

TIPY+TRIKY

Srpen/August - 08/2010 / Ročník 3 / 14,90 Kč / 0,60 € (platí jen pro SR)

Vyhraj s námi

pressovač
**MELITTA
LATTEA**
pro potěšení
z kávy str. 35



Módní tipy

**Po porodu
zase kočka**

strana 8

Lékař ti poradí

**Jak bojovat
s obezitou**

strana 16

Praktické triky

**Skříň, která
vše schová**

strana 47



Michaela Kuklová

Mateřství mě změnilo

Pošli nám i ty svoje rady, tipy, nápady, návody a otázky



Salát

a necháme
akrájíme
česnek
čerstvé
zprudka
salát, při-
okurky
jem při-
ocet.
necháme
ladnout,
žná. Pak
jonézou
chutíme.

Co možná nevíš

Tento salát můžeme připravovat v mnoha variacích. Místo kuřecího masa zkus i krůtí, telecí nebo králičí. Výborný také bude salát připravený (bez další tepelné úpravy) ze špalíků tyčinek surimi nebo krevet. Ty nabízejí řetězce supermarketů už vyloupané z krunýřků a předvařené. To poznáš podle jejich růžové barvy. Tyčinky surimi i předvařené krevetky můžeš uchovávat v mrazáku, a tak je máš připravené pro rychlé pohoštění v případě nenadálé návštěvy.

Vepřová roláda

Recept nám zaslala
Táňa Doležalová, Bohumín

Suroviny

2 vepřové panenky, 400 g
anglické slaniny, sůl, pepř,
oregano, majoránka

1. Vepřové panenky omyjeme a osušíme, na prkénku je osolíme, opeříme a prsty do nich jemně vetřeme jednu lžičku majoránky a jednu lžičku oregana.
2. Panenku jednu po druhé zavineme do plátků prorostlé anglické slaniny. K tomuto účelu lépe poslouží pěkně dlouhé a tenké plátky, abychom si nemuseli vypomáhat párátky. Pak maso vložíme do pekáčku, mírně podlijeme několika lžicemi vody a pečeme v troubě vyhřáté na 200 °C přibližně 15 minut.
3. Po vyjmutí necháme asi pět minut odpočinout, aby se maso lépe krájelo. Naporčujeme a podáváme s opečenými brambory.

Staré známé

Kvalitní červené

Dobré věci se vracejí, i tak by se dal nazvat trend poslední doby, kterým je návrat dříve tak oblíbených produktů zpět na trh. „Medvědí krev“ je bulharské červené víno, které je kombinací klasických odrůd Merlotu a Cabernetu Sauvignon. Vinné hrozny, ze kterých se tento nápoj vyrábí, se pěstují na svazích Trácké nížiny, kde dozrávají pod hřejivými paprsky blahodárného jižního slunce. Víno má osobité aroma, v němž nejvíce převládá vůně divoké třešně a lesních ostružin. Skvěle doplňuje chuť vepřového grilovaného masa, zvěřiny i sýrů.



Čtenářské rady

Palačinky

Přidej do těsta na palačinky trochu sodovky. Těsto bude mnohem nadýchanější.

Věra Weiterová, Brno

Zralé avokádo

Máme velmi rádi avokádo. Pokud je nedozrálé, mám snadnou pomoc – plod zabalím do novinového papíru, který zraní urychlí.

Eva Mikysková, Třebíč

Štáva z citrusů

Potřebuješ štávu z citronu nebo pomeranče? Nesnaž se vymačkat citrusy přímo z lednice, ale nech je srovnat na pokojovou teplotu. Štávu pak vymačkáš mnohem snadněji a bude jí víc.

Jana Šrámčiková,
Frýdek-Místek

Slupky pryč

Meruňky na koláč snadno oloupeš, když je na okamžik ponoříš do vařící vody.

Martin Mrowiec,
Karviná

Pošli nám i ty svůj
recept s fotkou

V každém ročním období připravujeme trochu jiná jídla. Jaké jsou tvoje oblíbené letní pochoutky? Máš-li vyzkoušený zajímavý recept, pošli nám ho i s fotkou hotové mňamky a svoji podobenkou. Zveřejněné odměníme 400 Kč.
Napiš nám na e-mail: tipytriky@burda.cz