

úvodem

ÚVODNÍK

o snech a o loučení.....3

REJSTŘÍK A ADRESÁŘ

pro vaši snadnou orientaci.....6

APETIT UVÁDÍ...

skvělé podniky, akce a zprávy8

DO KOŠÍKU

jídlo a věci, které stojí za to 10

DORUČENO

z vašich dopisů, testující
dobrovolníci a recept čtenáře 12

TIPY A TRIKY

k zavařování a džemům 14

HORKÁ BRAMBORA

co jste (ne)chtěli vědět o zmrzlině ... 16

TEST

který hmoždíř vám půjde do ruky ... 18

TEST

bbq omáčky, hořčice, majonézy,
tatarské omáčky a kečupy 20

pro každý den

5 VEČEŘÍ

užijte si po práci rychlá jídla
s vůní prázdnin 24

Z GRILU

skvělé letní špízování na osm
způsobů 30

Z JEDNOHO HRNCE

zeleninové casserole 33

MALÁ ŠKOLA VAŘENÍ

připravte si dezert snů: křupavou
a vláčnou pavlovu 34

10 NÁPADŮ

domácí džemy pro nedočkavce
i trpělivé 41

sezona

KŘUPAVÉ SALÁTY

lehké letní obědy, které skvěle
vypadají i chutnají 46

ITALSKÉ LÉTO

tři geniální přílohy na žhavou
grilovací party 54

ČERVENEC

co stojí za ochutnání právě teď 56

na víkend

ŘECKÁ ODYSEA

naservírujte rodině či přátelům
pravou řeckou hostinu..... 60

DENÍK DITY P.

moje nejmilejší..... 72

OBĚD NA PLÁŽI

kompletní menu pod slunečnák..... 78

KROK ZA KROKEM

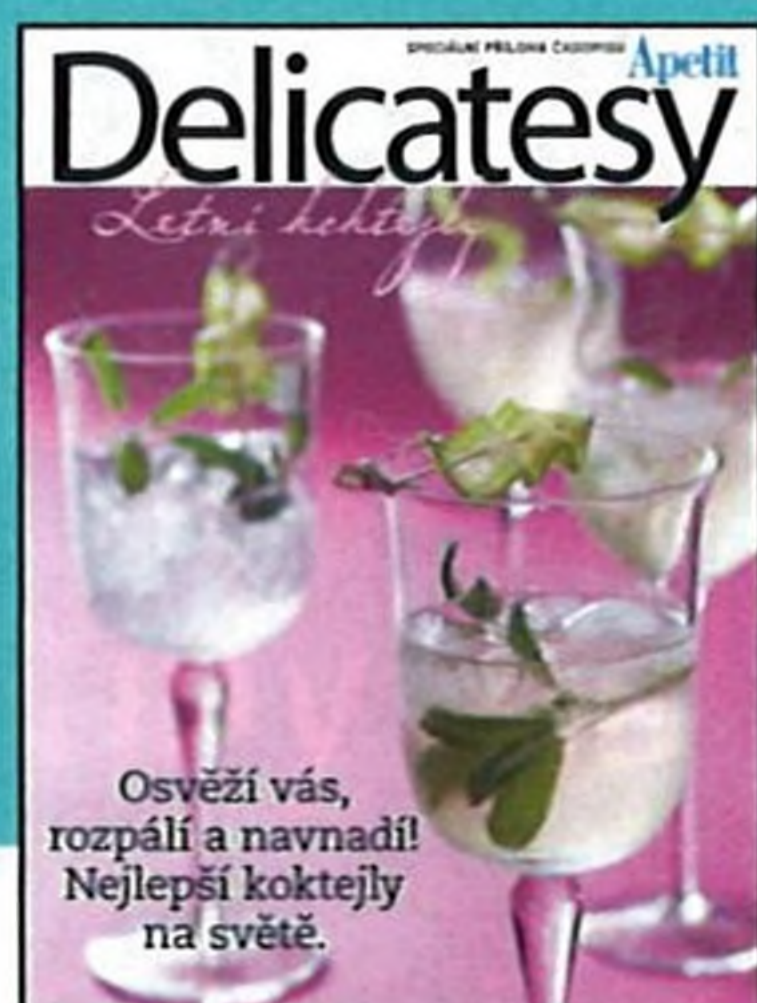
paella s mořskými plody 84

DEZERTY

zchlaďte se semifreddem
čili napůl chladnou zmrzlinou 88

DRINKY

co pít v Itálii a ve Španělsku 96



letní koktejly

DELICATESY

speciální přílohu najdete mezi stranami 98 a 99

přečtete si

KUCHYŇ

vařím v centru dění, říká šéfkuchař
Giorgio Locatelli 99

LIDÉ A JÍDLO

Prague Food Festival na vlastní
kůži 102

APETIT NA CESTÁCH

kulinární toulky Beskydami
+ krajevý recept 106

BIOMARKET

novinky ze světa biopotravin
představuje Hanka Zemanová 114

ZDRAVÍ

hravě zdravé grilování 116

SLADKÁ TEČKA

sušenková zmrzlina 122