



Foto na obálce Marek Bartoš  
Gourmet si můžete koupit  
i v elektronické verzi  
na [mojepredplatne.cz](http://mojepredplatne.cz)

# recepty

## 10 CO JÍST V BŘEZNU

Přivolejte jaro pořádnou náloží salátů ze zeleniny, která je dostupná už nyní.

## 30 POCTIVÉ ČESKÉ VÝVARY

Ruku na srdce: opravdu umíte udělat ten nejzákladnější pokrm české kuchyně? Máme pro vás vyzkoušené recepty na skvělé vývary, které už nikdy nebudete chtít vařit jinak.

## 44 JÁ, KOBLÍŽEK, KOBLÍŽEK

Koblíhy z celého světa a jedna vypečenější než druhá. To bude letos opravdu krásný masopust!

## 56 VODNÍ HOSPODAŘENÍ

Napadlo by vás, že rybí maso vyjde levněji než vepřové, nebo dokonce hovězí? Nalistujte naše recepty a rovnou se pusťte do vaření.

## 62 ČESKÁ „ČÍNA“ NENÍ ČÍNA

Dagmar Heřtová zapátrala v kulinární historii a zjistila, kudy a jak se do Česka dostávaly originální čínské suroviny i jak se zde před mnoha desítkami let dařilo čínským restauracím.

## 70 DOBRÉ JÍDLO KAŽDÝ DEN

Nejnovější kuchařka z pera Zdeňky Pohlreicha je plná jednoduchých, ale rozhodně zajímavých jídel pro všední den, když máte pocit, že vás inspirace nechala ve štychu.

## 86 SNADNÉ A RYCHLÉ VAŘENÍ

Nápady pro každodenní vaření, které netrvá déle než půl hodiny.

# naučíme vás

## 24 PUNČOVÉ ŘEZY

Zákusek dříve plný cukru a potravinářského barviva umí Míša Landová úplně jinak. Naučte se podle ní punčové řezy plné ovocné chuti a kvalitního alkoholu.

## 84 ROLÁDA LOUKY KVĚT

Cukrářka a technoložka Zlatka Otavová je nekorunovaná královna české cukrařiny. Vymýšlet sladké receptury je její hlavní práce. Proto se můžete spolehnout, že její recept bude fungovat neprůstřelně.

# téma

## 36 VÁŠEŇ OD DRUHÉHO SOUSTA

Šéfkuchař Jan Davídek propadl kouzlu thajské kuchyně nejen jako konzument. Pustil se i do soutěžení a domů si vozí zlato. V rozhovoru prozradí mimo jiné,

jaké bylo vařit z ryb, které nikdy předtím neviděl.

## 50 PRAVÁ RYBÍ DNA

Seznamte se s restaurací, která je doslova synonymem pro italskou rybí kuchyni.

## 64 BEZMASÝ ŽIVOT

Jím jako vegetarián a ani o tom nevím. V blízké době nás čeká dost zásadní změna jídelníčku, a pokud by toto byl váš případ, máte o starost méně. Co můžeme očekávat a jak se na nový trend připravit?

## 76 SKLADOVÁNÍM PROTI PLÝTVÁNÍ

Úklid nákupu a pořádek ve spíži jsou stejně důležité jako samotné nakupování potravin. Bára Štětinová připravila šikovný přehled tipů a triků, jak si účelně zorganizovat zásoby.

# servis

## 3 EDITORIAL

## 4 Z INSTAGRAMU

## 18 PŘEDKRM

Víme, co v březnu ochutnat, kam zajít a co si pořídit.

## 28 MOJE SRDCOVKY

Lukáš Hejlík vám představí to nejlepší, co můžete ochutnat na Slovácku a v magických Bílých Karpatech.

## 43 VÝZVA

Které Máničky podle receptu Míši Landové to nejvíc slušelo a stala se vítězkou únorové cukrářské Výzvy?

## 82 KOKTEJL

Bára Štětinová v březnu sbírá a klíčí. Podělí se s vámi i o doporučení pro jarní očistu těla a vychytané kombinace na smoothie.

## 92 SÁZKA NA CUVÉE

Malé rodinné vinařství Víno Holec vsadilo na vína ze směsi odrůd, za kterými se vyplatí dojet do Dolních Dunajovic. Ubytovat se můžete rovnou u Holcových v rodinném penzionu.

## 94 VÍKEND V KOLÍNĚ

Jeruzalém nad Labem, hostinec „Otce vlasti“, a teď na jaře hlavně medvědí česnek. To všechno jsou lákadla útulného města na břehu naší největší řeky.

## 96 TIPY A NOVINKY

## 98 REJSTŘÍK A PŘÍŠTĚ

