

NA TITULNÍ STRANĚ

Obláčkový čokoládový dort, příloha str. 4

SLEDUJTE ZNAČKY

- ❄ Podle vločky v záhlaví receptu poznáte, že jídlo můžete bez obav zmrazit pro pozdější potřebu.
- ✂ Takhle označená jídla se naopak k mražení vůbec nehodí.
- ✓ Zelené věčko označuje jídla pro vegetariány.

úvodem

ÚVODNÍK

o staronových novinkách 3

REJSTRÍK

pro vaši snadnou orientaci 6

DORUČENO + ČTENÁŘI TESTUJÍ

dopisy, kulinární životopisy, adresář 8

TRENDY A NOVINKY

úžasné věci, podniky a dobré zprávy . . . 10

TIPY A TRIKY

udržte to v teple, těstoviny
a hladká kaše 14

RECEPT ČTENÁŘKY

žloutkové košíčky 15

pro každý den

5 VEČEŘÍ: UVAŘENO DO PŮL HODINY

rychlá jídla s vůní dalek 18

SEZONA: DÝNĚ – TĚŽKÝ KALIBR

prozárí kuchyni i talíř 24

SEZONA NÁKUPY: LISTOPAD

co láká k ochutnání právě teď + výlety . 35

DĚTI V KUCHYNI

bananarama 36

SEZNAMTE SE: DOMÁCÍ PEKÁRNY

co všechno za vás udělá jediný stroj . . . 43

MALÁ ŠKOLA VAŘENÍ

omáčky k masu 50

10 NÁPADŮ: BÁJEČNÉ KAŠE

jako příloha i samostatný pokrm 57

víkend

STORY: UPEČTE SI MASO... POMALU

čím déle zůstane v troubě, tím lépe. . . . 62

DENÍK DITY P.:

když nastane Den díkůvzdání 74

KROK ZA KROKEM

fazolová polévka 83

PRO PŘÁTELE

vzpomínky na Afriku 86

DEZERTY: DORTÍKY SNŮ

zákusky, které milují v Sexu ve městě. . 93

servis pro vás

PRODUKTY: ČAJOVÝ DÝCHÁNEK

odpočiňte si u šálku lahodného nápoje 104

PRODUKTY: ČAJ O PÁTÉ

výbavička na posezení. 110

TEST

domácí chléb bez námahy. 116

BIO: PICKLES

osvědčené recepty Hanky Zemanové . 119

REPORTÁŽ

sejdeme se U Myšáka 124

VÍNO

jaké víno se hodí k pečenému masu . . 126

ZELENÝ ŽIVOT

hospodařte s jídlem! 129

ZDRAVÍ

připravte se na útok bacilů 130

SLADKÁ TEČKA

čokoládovo-pomerančový dezert 138

příloha čokoláda

DELICATESY

najdete mezi stranami. 82 a 83