

## Koktejl

- 5 ÚVODNÍK**
- 8 REJSTŘÍK + NÁVOD  
NA POUŽITÍ APETITU**
- 12 UVÍZLO V SÍTI**
- 14 TRENDY ZE SÍTÍ**  
recept ze sociálních sítí, který jsme museli vyzkoušet – pečené suši
- 16 KOKTEJL**  
namíchaný z novinek a tipů
- 24 CESTA KÁVY**  
o kávové mixologii, mýtech a trendech s ambasadorkou Nespressa

## Pro každý den

- 26 5 VEČEŘÍ Z PRVNÍ ÚRODY**  
zapojte křehký mangold, kedlubny, pórek či ředkvičky
- 36 SEZNAMTE SE...**  
jemný a lahodný cottage sýr
- 38 SKROMNÉ JÍDLO**  
těstoviny s omáčkou z pečené mrkve



## na obálce

Narozeninové dorty od Heleny Fléglové, str. 42

FOTO: ALENA HRBKOVÁ

## Apetit slaví

- 42 20. NAROZENINY**  
Helena Fléglová pro nás upekla tři úchvatné dezerty: malinovo-citronový dort, pistáciové dortíky fraisier a dort zelené jablko
- 50 ROZHOVOR**  
s Helenou Fléglovou o české cukrařině, která umí být světová
- 54 JÍDLO MÉHO SRDCE**  
jídla s příběhem od našich spolupracovníků

## Sezona

- 66 CO JÍST V KVĚTNU**  
hvězdou sezony je chřest – zelený, bílý, v polévce i na grilu
- 78 4x KUŘÁTKO**  
po francouzsku, španělsku, řecku i asijsku
- 86 KALENDÁŘ**  
které potraviny mají svátek a kam jít

## Na víkend

- 88 OBĚD PRO MAMINKU**  
svěží recepty, kterými se blýsknete
- 96 KDYŽ VÁS HONÍ MLSNÁ**  
dokonalá brownies, piškotová roláda, bábovka Savoy a povidloň

## Vše kolem jídla

- 104 NA NÁVŠTĚVĚ**  
neotřelá kombinace modré a růžové
- 106 ČISTÁ VODA**  
redaktorka Darina zkoumala, jak nejlépe filtrovat kohoutkovou vodu
- 108 JAK SE VAŘÍ APETIT**  
speciální reportáž ze zákulisí Apetitu – od výběru témat přes testování receptů po finální úpravu časopisu
- 118 GLOSA ANNY GROSMAŇOVÉ**  
můj život s Apetitem
- 120 APETIT SLAVÍ 20 LET**  
ikonické recepty, které vás inspirovaly – tentokrát objevování nových surovin a kokosovo-mrkvová polévka
- 122 ZLATÝ PEKAŘ**  
příběh Vojtěcha Vrtilsky, vítěze pořadu Peče celá země + recept na pistáciový páj s meruňkami
- 126 ZDRAVĚ S NADHLEDEM**  
cheesecake z granoly a ricotty
- 128 PANKÁČ NA CESTÁCH**  
ukázka z netradiční kuchařky
- 136 SEDM TIPŮ, PROČ NAVŠTÍVIT...**  
New York s Martinou Formanovou
- 140 MIX CHUTÍ**  
inspirace do kuchyně
- 146 SLADKÁ TEČKA**  
ledový čaj s limetou a mátou