

Na skok v kuchyni

Magazín o jídle a životním stylu

Duben 2020

15 STRAN
PLNÝCH
INSPIRACE
PRO VÁS





Před a po koronaviru. Je to náš nový životní mezník?

Tak nějak mi připadá, že když jsem vám psala minulý úvodník, žila jsem asi jiný život. Najednou mám pocit, že je svět vzhůru nohama. A i když si já vlastně nemohu na nic stěžovat, bojím se toho, co bude, až budu psát ten další, květnový. Ještě před 14 dny jsme se s rodinou procházeli po Harrachově. Ale už na tomto pobytu se začala objevovat první nařízení, takže když jsme se v neděli vraceli domů, počítali jsme s tím, že bude povinná karanténa. Vše se obrátilo naruby během jednoho týdne. Celou Evropu zachvátil koronavirus. Vše se mění ze dne na den a ta nejistota je na tom všem asi nejhorší. Možná je ještě horší bezmoc, když vidím záběry z Itálie, které nemůže nikdo pomoci a bojím se, aby to za chvíli nebylo úplně stejné i tady. Jsme za nimi jen o 18 dní. A jestli to tu za 18 dní bude vypadat stejně, bude to strašné. Proto se teď všichni musíme snažit. Musíme. Jen to je věc, která nás může zachránit a pomoci nám k lepším dnům. Hrozně bych si přála, abychom se s tím vypořádali jako na Tchaj-wanu, ale uvidíme, co bude dál. Já jsem se snažila, aby toto číslo magazínu bylo plné inspirace a tipů, které vám třeba pomohou udělat si tyto dny o něco veselejší. Hlavně se všichni opatrujte a budu moc ráda, pokud mi napíšete, jak tyto těžké dny zvládáte.

S láskou Romana.

JAK MŮŽEME POMOCI?

Měla jsem pro vás připravenou stránku o tom, kam můžete v dubnu vyrazit. Jaké nové restaurace můžete navštívit a na jaké akce se podívat. Během několika týdnů se ale vše změnilo. Napadlo mě tedy, že vám sem dám nějaké tipy, jak můžete v této době pomoci těm, kteří museli ze dne na den úplně zavřít nebo také jak pomoci sobě, abychom se z toho vaření úplně nezbláznili.

DÁME JÍDLO

Už několikátým rokem spolupracuji s Dáme jídlo. Spoustu restaurací, které dříve normálně fungovaly, najdete teď právě na Dáme jídlo a můžete je v této těžké situaci podpořit alespoň takto. Já si často objednávám třeba z mého oblíbeného Wine Food Marketu, ve kterém jsme ještě nedávno s Filipem a Vojtou byli. Teď je sice zavřený, ale můžeme ho trochu podpořit alespoň takto.

www.damejidlo.cz



ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

Zdravé stravování je služba, kdy vám jídlo přivezou také až do domu. Objednáte si třeba program Rodina+, vyberete si, zde chcete 2 nebo 4 porce a po dobu jednoho týdne vám vozí jídlo až domů. Jedná se o celodenní jídlo, takže vy se nemusíte starat vůbec o nic.

www.zdravestravovani.cz

KAMPA PARK

Kampa Group nabízí od konce března také Home Delivery. Jedná se o dovoz jídel až k vám domů, která jsou zavakuovaná a díky tomu vám v lednici vydrží až týden. Vybírat můžete z české kuchyně, asijské kuchyně nebo si můžete objednat třeba polévku, dezert nebo hotovou omáčku k těstovinám.

<http://kampapark.com/delivery-menu/>





SLANÝ KOLÁČ s chřestem a piniovými oříšky

Chřest, oblíbená jarní zelenina, jde v kuchyni využít na tisíc způsobů. Jedním z nich je tento slaný koláč s chřestem a piniovými oříšky, který si můžete vychutnat buď teplý nebo za studena. Velikost formy je 13 x 36 cm, můžete ale použít i kulatou.

INGREDIENCE

Na korpus:

- 6 lžic kvalitního olivového oleje
- 2 vejce
- 120 g mrkve
- 100 g ovesných vloček
- 140 g celozrnné špaldové mouky
- 1 lžička prášku do pečiva
- ½ lžičky soli
- máslo na vymazání formy

Na náplň:

- 50 g cheddaru
- 300 g chřestu
- 2 vejce
- 200 g Lučiny
- 100 ml smetany ke šlehání
- větší špetka muškátového oříšku
- sůl, pepř
- 8 cherry rajčat
- hrst piniových semínek na posypání

