



FOTO NA OBÁLCE:

Marek Bartoš.

Gurmet si můžete koupit i v elektronické verzi na [mojepredplatne.cz](http://mojepredplatne.cz)



## Recepty

- 10 LETOS JE TO NA HOUBY**  
Připraveni? Houbařská sezona je tu a s ní naše nabídka kreativních receptů na houbové hody.
- 30 U NÁS NA STATKU**  
Vařili jsme a fotili na statku u našeho fotografa Marka Bartoše, který se s vámi podělil o své oblíbené letní recepty.
- 38 CHLAD JE NEJLEPŠÍ KUCHAŘ**  
Vyzkoušejte zmrzlinové dezerty v té nejlepší podobě.
- 44 DIETA MEDITERRANEA PODLE MAURA RUGGIERA**  
Naučte se vařit jako ve Středomoří, kde strava umí prodlužovat život a udržet štíhlou linii.
- 70 BRITSKÁ IKONA: FISH AND CHIPS**  
Jak se staly součástí britské politiky a proč je premiér Winston Churchill označil za „dobré spolčníky“, zkoumala Dagmar Heřtová.
- 62 DEN BEZ MASA**  
Vynechte v jídelníčku maso a prospějte zdraví i planetě. V této rubrice vaříme s šéfkuchařkou Miluší Makó.
- 74 BIBLE SLAVNOSTNÍHO PEČENÍ**  
Kristina Lund, alias Děvče u plotny, vydala novou kuchařku. Je celá o dortech a měl by si ji koupit každý, kdo to s domácím pečením myslí vážně.
- 80 SNADNÉ A RYCHLÉ VAŘENÍ**  
Nápady pro každodenní vaření, které netrvá déle než půl hodiny.

## Naučíme vás

- 24 LÍSKOŘIŠKOVÉ LASKONKY S KRÉMEM Z BÍLÉ ČOKOLÁDY A SENA**  
Sabina Keltnerová tentokrát do cukrářské Výzvy připravila netradiční variaci na oblíbený retrodezert.
- 58 JOSEFOVA BÁBOVKA S JOSTOU**  
Cukrář Josef Maršálek exklusivně pro čtenáře Gurmetu vytvořil recept na nejkrásnější letní bábovku s bohatou sněhovou čepicí.
- 84 TEKUTÉ ZLATO, NÁRODNÍ POKLAD**  
Naučte se poznávat, jak má vypadat správně načepované pivo a jaké jsou pivní styly. V parném létě se to může hodit.

## Téma

- 50 HRAVÁ STŘEDOMOŘSKÁ KUCHYNĚ**  
Elixír mládí a dlouhověkosti se jmenuje středomořská kuchyně.
- 53 NA VEČEŘI ZAPOMEŇTE**  
Novinář a filozof Mauro Ruggiero vás naučí jíst hravě a lehce po italském způsobu.
- 64 V BELGII PŘÍSTUPUJÍ K PIVU S ÚCTOU**  
Národní poklad zapsaný na Seznam kulturních památek UNESCO. To je belgická pivní kultura, která podle šéfkuchaře belgické restaurace Bruxx Oldřicha Matouška nabízí paletu zajímavých zážitků i chutí.

## Servis

- 3 EDITORIAL**
- 4 NA SÍTI**
- 18 PŘEDKRM**  
Víme, co v srpnu ochutnat, kam zajít a co si pořídit.
- 28 MOJE SRDCOVKY**  
Lukáš Hejlík vás vezme na snídani do univerzitního města Olomouc.
- 72 KOKTEJL**  
Kvašené ovocné sirupy, shruby, jsme si zamilovali a není se čemu divit. Tak osvěžující pití na léto jen tak nenajdete.
- 88 ČESKÉ KULINÁRNÍ STOPY NA JADRANU**  
Libor Budinský posbíral příběhy krajanů, kteří v oblíbené dovolenkové destinaci provozují podniky s dobrým jídlem.
- 92 TIPY A NOVINKY**
- 96 REJSTŘÍK A PŘÍŠTĚ**
- 98 VÝZVA**  
Kdo nejlépe uspěl v červencové cukrářské Výzvě Sabiny Keltnerové?

občan SRPEN 2024