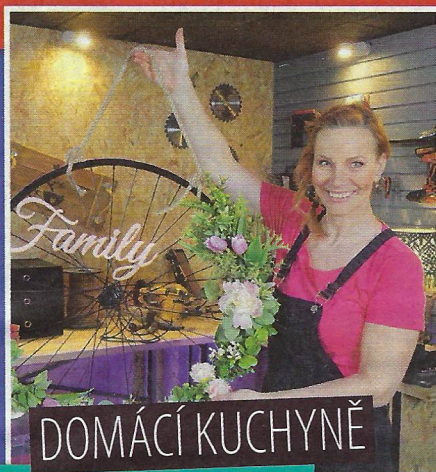


AUTOŘI VYBRANÝCH RECEPTŮ ZÍSKÁVAJÍ **1000 Kč**

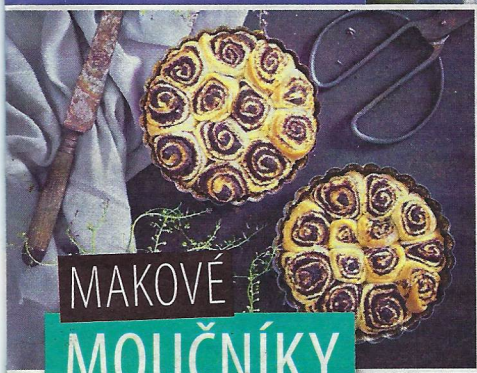
BLESK | VAŠE RECEPTY

ČTENÁŘI VAŘÍ ČTENÁŘŮM...

KVĚTEN 2024



DOMÁCÍ KUCHYNĚ
LÍDY GARCII



MAKOVÉ
MOUČNÍKY



SEZONA
REBARBORY

INZERCE



VYŘEŠTE POTÍŽE
SE ZAŽÍVÁNÍM
JEDNOU PROVŽDY

VÍCE LUŠTĚN
VÝHERNÍ KŘÍŽOVKY
• SUDOKU • KVÍZY
• RÉBUSY

JEN
19,90 Kč

Nejlepší

GULÁŠE

* HOVĚZÍ S KARLOVARSKÝMI KNEDLÍKY
* SEGEDÍNSKÝ * ŠTIAVNICKÝ * KANČÍ
* HOUBOVÝ * FAZOLOVÝ S PÁRKEM
* MAĎARSKÝ * BRAMBOROVÝ



9 771804 673004 05

JARO NÁS SVÁDÍ
OCHUTNAT
NĚCO NOVÉHO,
TAK SE S NÁMI
VYDEJTE HLEDAT
ZAJÍMAVÉ
CHUTĚ A VŮNĚ
DOBŘEHO JÍDLA.

KULINÁRNÍ KOKTEJL



GRILUJEME VENKU

K pečenému masu nebo zelenině zkuste grilovací omáčky. Samba s paprikou a česnekem se hodí k rybám nebo kuřecímu masu, česnekovou oceníte v kombinaci s vepřovým masem, pečenými brambůrkami nebo sýrem.

Jednotlivě za 72,95 Kč

TEKUTÉ OVOCE
Zdravou svačinkou mohou být šťávy lisované z ovoce a zeleniny. Obsahují dužninu, jsou bez přidaného cukru, konzervantů a aromat. Skvěle chutná třeba šťáva z pomerančů a mrkve nebo z dračího ovoce.

K dostání za 51,90 Kč na Kosik.cz



ZDRAVÁ SVAČINKA

V uzavíratelném sáčku na zip objevíte šťavnaté kostky vyrobené z čerstvého ovoce. Mají příchuť hrušek, jahod, malin, meruněk a švestek a jsou bez barviv, konzervantů a přidaného cukru.

Balení 130 g za 119 Kč na Ovocnak.cz

PÍTÍ NA CESTY

Nová funkční voda Kubík Waterr Active+ obsahuje vitaminy a minerální látky potřebné pro zdravý vývoj dětí.

K dostání s příchutí citrusů a červeného ovoce v láhvích 0,75 l za 24,90 Kč



KŘUPAVÁ DOBROTA

V sáčcích objevíte křupavá kokosová hnízda s čokoládou, kešu nebo pekanovými ořechy. Jsou vyrobená z křehkých kokosových plátků, semínek, bio čokolády a oříšků. Dobře chutnají samotná, ale přidat se dají třeba do bílého jogurtu.

Balení 170 g za 169 Kč na Sufan.cz



SMETANA A ČOKOLÁDA

Ke snídani si dopřejte smetanový jogurt z Valaška s křehkými kousky hořké čokolády. Obsahuje osm procent tuku a má krémovou konzistenci.

K dostání za 17,90 Kč

RYBY NA TALÍŘI

Milovníci lehké zdravé kuchyně ocení mražené porce mořských ryb od české značky Mylord, které stačí krátce tepelně upravit. Za vyzkoušení stojí třeba porce filetů z lososa obecného nebo steaky z tuňáka žlutohlavého.