1. Do mísy si dáme olivový olej a vajíčka. Necháme pomocí plochého nástavce v robotu chvíli zpracovat. Mezitím si najemno nastrouháme mrkev.
2. Ovesné vločky si rozemeleme najemno a smícháme s moukou, práškem do pečiva a solí.
3. Formu na pečení si vymažeme máslem. Troubu si rozejdeme na 175 stupňů na horkovzduch.
4. Do vajíček s olejem při stálém pomalém míchání začneme po lžících přidávat směs z mouky a ovesných vloček. Nakonec přidáme nastrouhanou mrkev. Hotové těsto je trochu lepivé, proto je dobré ho do formy vytvarovávat pomocí lžice. Snažíme se, aby bylo těsto hezky rovnoměrně rozložené a po okrajích až hezky nahoru. Těsto dáme na 10 minut do trouby.
5. Cheddar si nastrouháme najemno nebo nakrájíme na drobné kostičky.
6. U chřestu si ukrojíme zdřevnatělé konce. V hrnci si přivedeme k varu osolenou vodu, do které vhodíme chřest a povaříme ho 5 minut. Po uplynutí pěti minut ho vyndáme a vhodíme do ledové vody (do vody můžeme přidat několik kostek ledu, aby byla opravdu ledová). Chřest si rozkrojíme tak, aby se nám dobře vešel do formy.
7. V misce si pomocí metly rozšleháme vejce, přidáme Lučinu, smetanu ke šlehání, muškátový oříšek, sůl a pepř. Vše dobře pomocí metly promícháme. Nakonec přidáme zhruba $\frac{2}{3}$ sýra.
8. Cherry rajčata si rozpůlíme.
9. Když uplyne 10 minut od začátku pečení těsta, vyndáme ho z trouby, nalijeme do něj vaječnou směs, vyskládáme do něj chřest, rajčata a zasypeme cheddarem a dáme péct na dalších 25 minut. Hotový slaný koláč necháme dobře vychladit a poté nakrájíme. Před podáváním ho posypeme piniovými semínky (případně jinými oříšky).

KURZ LÍČENÍ V MAKE-UP INSTITUTE PRAGUE



V březnu jsem dostala pozvánku na kurz líčení do úžasného Make-Up Institute Prague, který je u nás velmi vyhlášený. Slyšela jsem o něm už od několika kamarádek, které byly s jejich službami velmi spokojené. Takže jsem si jednoho dne zabalila svoji kosmetickou taštičku, no nebudeme si nic nalhávat, byla to spíš taška, a vydala jsem se na svůj první kurz líčení. Dostala jsem se do rukou neskutečně krásné a šikovné MUA Vilmy Baum. Už po chvíli jsme obě věděly, že ty 4 hodiny intenzivního kurzu líčení bude spíše skvělé holčičí povídání dvou nadšenkyň líčení a péče o pleť.

Ptala jsem se na vše, co mě napadlo a při tom mě Vilma učila lícit různými způsoby a radila mi, které produkty jsou v mé kosmetické taštičce ty správné a které bych naopak mohla vyměnit. To se mi na tom líbilo nejvíce. Vzhledem k tomu, že se jedná o nezávislý institut, doporučí vám opravdu ty značky, které jsou podle nich nejlepší. Takže pokud už máte chuť se naučit lícit vy nebo hledáte pro své kamarádky nebo rodinu hezký dárek, tohle je jasná volba. Věřte mi, bylo to naprosto skvělé dopoledne, kdy jsem se naučila opravdu hodně.

www.makeupinstitute.cz



TIPY MĚSÍCE

SKUTEČNĚ FLEXIBILNÍ ÚKLID S VYSAVAČEM AIR FORCE FLEX 560

Váš domov je plný zákoutí a míst, které jsou přímo noční můrou pro úklid. Člověk přemýšlí, kolik druhů vysavačů by si měl pořídit, aby všechna tato místa zvládl vysát rychle a bez námahy. Rowenta přichází s novým bezdrátovým vysavačem s flexibilní násadou AIR FORCE FLEX 560, který uklidí tam, kam se ostatní nedostanou.

www.rowenta.cz



NOVÉ KÁVY NESPRESSO BARISTA CREATIONS

Nespresso znovu uvádí svou řadu ochucených káv pod názvem BARISTA CREATIONS. Tyto kávy jsou velmi umně vytvořené tak, aby přinesly zákazníkům dokonalou rovnováhu mezi aroma kávy a sladkým jemným lahodným potěšením. Nespresso BARISTA CREATIONS ochucené kávy jsou kolekcí tří velmi lahodných káv pro kávovary NESPRESSO. Zahrnují směsi pojmenované podle dezertů, které je inspirovaly: delikátní vanilková „Vanilla Éclair“, karamelová „Caramel Crème Brulée“ nebo čokoládová „Cocoa Truffle“. Tyto receptury jistě potěší každého milovníka kávy při jakékoli myslitelné příležitosti. Já si nejvíce z těchto příchutí oblíbila čokoládovou.

