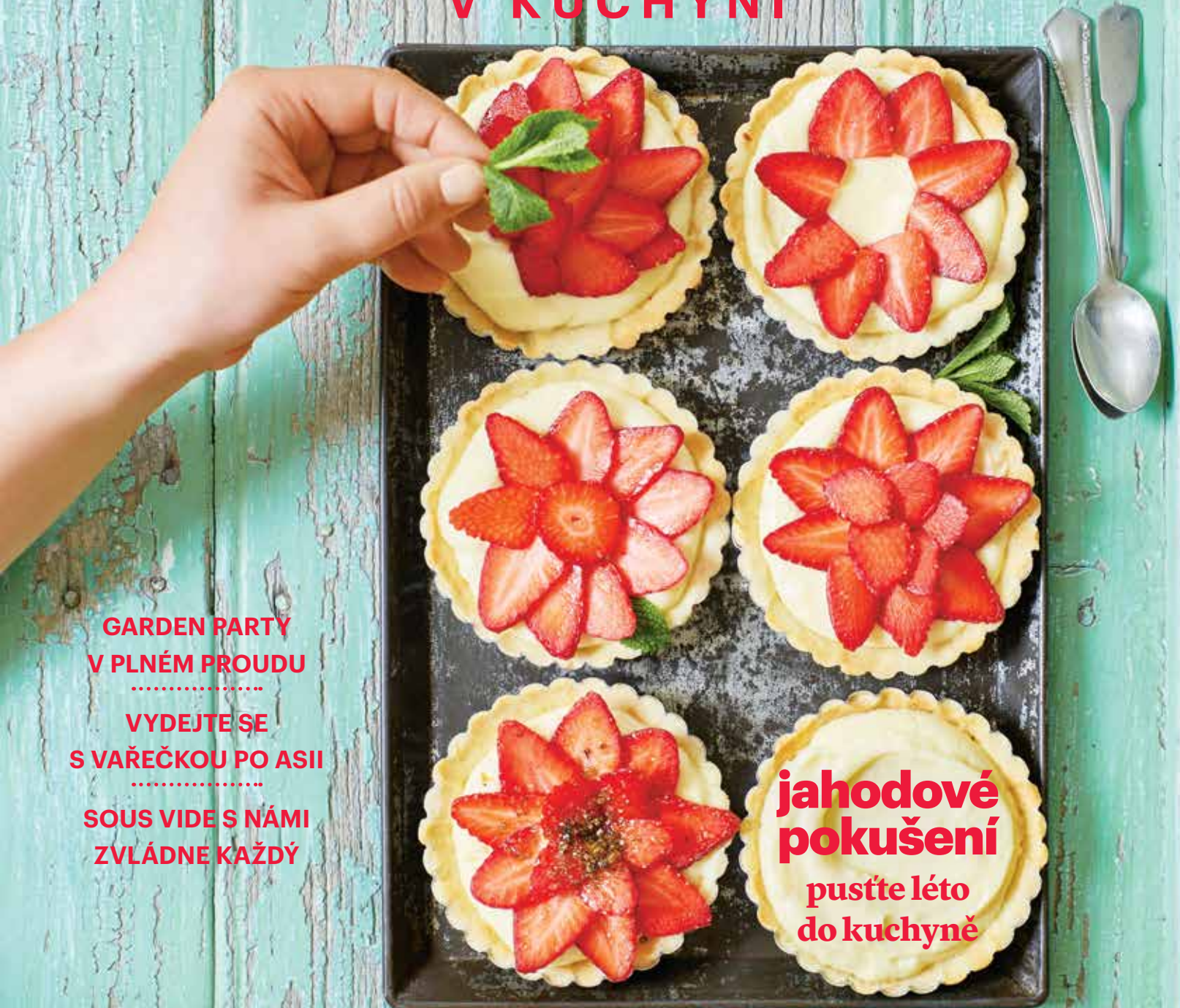


květen / červen 2017

albert

V KUCHYNI



**GARDEN PARTY
V PLNÉM PROUDU**
.....

**VYDEJTE SE
S VAŘEČKOU PO ASII**
.....

**SOUS VIDE S NÁMI
ZVLÁDNE KAŽDÝ**

**jahodové
pokušení**
pusťte léto
do kuchyně

VYHRAJ

GRIL 10x = SOUTĚŽ O GRIL

Losování každý den na www.grilujszaky.cz



+
Steak omáčka ZDARMA



18+ POUZE PRO STARŠÍ 18 LET
www.napivosrozumem.cz

Nakup 10x Gambrinus Plná 12, Radekast Ryze hořká 12 nebo kombinaci těchto ležáků. Omáčky k vyzvednutí na informacích do vydání zásob. Probíhá na všech hypermarketech Albert.

F.W. TANDOORI

SPOL. S R.O.

SPECIALIZOVANÝ DOVOZCE ASIJSKÝCH POTRAVIN



SUSHI ve vaší kuchyni

eshop: www.asijske-potraviny.eu

Vonoklasy 155–156, 252 28 Černošice, tel.: +420 257 712 917–9, fax: +420 257 712 702, e-mail: office@fwtandoori.cz

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



YOGURT ŘECKÉHO TYPU

NOVINKA



K dostání ve vybraných obchodech Albert.

