

# 16

Pikantní kuřecí  
prsíčka



## PRO KAŽDÝ DEN

# 38

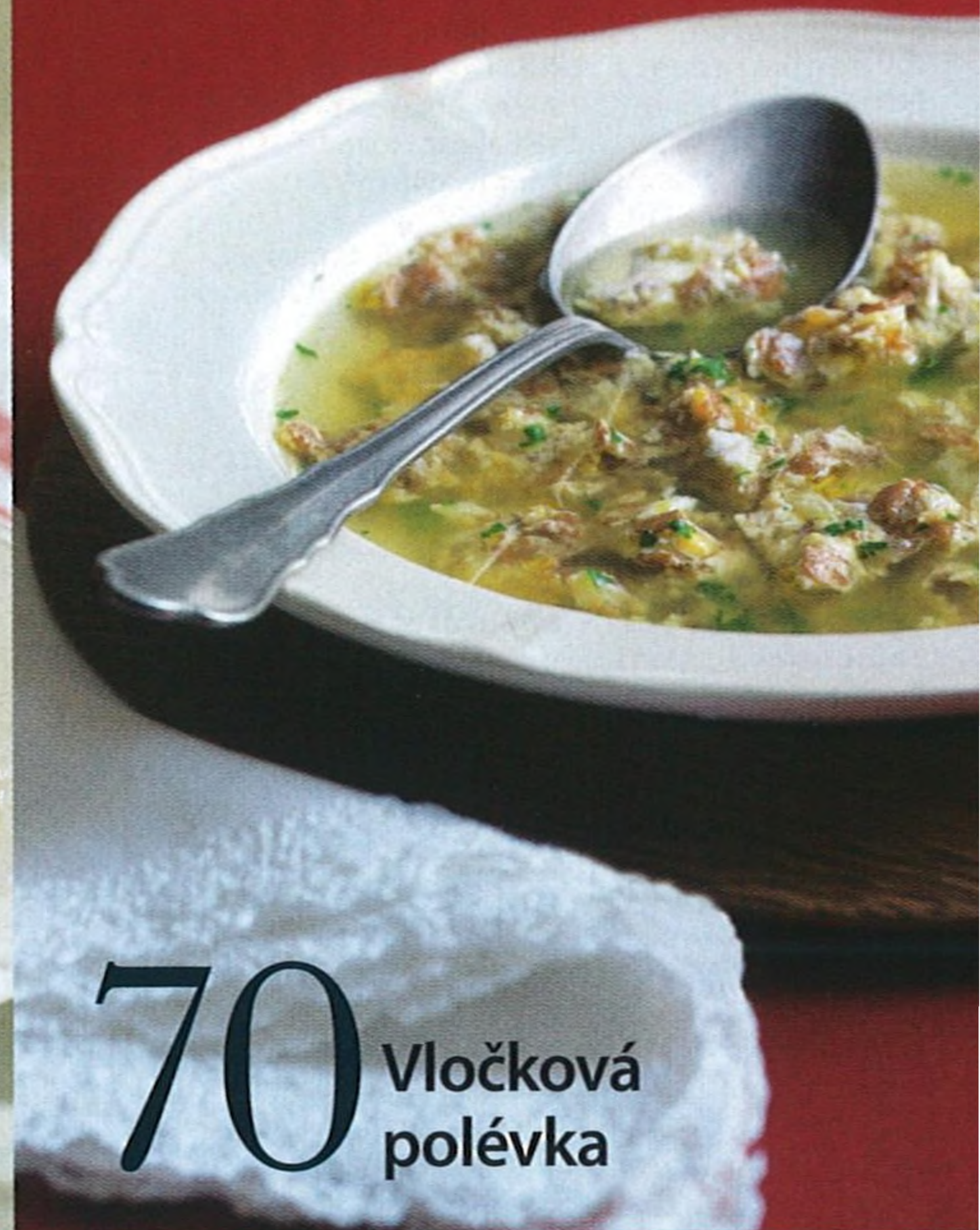
Bramborová buchta  
s mandlemi



## SEZONA

# 70

Vločková  
polévka



## VÍKEND

- 14** **5 večeří od pondělí do pátku**  
Maximálně za dvacet minut servírujete!
- 20** **4x jinak olomoucké tvarůžky**  
Aromatické nápady k večeři i na večírek
- 22** **Naučte se připravit knedlík** Housková varianta bez prášku i bez kvasnic – snadno a rychle!
- 24** **10 nápadů s cizrnou**
- 27** **Dětské poháry**  
Delikátní vrstvení, které potěší nejen vaše ratolesti

- 35** **Hity měsíce**  
Lahůdkový podzim: kapustové karbanátky, kuře na jeřabinách, křupavý ořechový koláč a bramborová buchta s mandlemi
- 40** **Slavnosti baklažánů**
- 44** **Co si užít v říjnu**

## KAŽDÝ MĚSÍC

- 1** **Úvodník**
- 4** **Rejstřík receptů**
- 6** **Vaše dopisy**  
+ testující čtenáři
- 8** **Z domácí kuchařky**  
Premiérové buřty v pivě
- 10** **Pepř & sůl**
- 104** **První pomoc + adresář**

- 64** **Vychutnejte si slovenský oběd**  
Nahlédněte do kuchyně našich nejbližších sousedů
- 68** **Deník Dity P.**  
Ze sešitu mé babičky
- 73** **Krok za krokem**  
Báječná domácí sekaná
- 76** **Milujeme bábovky!**  
Tři dezerty ve formě