www.nespresso.com/cz/cs

SUŠENKY LA MÈRE POULARD COFFRET ASSORTIMENT

Z těchto sušenek jsem připravovala úžasný tvarohový dort se slaným karamellem a pistáciemi, na který najdete recept právě v tomto čísle magazínu. Musím vám říci, že když jsem si poprvé otevřela tyto sušenky, zůstala jsem v úžasu, jak přenádherně voní. Byla to taková ta vůně poctivých sušenek plných másla. Já jsem si nejvíce oblíbila ty karamelové, vy ale můžete vyzkoušet určitě i jiné. V tomto balení totiž najdete 4 druhy a na eshopu jich mají ještě mnohem více. Já vám řeknu, že už jiné máslové sušenky asi kupovat nebudu.

www.caje-mixtee.cz



MANGOVÝ KOLÁČ

Mango patří mezi nejpěstovanější ovoce na světě a já se ani nedivím. Jeho chuť a vůně je prostě jedinečná, proto ho velmi ráda používám do pečení. Například do tohoto výtečného koláče, jehož celkový vzhled i chuť doplňují sladké pusinky, jahody a pistácie.

INGREDIENCE

Na korpus:

- 110 g povoleného másla + na vymazání formy
- 100 g cukru krupice
- několik kapek vanilkového extraktu
- 1 žloutek
- 130 g najemno mletých pistácií (případně jiných oříšků) + na vysypání formy
- ¼ lžičky skořice
- větší špetka soli
- 150 g hladké mouky

Na krém:

- 1 mango Billa Premium
- 4 plátky želatiny
- 250 g mascarpone
- 1 lžice cukru moučka
- 100 ml smetany ke šlehání

Na pusinky:

- 1 bílek
- 55 g cukru krupice
- špetka soli

Na dozdobení:

- 3 - 4 čerstvé jahody
- 1 lžice nasekaných pistácií

1. Máslo dáme do mísy od robota a pomocí metly ho necháme šlehat. Když už bude po několika minutách trochu našlehané, přidáme cukr a vanilkový extrakt. Šleháme tak dlouho, dokud nám nevznikne světlý krém (někdy to trvá až 15 minut). Poté snížíme rychlost a přidáme žloutek, který necháme zlehka zapracovat do másla.

2. Předehřejeme si troubu na 175 stupňů.

3. Dále přidáme mleté pistácie, skořici a sůl. Když se nám těsto spojí, začneme přidávat po lžících mouku (je lepší si metlu vyměnit za nástavec typu K nebo si už těsto vyndat na vál a mouku do něj zlehka pomocí rukou zapracovat).

4. Formu na koláč (např. 13 x 36 cm) si vymažeme máslem a zlehka vysypeme jemně namletými pistáciemi (příp. jinými oříšky).



KOSMETICKÉ TIPY

VELIKONOČNÍ KOLEKCE LUSH

Jaro nám brzy začne klepat na dveře a to znamená jediné: Velikonoce! Dobroty ve tvaru vajec a z čokolády se na vás pohnou ze všech stran, možná je tak na čase poslechnout váš vnitřní veganský hlas a zkusit některou z dobrot od Lush. S velikonoční Lush kolekcí je to snadné - produkty jsou 100% veganské.

cz.lush.com



LIMITOVANÁ KOLEKCE RTĚNEK ALCINA - WHAT'S YOUR COLOUR

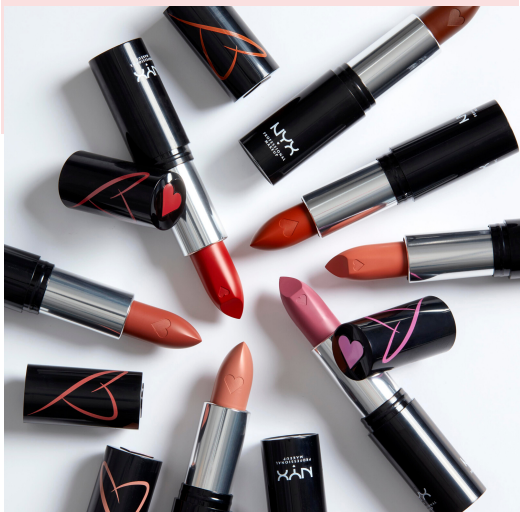


Jaro si žádá nové odstíny barev. Značka Alcina proto přichází s kolekcí „What's your colour“, která nabízí barvy na rty v široké paletě tónů a také v rozmanitých texturách, aby si na své přišla každá z nás. Z kolekce mě nejvíce zaujala krémová rtěnka Radiant Lipstick v odstínu 01 a 02.

