

## Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
- 6 REJSTRÍK + NÁVOD NA POUŽITÍ APETITU**
- 10 UVÍZLO V SÍTI**
- 12 TRENDY ZE SÍTÍ**  
nová rubrika s receptem ze sociálních sítí, který jsme museli vyzkoušet – Fitness zmrzlina z cottage
- 14 KOKTEJL**  
namíchaný z novinek, tipů na nákupy i restaurace

## Pro každý den

- 18 5 VEČEŘÍ NA PRÁZDNINY**  
superrychlá svěží inspirace
- 26 ZDRAVĚ S NADHLEDEM**  
pečené kuře s krémovým špenátem

## Škola vaření

- 32 OKRA**  
plody ibišku jedlého jsou chutnou zeleninou
- 34 CUKRÁŘSKÁ AKADEMIE**  
Helena Fléglová radí, jak na želírování a zahušťování
- 40 SKROMNÉ JÍDLO**  
vaříme 3 vyvážené porce do 70Kč: fazolky na smetaně s vejci

## Sezona

- 42 CO JÍST V SRPNU**  
z darů moře – sardinky, treska, plody moře a chobotnice
- 50 SALÁTY DO SKLA**  
na malý hlad nebo na cesty se budou hodit zeleninové saláty připravené do sklenic
- 52 RAJČATA VS. CUKETY**  
inspirace, jak netradičně zpracovat nejznámější zeleninu českých zahrádek

## **BILLA** TOFU BURGER

## Na víkend

- 66 LENIVÝ OBĚD S VÍNEM**  
krutí balíčky s pečenými bramborami, krevety v bublinách, salát s rybízem, jahodové semifreddo... vše spárované s vínem
- 76 ITALSKÉ LÉTO**  
briošky maritazzi, smažené polštářky gnocco fritto, focaccia s rajčátky, věnečky Zeppole di San Giuseppe, trubičky cannoli
- 86 HŘÍŠNÉ RADOSTI**  
koktejly v podobě dezertu – Bloody Mary nanuky s melounem, Aperol Spritz trifle, Bellini tartaletky s proseccem a broskvemi

## Vše kolem jídla

- 98 PIKNIKOVÉ CHUTĚ**  
12. Appetit piknik je za námi. Co všechno návštěvníci mohli ochutnat a kolik jich přišlo?
- 102 NA NÁVŠTĚVĚ**  
střípky Francie – česko-francouzský pár spojil kuchyni a obývací pokoj
- 104 GLOSA ANNY GROSMAŇOVÉ**  
foodbloggerka se zamýšlí, jestli je lepší rajče, nebo cuketa
- 106 ŠKOLA FOCENÍ**  
v 2. dílu fotografka Alena Hrbková ukáže, jak pracovat se světlem
- 110 ZMRZLINA OD PÍKY**  
jak vybrat zmrzlinovač pro domácí výrobu téhle sladké pochoutky
- 112 ZA VŮNÍ KÁVY**  
reportáž z kávové plantáže v Mexiku
- 122 SLADKÁ TEČKA**  
borůvkovo-tvarohový koláč



## na obálce

Zmrzlina z cottage à la malinový cheesecake str. 12

FOTO: ALENA HRBKOVÁ