

úvodem

ÚVODNÍK

o profesionalitě i Valentýnovi 3

REJSTŘÍK

pro vaši snadnou orientaci 6

DORUČENO

vaše dopisy 8

RECEPT ČTENÁŘKY

dort zastudena 9

APETIT UVÁDÍ...

skvělé podniky, akce a zprávy 10

DO KOŠÍKU

jídlo a věci, které stojí za to 12

TIPY A TRIKY

odpovědi na vaše otázky 14

ROZHOVOR

setkání s Gordonem Ramsayem 16

pro každý den

5 VEČEŘÍ

rychlá jídla s vůní dalek 22

10 NÁPADŮ: KARBANÁTKY

klasické i neobvyklé 29

Z MRAZÁKU: KRÉMOVÉ KUŘE NA VÍNĚ

vychutnejte si lahodnou minutku,
masový koláč i houbové těstoviny .. 32

PŘÍLOHY: KŘUPAVÉ I SAMETOVÉ

opékaná kapusta se slaninou
a krémová kaše s čedarem 36

SEZONA: NÁVYKOVÉ OLIVY

prastará pochutina na sedm
báječných způsobů 38

ÚNOR

co stojí za ochutnání právě teď 46

ŠÉFKUCHAŘ U VÁS DOMA

opomíjená masa v podání Jaroslava
Sapíka nadchnou i vás! 48

MALÁ ŠKOLA VAŘENÍ

gratinovaná zelenina 54

na víkend

DENÍK DITY P.

objetí & polibky aneb můj
sladký Valentýn 62

STORY: ČÍNSKÝ NOVÝ ROK

užijte si s námi všechny klady
elegantní čínské kuchyně 68

PRO PŘÁTELE: DÁMSKÁ JÍZDA

pozvěte kamarádky na labužnický
večírek podle našich receptů 76

DEZERTY: PALAČINKOVÁNÍ

skvělé dezerty s palačinkami: dort,
šarlota, balíčky, roláda a špízy 82

servis pro vás

KUCHYNĚ: PARTY U SPORÁKU

vybavujete kuchyni? inspiraci
najdete v naší nové rubrice **91**

PRODUKTY: HRNCE A PÁNVIČKY

vybavte si kuchyni ve svém stylu **.94**

PRODUKTY

řízný křen ve všech podobách **100**

TEST

zkoušeli jsme, jak chutnají
'játrové' paštiky **101**

LIDÉ A JÍDLO:

Stáňa v říši divů **102**

DRINKY

vína za dobrou cenu **104**

APETIT NA CESTÁCH

Hradec Králové a okolí **106**

BIO MARKET

novinky ze světa biopotravin
vybírá Hanka Zemanová **114**

ZELENÝ ŽIVOT

co je slow food? **116**

ZDRAVÍ

afrodiziaka v kuchyni **117**

BEZE ZBYTKU

jak s chutí zužitkovat
zbylé zásoby **122**