www.alcina.cz

RTĚNKA SHOUT LOUD PRO PIGMENT LIPSTICK OD NYX

Rtěnka s vyraženým srdíčkem a příjemnou jemnou texturou dodá vašim rtům intenzivní bohatou barvu a saténový finiš jediným tahem. Složení obohacené o mango a bambucké máslo zajistí až čtyři hodiny hydratace. A ty odstíny? Nádherna, můžete vybírat z 24 odstínů, takže si vybere určitě úplně každý.



NOVINKY OD ZNAČKY NUDESTIX

Chemická inženýrka a matka dvou dcer si chtěla splnit svůj sen a díky tomu vznikla značka Nudestix. Mě nejvíce z produktů zaujala cestovní sada multifunkčních mini produktů na rty, oči a tváře Mini Nudies Blush, Bronze, Glow Kit, díky které nemusíte s sebou na cesty tahat plnou tašku dekorativní kosmetiky.

www.sephora.cz



NOVINKY PRO VAŠE DOKONALÉ OBOČÍ OD URBAN DECAY

Seznamte se s novinkami od mojí oblíbené značky Urban Decay. Semipermanentní gel **Inked Brow** nádherně tvaruje a definuje obočí s dlouhotrvajícím výsledkem, který je tak nenáročný na údržbu, že se nepohne až po dobu 60 hodin. Mikrotužka s kartáčkem na obočí **Brow Beater** zase napravení nedokonalosti vašeho obočí, takže ho budete mít podle svých představ. A voděodolná konturovací tužka **Brow Blade** s přesností microbladingu přináší nové odstíny. Já se osobně nejvíce těším na gel **Inked Brow**.

www.urbandecay.cz





CHLÉB S AVOKÁDEM a grilovanými cherry rajčaty

Abychom posílili imunitu v této nepříjemné době, měli bychom se mimo jiné každý den zdravě a kvalitně stravovat. Večeře v podobě chleba s avokádem, opečenými rajčátky, rukolou, ricottou a směsí semínek vám zajistí příjem tolik potřebných vitamínů. A navíc tato kombinace skvěle chutná.

INGREDIENCE

- 4 plátky slunečnicového chleba
- 150 g ricotty
- 1/2 lžičky bylinkové soli
- hrst čerstvé rukoly
- 4 cherry rajčata Billa BonVia
- 2 lžíce kvalitního olivového oleje
- směs semínek a oříšků (např. lískové oříšky, pistácie, sezam, dýňová semínka, mák)
- 1/2 zralého avokáda Billa BonVia
- 1 lžička másla (přepuštěného)
- sůl

1. Chléb si rozpůlíme úhlopříčně napůl.
2. V misce si smícháme ricottu s bylinkovou solí.
3. Cherry rajčata omyjeme, rozpůlíme a dáme na plech. Poté je zakápneme olivovým olejem, zlehka posolíme a dáme péct do trouby na 180 stupňů na horkovzduch. Rajčata pečeme, dokud nám trošku nezžhnědou a nezmenší objem (trvá to cca 30 minut).
4. Na pánvi si rozpustíme máslo a nasypeme na něj hrst směsi semínek a oříšků. Přidáme sůl a na mírném plameni cca dvě minuty restujeme.
5. Hotová rajčata vyndáme z trouby a necháme vychladnout. Avokádo si oloupeme a nakrájíme na tenké plátky.
6. Chléb si namažeme ricottou, na kterou dáme trochu rukoly. Na rukolu dáme avokádo, grilovaná rajčata a nakonec vše posypeme směsí semínek a oříšků.



KANAPKY s řepným gravlaxem

Tyto koktejlové chlebičky si můžete naservírovat například při příležitosti oslav Velikonoc nebo jakýchkoli jiných akcí. Gravlax, pro někoho možná neznámé slovo. Jedná se o pochoutku ze syrového lososa, který se nechává minimálně 24 hodin marinovat, v našem případě v červené řepě. Více v receptu.

