

KOKTEJL na co se těší..

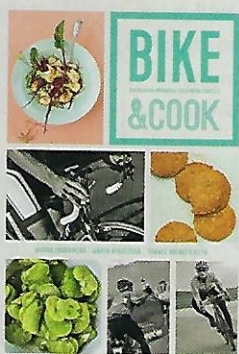
Lucie Šilhová šéfredaktorka časopisu Apetit



NA ÚKLID Nejdůležitější je ten v ústní dutině. Zubní pasta Gum Bio má 99% přírodních ingrediencí a obal je z 80% z recyklovaného materiálu. Moje zuby mi budou vděčné. A planeta snad také. Gum Bio Sunstar, 75ml, 159 Kč



NA NOVÉ CHUTĚ Jaro přeje svěží a lehké stravě. To splňuje kefir nově ochucený bezinkami a citronem. A je v eko obalu! Kefirové mléko nízkotučné z Valašska, 450g, 22 Kč



NA KOLO Prospějí mým výkonům pokrmy z kuchačky ‚vytuněné‘ tipy výživového poradce? Nevím. Pochutnám si však určitě! Bike&Cook, Alpha Book, 448 Kč



NA BARVY

I když už nemám různé mísy a misky kam dávat, těm z britské kolekce Mason Cash neodolám. Jemné pastelové barvy keramických nádob přímo lákají umíchat v nich těsto na koláč. Mísy různých velikostí od 750 Kč, www.bavimevarit.cz



NA PALAČINKY Nejlepší jsou na přepuštěném másle, protože se nepřepaluje. To ovoněné levandulí jim dodá zvláštní chuť. Ghíčko přepuštěné máslo speciál levandule, 220ml, 155 Kč

Na bylinky

Nemám to sice spočítáno přesně na špetku, ale nic bych nedala za to, že i já patřím mezi ty, kteří solí víc, než by měli. Což je většina národa. U dospělého by denní příjem neměl podle doporučení WHO přesáhnout 5 gramů. Podle



tuzemských údajů však ročně sníme celých šest kilo soli, takže denně průměrně 16,5 gramu. Vedle Maďarska a Makedonie tak stojíme na pomyslné bronzové příčce, což není zrovna lichotivé. Čerstvé bylinky našťestí dokážou chuť pokrmů vyladit tak, že mě ani nenapadne sáhnout po slánce. Stejnou službu udělá i dobře namíchaná výrazná kořenící směs. Ale pozor, prostudujte dobře etiketu, aby v ní opravdu nebyla sůl.

Kořenící soli Sbohem, soli! - zeleninová, středomořská nebo pikantní (bio krabička), Sonnentor, 50g, 85 Kč