÚNOR**
- 118 ZDRAVÍ: PŘIROZENĚ BEZ
LEPKU**
- 120 POHLEDNICE Z CHILE**
- 122 SRDCE NA KONEC**

Pro každý den

- 18 5 VEČEŘÍ**
testovaných našimi čtenáři
- 24 Z LESA A OBORY**
křepelka: kde ji koupit a jak ji
nejlépe upravit
- 28 MOUČNÍK MĚSÍCE**
chlebíček s banánem
a para ořechy
- 30 PÁTEČNÍ PIZZA JÍZDA ***
jak udělat z jedné pizzy večeři pro
celou rodinu nebo party pohoštění pro
partu dětí

Na víkend

- 56 OBĚD PRO ZAHŘÁTÍ ***
hostina pro dny, kdy nechcete
vytáhnout paty z domu
- 62 VALENTÝNSKÁ SNÍDANĚ ***
opulentní snídaně pro dva, kteří milují
dobré jídlo a sebe navzájem
- 69 DOMÁCÍ KLOBÁSKY ***
jak na ně vám ukážou čtyři
pražští řezníci
- 82 PASTA FANTASTICA ***
božské těstoviny pro zimní čas
- 88 UČÍME SE OD MISTRA ***
palačinky & lívance krok za krokem
- 92 USMAŽENO DOZLATOVA ***
koblihy, churros, donuty, fritters,
beignets i boží milosti

na obálce

Krůtí stehna s česnekem a rozmarýnem **35**



FOTO
A. HRBKOVÁ
FOOD STYLING
M. VOLFOVÁ
DEKOR
STYLING
J. STŘÍŽKOVÁ

* Články z obálky mají hvězdičku