INGREDIENCE

Na gravlax:

- 100 g čerstvého lososa
- 1 malá červená řepa
- 100 g soli
- 100 g cukru

Na kanapky:

- 5 - 8 plátků žitného chleba
- 1 Lučina nadýchaná s okurkou a koprem
- hrst mixu salátů
- hrst lískových oříšků
- 1 lžička nemletého máku
- 1 lžička sezamu
- ½ lžičky přepuštěného másla

1. Z lososa odstraníme kůži. Červenou řepu si najemno nastrouháme do uzavíratelné misky. Přidáme sůl a cukr a vše promícháme. Lososa do směsi důkladně obalíme a necháme ho marinovat v lednici minimálně 24 hodin.
2. Druhý den si vyndáme lososa a opláchneme ho vodou a osušíme.
3. Na pánev si dáme přepuštěné máslo, mák, sezam a nahrubo nasekané lískové oříšky. Směs chvíli restujeme, aby jsme měli oříšky zlehka křupavé.
4. Z žitného chleba si nakrájíme čtverečky nebo pomocí vykrajovátek vykrojíme kolečka. Na každé kolečko pomocí sáčku se zdobičkou dáme Lučinu, na kterou navrstvíme několik lístků salátu.
5. Lososa si nakrájíme na tenké plátky, které potom zdobíme na kanapky. Nakonec kanapky zasypeme oříškovou směsí.



PEČENÝ CHEESECAKE s ricottou a lískovými oříšky

Od nakladatelství Slovart jsem dostala na vyzkoušení knížku **Sladké od Yotama Ottolenghiho**. A je to opravdu nádherná kuchařská bible plná sladkých receptů. Já jsem pro vás vybrala recept na pečený cheesecake, který mě opravdu zaujal.

INGREDIENCE

10 DORTÍKŮ S 8CM KROUŽKY, 18 BÁBOVIČEK S FORMOU NA MUFFINY NEBO 1 VELKÝ KOLÁČ

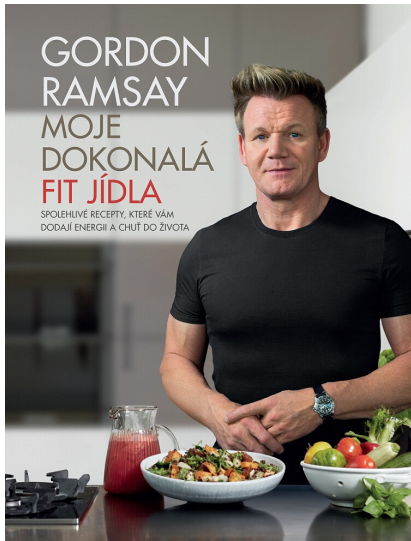
- 300 g lískových oříšků bez slupek
- 35 g hladké mouky
- 160 g čokolády (70 % kaka) nasekané nahrubo
- 100 g mletých mandlí
- 225 g nesoleného másla pokojové teploty nakrájeného na kostky + trocha navíc na vytření formiček
- 250 g krupicového cukru
- 6 velkých vajec, bílky a žloutky zvlášť
- 400 g sýra ricotta
- 2 lžičky vanilkového extraktu
- ¼ lžičky soli

POLEVA GANACHE S VODOU

- 100 g hořké čokolády (70 % kaka) nasekané na 2cm kousky
- 40 g krupicového cukru
- 40 g tekuté glukózy
- 70 ml vody
- semínka vyškrábaná z ¼ vanilkového lusku
- 40 g nesoleného másla pokojové teploty nakrájeného na 2cm kostky
- moučkový cukr na poprášení

