

Koktejl

aktuální zprávy, skvělé tipy a dobroty na rozjezd

- 3 ÚVODNÍK**
- 6 REJSTŘÍK**
- 8 Z VAŠICH DOPISŮ**
- 10 RECEPT ČTENÁŘE**
salát s čočkou
- 12 KOKTEJL**
co by vám nemělo uniknout v obchodech
- 14 AKTUALITA**
zveme vás na letošní Grand Restaurant Festival
- 18 U BLOGERKY V KUCHYNI**
blogerka Věruška na vás přenesse svoje nadšení pro špaldovou mouku a naučí vás péct z ní kreky
- 20 PORADNA**
prozradíme vám, jak vypadá originální recept na stroganov, jak ušetřit čas a upéct v troubě několik chodů najednou nebo jak vyžrát na kakaové pusinky

Pro každý den

jídla, která hravě zvládne i zaneprázdňený kuchař

- 24 5 VEČEŘÍ**
pro skvělou kondici
- 32 HOVĚZÍ OHÁŇKA**
uvařte si z ní ten nejlepší vývar!
- 36 DEZERT MĚSÍCE**
pistáciové kostky s mléčnou čokoládou
- 38 LEHKÉ VS. VYDATNÉ JÍDLO**
dvě varianty ze stejných surovin
- 44 RYCHLE & LEVNĚ**
chutná jídla ze svátečních přebytků

Sezona

aneb jak si vychutnat to, co právě teď chutná nejlíp

- 48 PRÁVĚ V SEZONĚ**
- 50 AMERICKÉ BRUSINKY**
- 56 3x CITRONY**
- 60 CELEROVÉ OKOUZLENÍ**
řapíkatý i bulvový celer v nových receptech

Na víkend

vařte a pečte s námi pro radost

- 66 OSLAVUJTE NA HORÁCH**
několikachodové menu z běžně dostupných surovin
- 70 SILVESTROVSKÉ POHOŠTĚNÍ PRO KAŽDÉHO**
pomazánky, tarteletky, špízy s dipy, teplé chuťovky...
- 78 NOVOROČNÍ OBĚD VE FRANCOUZSKÉM STYLU**
oslavte příchod nového roku s jídlem plným francouzského šarmu!
- 84 DAŇČÍ WELLINGTON**
lahodně marinovaná zvěřina zapečená v těstě podle kuchařů z restaurace Hliněná Bašta
- 88 DEJTE SI TO SYROVÉ!**
tataráky & carpaccia z masa, ryb, zeleniny i ovoce
- 92 POD SNĚHOVOU ČEPICÍ**
dezerty, které vypadají jako zasněžené...

Vše kolem jídla

co vám zachutná a co
usnadní práci v kuchyni

100 PRAVDA & LEŽ

O LUŠTĚNINÁCH

102 NA NÁVŠTĚVĚ

u Lucie Pilipové na Zámku Trnová

104 TEST KUCHARŤKY J. OLIVERA

ochutnejte Jamieho Velkou Británií!

108 TEST KRABÍCH TYČINEK

110 TEST KONTAKTNÍHO GRILU

**112 SÝRÁRNA POD HLADINOU
MOŘE**

reportáž z holandské továrny na sýry

114 CENA ČTENÁŘŮ

zvolte nejlepší výrobky roku 2012

118 KAŽDODENNÍ PĚTKA

jak do sebe dostat pět porcí zeleniny či
ovoce za den

122 PŘIPIJTE SI BUBLINKAMI!

sekty: tipy pro každou peněženku

124 ZÁBAVNÝ KVÍZ

128 POHLEDNICE Z FINSKA

130 VIP DOTAZNÍK

život na talíři Lukáše Hejlíka