

- 2 | **I Rejstřík receptů**
+ rady, na co si dát pozor,
aby se vaření podařilo
- 4 | **I Pepř a sůl**
Aktuální a delikátní akce,
dárky a potraviny
- 6 | **I Získejte maximum
informací** Jak se orientovat
v našich receptech
- 88 | **I Ted'vaříte vy**
Stránka vašich tipů, rad
a postřehů + adresář míst, kam
se vypravit pro vybrané
lahůdky, nádobí a náčiní

Ještě dnes večer

- 8 | **I 5 večeří od pondělí
do pátku** Rychlá, neotřelá,
skvělá jídla na celý pracovní
týden
- 14 | **I Steaky 4x jinak**
Jak upravit to nejlepší hovězí
- 16 | **I Rychlý nápad**
Vždy skvělý losos, jak ho ještě
neznáte: s celerovým pyré
- 18 | **I Dort měsíce: piškot
s květy** Ochutnejte jarní dezert
s pravými kvítky

Prima sezona

- 20 | **I Kalendář na květen**
Na co se můžete těšit, do čeho
se pustit a na čem si smlsnout
- 22 | **I Zadáno pro labužníky:
nové recepty na nové
brambory** Konečně jsou tady!
Jak si je nejlíp vychutnáte?
- 56 | **I 6 nejlepších nízkotučných
receptů** Skutečné lahůdky,
po nichž nepřiberete ani gram
- 86 | **I Udělejte si v těle pořádek!**
Návod na tu nejchutnější
čtrnáctidenní očištnou kúru

Vaření pro zábavu

- 26 | **I Trochu jinak
knedlo-vepřo-zelo**
+ dezert: tvarohový koláč
nedělní oběd v osvěženém
stylu našich prababiček

- 46 | **I Pohoštění vemte
s sebou** Recepty a rady, jak
uspořádat labužnickou party
a rozdělit si s přáteli přípravy
- 76 | **I Zázvor – zázračné koření**
Pět exoticky řízných pochoutek
- 80 | **I Nejvyšší pocty pro Mistra
cukráře Ladislava Blažka**
O životě a díle dlouholetého
cukráře z Puppů + originální
recept exkluzivně pro čtenáře
Apetitu

Svatební speciál

- 33 | **I Jedna svatba a šest chodů**
Chystáte svatbu? Inspirujte se
naším kompletním menu
- 40 | **I Tady sedím já**
Nápady, jak vtipně označit
pořadí u sváteční tabule

Krok za krokem

- 42 | **I Pravé italské rizoto**
Fabio Testa přijel až z Itálie, aby
vás naučil potřebné triky
- 53 | **I Vláčné, voňavé, jedinečné
a vždycky skvělé brownies**
Čokoládové pečení po americku
- 62 | **I Salát Caesar**
Největší salátová klasika
v podání šéfkuchaře Zdeňka
Pohlreicha

Nákupy

- 68 | **I Novinky měsíce května**
Čtěte, než vyrazíte na nákup
- 70 | **I Test: parmazán**
Jak poznat originál a čím ho
případně bez obav nahradit
- 71 | **I Test: vegetariánské
'hotovky'** Co si bez obav dát
k mikrovlnkovému obědu bez
masa? Ochutnali jsme za vás
- 72 | **I Ustoupí korek kovu?**
Dobré víno v lahvi se šroubova-
cím uzávěrem?! Ano! A víme
proč
- 75 | **I Test: vývrtky na víno**
Stylové i ryze praktické – které
dáte přednost?