1. Troubu předehřejte na 180 °C (horkovzdušnou na 160 °C, plynovou nastavte na stupeň 4).
2. Stěny deseti cukrářských kroužků o průměru 8 cm mírně vytřete máslem a vyložte pečicím papírem tak, aby vystupoval 2 cm nad kroužky a kroužky postavte na velký plech vyložený pečicím papírem. Jakmile kroužky naplníte těstem, nesmíte s nimi hýbat, takže je upravte na plech tak, jak je chcete péct. Použijete-li formu na muffiny, vyložte dna prohlubní kroužkem z pečicího papíru a stěny vytřete máslem, pokud použijete dortovou formu, vytřete máslem a vyložte dno i stěnu – papír by měl opět přesahovat 2 cm nad formu – a formu postavte na plech.
3. Na jiný plech rozprostřete lískové oříšky a pražte je 10 minut, dokud trochu nenaberou barvu. Vyjměte plech z trouby a oříšky nechte zcela vychladnout (kdybyste je mixovali teplé, vznikla by z nich olejovitá pasta). Odeberte 50 g vychladlých oříšků, nakrájejte je nahrubo a odložte – použijí se na ozdobu. Zbývající oříšky dejte spolu s moukou do nádoby food processoru a rozsekejte je najemno. Směs nasypete do mísy. Čokoládu rozsekejte pomocí food processoru na velké drobký a pak ji přidejte k oříškům s moukou. Přidejte mleté mandle, promíchejte a odložte. Směs má trochu rustikální konzistenci, ale právě taková má být.
4. Zvyšte teplotu v troubě na 190 °C (v horkovzdušné na 170 °C, v plynové nastavte stupeň 5).
5. Máslo a cukr dejte do nádoby robotu s plochým nástavcem a třepte střední až vysokou rychlostí asi 3 minuty, dokud není směs světlá a krémovitá. Přidejte po jednom žloutky a každý žloutek dobře zapracujte. Snižte rychlost na nízkou, přidejte směs čokolády s oříšky a moukou a promíchejte. Nádobu odpojte od robotu, do směsi vmíchejte ricottu, vanilkový extrakt a sůl, a pak ji přeneste do velké mísy.
6. Nádobu robotu velmi pečlivě umyjte a osušte a pak v ní střední až vysokou rychlostí ušlehejte pevný sníh z bílků. Velkou stěrkou ho ve dvou nebo třech dávkách zapracujte do směsi s čokoládou. Těsto rozdělte do kroužků tak, aby byly plné až po okraj. Pečte 30 - 35 minut, používáte-li cukrářské kroužky, 20 minut, používáte-li formu na muffiny, nebo asi 60 minut, pečete-li cheesecake v dortové formě. Zhruba v polovině pečení plech otočte. Povrch by měl být zlatohnědý a špejle zapíchnutá do středu by měla být po vytažení víceméně čistá: mohou na ní být přichycené drobký, ale neměla by být vlhká. Vyjměte z trouby a nechte zcela vychladnout. Cheesecaky vytlačte z kroužků, sloupněte z nich papír a odložte je. Pokud jste použili velkou formu a koláč na povrchu praskl, nevadí: rustikální vzhled je zde vítaný a čokoládová poleva prasklinu zcela zakryje.
7. Připravte polevu (ganache). Čokoládu dejte do mísy a odložte. Cukr a glukózu míchejte v rendlíku na slabém až středním ohni, dokud se cukr nerozpustí, potom oheň zesilte a tekutinu přiveďte k varu, občas zamíchejte. Vařte asi 5 minut, tekutina má mít světle jantarovou barvu. Rendlík odstavte a opatrně do něho přilijte vodu. Nevadí, když se v tekutině objeví kousky: vraťte rendlík na oheň, přidejte vanilku a opatrně plynule míchejte, dokud tekutina nezačne znovu vřít. Odstavte, počkejte asi minutu a potom nalijte karamelový roztok na čokoládu. Nechte 5 minut stát a potom prošlehejte, postupně přidejte máslo a po každém přidaném kousku polevu prošlehejte. Po přidání posledního kousku másla ještě chvíli šlehejte, poleva musí být hladká a lesklá.
8. Dortíky pocukrujte a naneste na ně polevu – můžete jí přelít pouze půlku povrchu. Nechte polevu stékat. Navrch rozdělte odložené lískové oříšky a podávejte.

KNIŽNÍ TIPY



MOJE DOKONALÁ FIT JÍDLA - GORDON RAMSAY

Gordona Ramsaye zná asi každý jako přísného šéfkuchaře. Málokdo už ale ví, že je tělem i duší sportovec a že se zajímá o zdravé stravování. To dokládá v této úžasné knize, ve které najdete přes sto receptů zaměřené na štíhlou linii, fitness a zdraví obecně. Je skvělé, že u receptů najdete i jejich nutriční hodnoty, což mi přijde velmi praktické.

www.slovart.cz



SLADKÉ - YOTAM OTTOLENGHI, HELEN GOHOVÁ

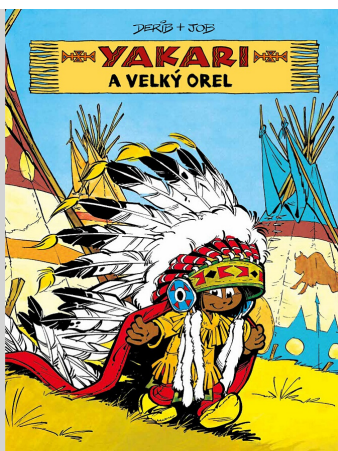
Důkazem, že nás moučniky spojují a sblížují, že život by měl být sladký a že radost se skrývá v obyčejném čokoládovém dezertu, je tato inspirativní kuchařka, ve které najdete nespočet receptů na "sladké". A co ocení nejen cukráři začátečníci, jsou podrobně popsané postupy jednotlivých receptů.

www.slovart.cz

YAKARI A VELKÝ OREL - DERIB, JOB

Malý indián Yakari se ve svých snech setkává s vlastním totemovým zvířetem Velkým Orlem, od kterého dostává za svůj hrdinský čin pero. Na cestě za dobrodružstvím potká nové přátele a hlavně v sobě objeví dar - schopnost mluvit se zvířaty. Knížka se bude líbit všem dětem, které mají rády legraci a neobyčejné příběhy.

