

Koktejl

- 3 ÚVODNÍK**
**6 REJSTŘÍK + NÁVOD
NA POUŽITÍ APETITU**

- 10 UVÍZLO V SÍTI**
12 TRENDY ZE SÍTÍ
recept ze sociálních sítí, který
jsme museli vyzkoušet – obrácený
banánový koláč z pánve
14 KOKTEJL
namíchaný z novinek a tipů

Pro každý den

- 20 5 VEČEŘÍ**
rychlá jídla – italská svatební polévka,
ryba s citronovo-máslovou omáčkou,
pečená zelenina s kuřetem
30 ZDRAVĚ S NADHLEDEM
snadné semínkové bulky

Škola vaření

- 36 SEZNAMTE SE...**
yuzu – ovoce podobné citronu
podporuje imunitu, připraví se z něj
osvěžující limonáda i horký čaj
38 CUKRÁŘSKÁ AKADEMIE
Helena Fléglová poradí, jak připravit
dokonalý korpus
42 SKROMNÉ JÍDLO
kapusta s bramborami a klobáskou

- 44 OTÁZKY & ODPOVĚDI**
co se zbylou vánočkou a jak
zužítkovat vánoční cukroví

BILLA VE STYLU TAPAS

Sezona

- 46 CO JÍST V LEDNU**
jídla z luštěnin – koule z černé čočky,
pomazánka z hnědé čočky, perský
hrnec s cizrnou a masem
56 POLÉVKOVÁ VZPRUHA
čočková polévka s růžičkovou
kapustou
58 SALÁTOVÉ VYDÁNÍ
zelenina s pikantní zálivkou,
výrazným kořením i pečená v troubě
66 KALENDÁŘ
co jíst a kam jít v lednu

Na víkend

- 70 MEJDAN ROKU**
redakce Apetitu slavila silvestra,
zkuste kukuřičné kuličky, opilé
švestky nebo špenátové taštičky
82 OBĚD NA NEDĚLI
zahřejte se dýňovou polévkou,
hovězími líčky na víně nebo lívanci
90 OPILÉ DOBROTY
alkohol nepatří jen na bar, slaným
i sladkým pokrmům dodá chuť

- 96 LEDOVÉ KRÁLOVSTVÍ**
dezerty připravené ze zmrzliny

Vše kolem jídla

- 106 GLOSA ANNY GROSMAHOVÉ**
foodbloggerka se zamýšlí nad tím, jak
vylepšit experimentování s domácí
přípravou oblíbených jídel
108 NA NÁVŠTĚVĚ
kuchyně v domě, kde se potkává
venkovský styl s moderním
110 PIKNIKOVÉ VYHLÍŽENÍ ZIMY
reportáž ze Zimního Apetit pikniku
116 KÁVA Z TURÍNA
italské město je plné starobylých
i moderních kaváren
120 ŠVÝCARSKO
7 důvodů, proč se vydat do země hor,
sýrů a spolehlivých vlaků
132 POD ČEPICÍ
rýžový nákyp s hroznovým vínem



na obálce

Čočková polévka
s růžičkovou kapustou,
str. 56

FOTO: IMAGE
PROFESSIONALS