

úvodem

ÚVODNÍK

narozeninový 3

REJSTŘÍK A ADRESÁŘ

pro vaši snadnou orientaci 6

APETIT UVÁDÍ...

skvělé podniky, akce a zprávy 8

DO KOŠÍKU

jídlo a věci, které stojí za to 10

DORUČENO

z vašich dopisů, testující
dobrovolníci a recept čtenáře 12

TIPY A TRIKY

radý na muffiny a jak redukovat 14

TEST

která rajčata v konzervě nám
nejvíc chutnala? 16

TEST

nejzajímavější grilovací pánve 18

HORKÁ BRAMBORA

dočká se Praha tržnice? 20

pro každý den

5 VEČEŘÍ

snadné jarní večere 24

ZDRAVÁ VOLBA

rybičko zlatá, přeju si
aneb skvělé rybí recepty 30

Z JEDNOHO HRNCE

syté jídlo pro vegetariány:
gruzínský adžabsandal 35

MALÁ ŠKOLA VAŘENÍ

bliny jako geniální pohoštění
na party 36

10 NÁPADŮ

muffiny sladké i slané 43

sezona

REBARBOROVÉ RABOVÁNÍ

vychutnejte si lahůdkovou zeleninu,
která se jí jako první jarní ovoce 48

SVĚŽÍ PŘÍLOHY

nové kombinace, čerstvé suroviny ... 57

JAK CHUTNÁ MÁJ...

dokonale křupavá, zelená a šťavnatá
jídla, kterým neodoláte 58

KVĚTEN

co stojí za ochutnání právě teď 62

na víkend

I ♥ APETIT

jak slaví narozeniny naše redakce ... 66

KROK ZA KROKEM

tikka masála s rýží 79

DENÍK DITY P.

mozzarella doma – ověřený návod
a tři skvělá jídla 84

NA VÝLETĚ

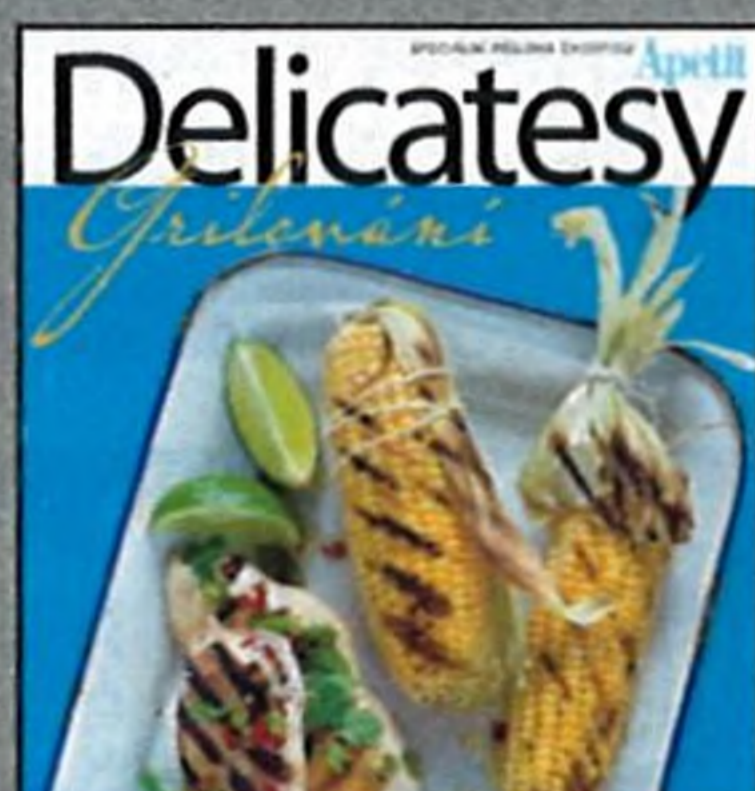
zabalte s sebou oblíbená dětská jídla
a vydejte se na cestu vlakem 90

DEZERTY

všichni je milujeme: nejlepší štrůdly,
perníky a bábovky 96

DRINKY

podlehnete růžové mánii 102



grilování

DELICATESY

speciální přílohu najdete mezi stranami 82 a 83

přečtete si

KUCHYŇ

v kuchyni mám celý svět! říká
úspěšný kuchař Peter Gordon **105**

LIDÉ A JÍDLO

před foťákem, za foťákem...
všichni musí stát!..... **110**

APETIT NA CESTÁCH

kulinární toulky Brnem v podání
Chilli Julie + krajevý recept..... **114**

BIOMARKET

novinky ze světa biopotravin
vybírání Hanka Zemanová **122**

ZELENÝ ŽIVOT

jeden koš odpadků za rok, Jamieho
péče o čuníky, voda z kohoutku ... **124**

POSLEDNÍ SLOVO

Hollywood přeje Apetitu **130**