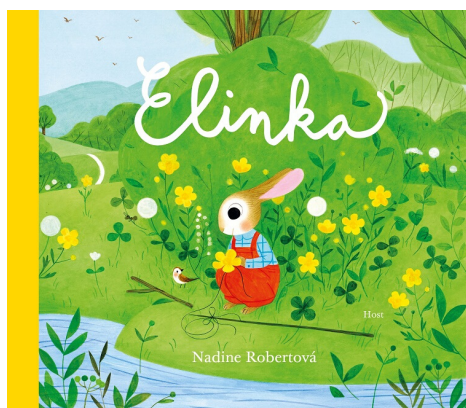
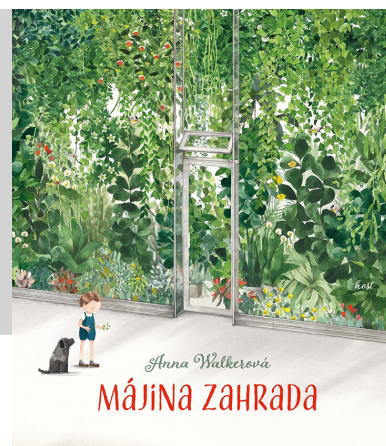
www.slovart.cz



MÁJINA ZAHRADA - ANNA WALKEROVÁ

Tato překrásná knížka má velké spojení s přírodou a snaží se ho vyvolat i v dětech, které si ji přečtou. Mája se s rodinou odstěhuje z vesnice do města a chybí jí právě příroda. Jednou na chodníku najde malý výhonek, který tu prorazil a ona mu najde místo ve své sklenici na poklady. Tam vzniká její malá zahrádka uprostřed města.

www.hostbrno.cz/majina-zahrada/



ELINKA - NADINE ROBERTOVÁ

Hlavní hrdinka v červených kalhotách Elinka se nerada řídí rodinnými pravidly a naopak velmi ráda dělá věci po svém, tak jako většina dětí, které procházejí obdobím vzdoru. Z knížky možná, stejně jako já, pocítíte své vlastní dětství. A vaše děti se zde naučí, jakou hodnotu má lidská odlišnost v mezilidských vztazích.

www.hostbrno.cz/elinka/

PŘÍRODNÍ KOSMETIKA KLARA ROTT

Když jsem navštívila v březnu osobní kurz líčení v Make-up Institute Prague, dostala jsem doporučení na tuto přírodní kosmetiku od úžasné make-up artistky Vilmy Baum.

Kosmetické přípravky Klara Rott jsou výjimečné svou jedinečnou kvalitou a maximální účinností. Základem všech produktů jsou bio květinové vody a bio bylinné extrakty, které si jako jediní v ČR vyrábí sami. Díky nim mají až padesátkrát vyšší účinnost než je u kosmetických produktů běžné. Přípravky Klara Rott neobsahují žádné syntetické látky, konzervanty, ani alkohol. Namísto toho v nich najdete 120 aktivních účinných látek, které prospívají pokožce a které jsou 100 % přírodní. Kmenové buňky z alpské růže a goji omladí pleť a ochrání ji před vnějšími vlivy. Intenzivnějšímu vstřebávání všech aktivních složek do pleti napomáhá zcela unikátní dvousložková aplikace, na které tým specialistů Klara Rott pracoval dlouhá léta. Mě osobně také zaujala skutečnost, že podporují ekologické zemědělství a fair trade přístup, který je v dnešní době velmi vzácný, ale z hlediska udržitelnosti důležitý. Obaly jsou vyrobeny ze skla, aby se daly jednoduše recyklovat.



Můžete si vybrat z nabídky 13 produktů obličejové péče: 3 druhy dvousložkového koncentrovaného séra, dvousložkovou vyživující masku, dvousložkovou čisticí masku, 2 druhy mycího oleje, 2 druhy dvousložkového odličovacího média, 2 druhy vyrovnávacího bylinného tonika, vyživující masku na rty a peeling. Od příštího roku budou v nabídce i kabinetní balení pro profesionály a vysoce koncentrované hydroláty (květinové vody) vlastní výroby ve 4 variantách - bio rooibos, bio zelený čaj, bio levandule a bio rozmarýn.

www.klararott.cz

TVAROHOVÝ DORT

se slaným karamellem a pistáciemi

Pro milovníky tvarohových dezertů je tu recept na tento vynikající tvarohový dort. Při přípravě se zprvu může zdát obyčejný, ale zaručuji, že po natření slaného karamelu se promění v exkluzivní lahůdku. Pistácie pak jen doplní jeho dokonalou chuť.