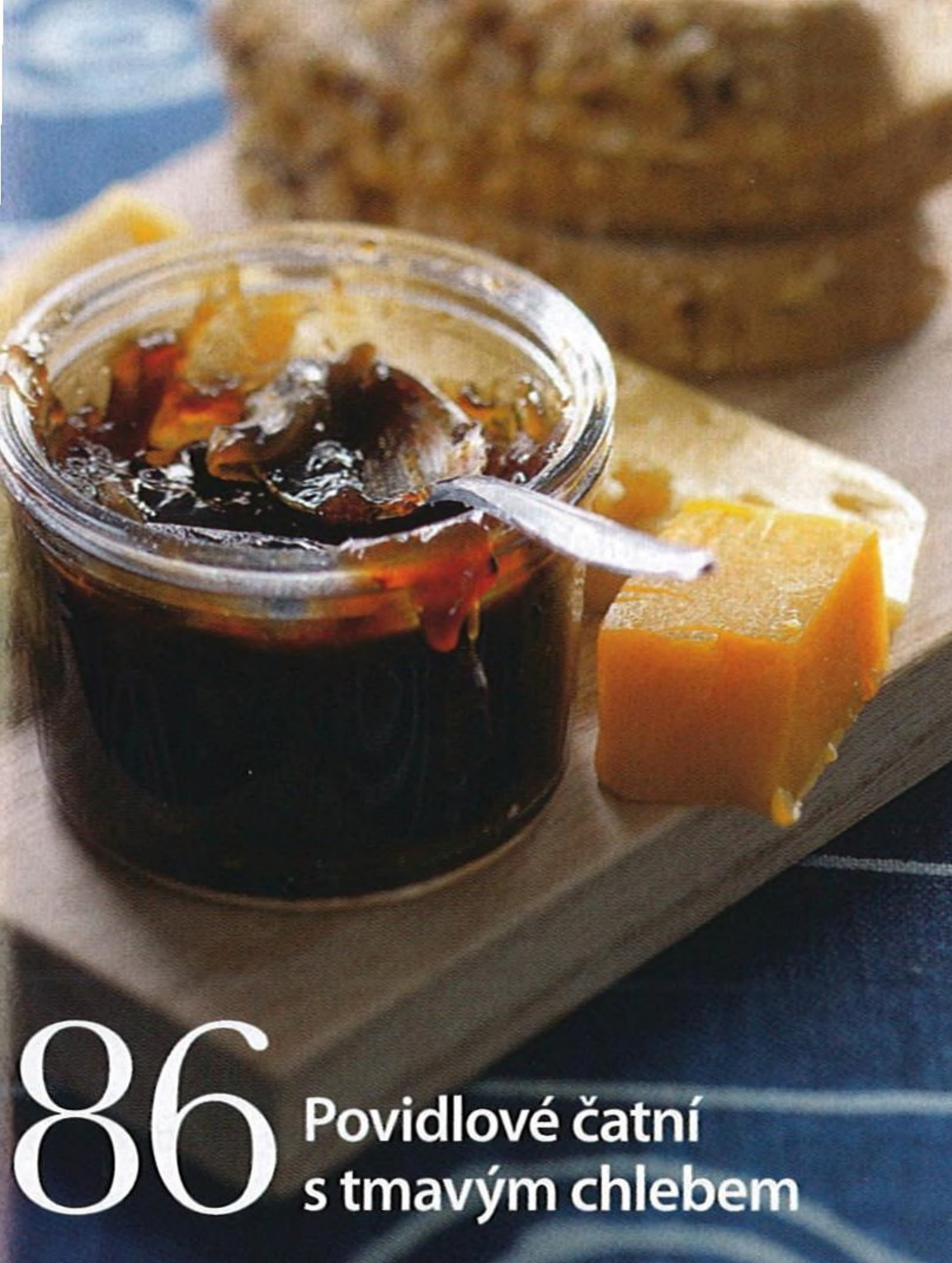
## SPECIÁL

- 51** **Česká klasika**  
Desatero specialit české kuchyně

## PŘÍLOHA

- Sušenky**  
17 dobrot, z toho 7 slaných





# 86 Povidlové čatní s tmavým chlebem

## LAHŮDKOVÉ ČTENÍ

- 94 Jídla s erbem**  
Škvařené vepřové sádlo
- 96 30 reprezentantů národního týmu**  
Pocta těm nejvyhlášenějším tuzemským výrobkům

## ZDRAVÝ ŽIVOT

- 88 Bio a zdravě: kukuřice**
- 90 Proč nám svědčí jiná strava než Eskymákům**  
Prozrazuje Hanka Zemanová
- 92 Zelený život**  
Nová rubrika plná praktických ekologických tipů a rad – tentokrát na téma ‚jak chytře recyklovat‘

# 53 Smažené vepřové řízky



**EXTRA PŘEDPLATNÉ APETIT DIGITAL**

Nabízíme vám náš časopis i v digitální podobě! A známe nejméně tři důvody, proč si ho předplatit.

**Ušetříte peníze** – Appetit Digital je o 49% levnější než tištěná verze.

**Ušetříte místo** – časopis nezabere žádný prostor, kromě složky v počítači.

**Nebudete čekat** – časopisem budete v počítači listovat dříve, než si ho ostatní koupí ve stánku.

[www.hf.cz/predplatne/apetit/](http://www.hf.cz/predplatne/apetit/)

## NÁKUPY & TESTY

- 80 Testujeme povidla**
- 81 Testujeme knedlíky v prášku**
- 82 Novinky měsíce října**
- 83 Nejlepší vína pro tento měsíc**
- 84 Co podniknout s povidly**  
Ladí s bramborovými plackami, masem i koláčky



**RECEPT Z OBÁLKY**  
Špekové knedlíky, strana 61