INGREDIENCE

Na korpus:

- 160 g máslových sušenek karamelových La Mère Poulard
- 40 g rozpuštěného másla

Na náplň:

- 500 g tvarohu tučného (nejlépe přes noc překapaného přes plátno)
- 120 g Lučiny
- 2 lžičce vanilkového cukru
- 120 g cukru krupice
- 4 vejce
- 1 lžička citrónové kůry
- několik kapek vanilkového extraktu

Na dokončení:

- 3 lžičce slaného karamelu (recept na něj najdete na mém blogu)
- hrst nasekaných pistácií

1. Máslové sušenky si dáme do mixéru a rozmixujeme na prach. Pokud nemáme mixér, můžeme je rozdrtit v hmoždíři nebo pomocí válečku v nějakém pevném sáčku. Předehřejeme si troubu na 190 stupňů.
2. Dortovou formu o velikosti cca 18 cm si vyložíme pečicím papírem - dno i boky.
3. Rozemleté sušenky si smícháme s rozpuštěným máslem a těsto na korpus dáme do formy a dobře upěchujeme na dno (ve stejně tlusté vrstvě). Korpus pečeme v troubě na 190 stupňů po dobu 10 minut. Vždy mějte ještě pod dortovou formou plech, kdyby vám náhodou forma trochu protékala.
4. Mezitím si připravíme náplň. Do mísy od robota si dáme překapaný tvaroh, Lučinu, vanilkový cukr a cukr krupice. Vše necháme zhruba 3 - 4 minuty prošlehat (pomocí šlehačích metly nebo pomocí ručního mixéru). Poté po jednom přidáváme vejce (už na pomalejší stupeň). Nakonec dáme do náplně citrónovou kůru a vanilkový extrakt.
5. Předpečený korpus si vyndáme po 10 minutách z trouby, zalijeme ho náplní a pečeme na 160 stupňů cca 45 minut).
6. Hotový dort necháme vychladnout (nejlépe přes noc v lednici).
7. Před podáváním ho zlehka potřeme slaným karamellem (pokud máte slaný karamel hodně tuhý, trochu si ho před roztíráním ohřejte, ať vám to jde lépe). Nakonec dort posypeme nasekanými pistáciemi.



SLANÝ KARAMEL

Za tu dobu, co vařím a pečú, jsem zjistila jednu zásadní věc. A to je ta, že do každého slaného jídla patří trocha něčeho sladkého a do sladkého zase špetka slaného. Možná i proto je slaný karamel tak skvělou záležitostí. Slaný karamel lze použít na palačinky, do dortů, koláčů, zmrzliny, cupcakes nebo ho můžete zkusit jen tak samotný na lžičku. Ale varuji vás, pokud ho jednou ochutnáte, nejde přestat. Základem karamelu je bílý cukr, máslo a smetana. Kvalitní sůl, kterou do karamelu přidáváte až na konci procesu přípravy, z obyčejného karamelu udělá božskou věc. Jeho chuť je díky soli mnohem intenzivnější.



VYUŽITÍ SLANÉHO KARAMELU

Slaný karamel můžete využít opravdu do spousty dezertů. Nejen, že se hodí do dortů, ale také je z něj úžasná poleva na dorty, můžete ho použít na palačinky, lívance, do pralinek, do makronek, na zmrzlinový pohár, ale třeba také na ovesnou nebo rýžovou kaši. Já jsem ho nedávno použila do receptu na babku, do které jsem dala právě slaný karamel, přidala nasekané pekanové ořechy a byl z toho naprosto famózní dezert. Můžete si ho dát ale i jen tak na lžičku. V tomto případě vás ale musím varovat, je to opravdu velmi návykové. A jestli chcete potěšit někoho z vašeho blízkého okolí, dejte slaný karamel do hezké skleničky a můžete ho použít jako jedlý dárek.

TIPY, KTERÉ VÁM POMOHOU SI PŘIPRAVIT TEN NEJLEPŠÍ SLANÝ KARAMEL

- máslo a smetana ke šlehání by měly mít vždy pokojovou teplotu
- na slaný karamel použijte hrnec se silným dnem a ideálně světlé barvy, abyste dobře viděli, jak vám karamel mění barvu
- použijte na karamel spíše bílý cukr než třtinový
- pokud si nejste úplně jistí, že se vám podařilo karamel udělat bez nějaké té malé hrudky, přelijte ho do sklenic ještě teplý přes nerezové síto