YOGURT ŘECKÉHO TYPU

- ◆ Plný chuti a přírodní
- ◆ Hustá a krémová textura
- ◆ Příchutě inspirované řeckým létem
- ◆ Dvoukomorový kelímek pro větší variabilitu a potěšení
- ◆ Obsah tuku 7 %
- ◆ Zdroj bílkovin

www.mlekarna-kunin.cz



 SOS DĚTSKÉ
VESNICKY

PARTNER PROJEKTU



**ORBIT POMÁHÁ
CHRÁNIT DĚTSKÉ ÚSMĚVY**
1 % Z CENY KAŽDÉHO PRODANÉHO BALÍČKU VĚNUJE SOS DĚTSKÝM VESNICKÁM



VYTUNĚNÉ SALÁMKY S PŘEHLEDEM NASYTÍ

LUKÁŠE →

TEBE A TVOJE KÁMOŠE

WWW.SNAQ.CZ



John's Special
1917

- ✓ ZAŽENOU HLAD
- ✓ DODAJÍ ENERGII
- ✓ SKVĚLE DOCHUTÍ KAŽDOU PÁRTY

ZAPLÍSNĚNÉ SALÁMKY
V PŘÍCHUTÍCH:

- ♥ KLASIK
- ♥ CHILLI
- ♥ JAVOROVÝ SIRUP



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



PŮ TRÉNINKU
SNAQ SALÁMKEM
ENERGII
RÁD DOPLNÍM



NA GRIL



PRÉSIDENT NA GRIL
Pikantní koření
Provensálské koření,
Farmářské bylinky,
a NOVĚ Medvědí česnek

www.president.cz

K dostání ve vybraných obchodech Albert.



NOVINKA

ČEŠI MAJÍ NOVOU ZNAČKU

ČESKÁ
CHUŤ

- ✓ KVALITA JEN OD ČESKÝCH VÝROBCŮ
- ✓ Z ČESKÝCH SUROVIN
- ✓ VYROBENÉ POUZE V ČR

EXKLUZIVNĚ
V ALBERTU



ČEŠI MAJÍ NOVOU ZNAČKU, ČESKOU CHUŤ!

Značka Česká chuť přináší kvalitní výrobky pouze od českých dodavatelů, kteří při jejich výrobě používají české suroviny a své produkty vyrábějí výhradně na území České republiky. Všechny výrobky značky Česká chuť nesou logo Česká potravina, protože splňují vyhlášku Ministerstva zemědělství ČR o tom, které potraviny lze označit za opravdu české.

Výrobky značky Česká chuť naleznete exkluzivně v prodejnách Albert, kam je přivážejí více než tři desítky poctivých dodavatelů.

Produkty nové značky Česká chuť všichni dobře známe. Jak je to možné?

Jsou opravdu naše

Vznikají v České republice a pocházejí z českých surovin, tak, jak to má být.

Salám **Vysočina** totiž není žádnou Vysočinou, pokud neobsahuje české maso – jako je kvalitní vepřové a hovězí, bez dalšího přidávání glutamátů a košenily při výrobě. A takové **čerstvé polotučné mléko** Česká chuť by klidně mohlo mít českou občanku: pochází zaručeně od českých krav, stejně jako **selský tvaroh** plný bílkovin a vápníku.

Jsou poctivé

Pod tímto slovem si všichni vybavíme to stejné: jídlo, které chutná, tak, jak by chutnat mělo.

Třeba jako **RETRO pečená šunka** nejvyšší jakosti, která obsahuje celých 96 % vepřového masa a lákavou zapečenou krustu na povrchu. Na rozdíl od většiny ostatních značek tvoří **excelentní majonézu** Česká chuť mnohem víc vajíček – spíše než umělé konzervanty, barviva nebo stabilizátory. Synonymem pro poctivost je také **horalský chléb** z žitné a pšeničné mouky s krásně křupavou a rozpraskanou kůrkou. A **pochoutkové párky** jsou vyráběny tak, jak je máme všichni nejraději: s vysokým podílem masa (82 %), žádná separáty ani lepek.

Připomenou dětství

Potraviny, které v nás probouzejí vzpomínky, musejí chutnat jako za starých dobrých časů.

Tradiční **koláče** mají být krásně nadýchané a patří do nich opravdu hodně náplně. Poctivé české **piškoty** jsou ty, které mají kulatý tvar a nerozpadnou se, když je namočíte do čaje. A **jahodový dezert ze zakysané smetany** se dělá z jemné smetany a kupy jahod, z žádných umělých barviv.

*Přejeme
vám dobrou,
Českou chuť!*

Milé čtenářky a milí čtenáři,

slunečné dny jsou jako stvořené pro zahradní oslavy, a protože jsme se už nemohli dočkat, hned jsme jednu uspořádali.

Recepty nejen na grilování se můžete samozřejmě inspirovat i vy, jsou nenáročné na přípravu a potěší i vegetariány. U našeho „redakčního“ stolu jsme si pochutnali úplně na všem, a jestli se ptáte na mého favorita, je to rozhodně špíz z lososa se slaninovými krutony a koprovým dipem. Neobvyklá kombinace ryby a pancetty je naprosto dokonalá.

Šéfkuchař Zdeněk Pohlreich vám poradí, jak na maso připravené metodou *sous vide*, tedy moderním a stále oblíbenějším způsobem pomalého vaření ve vakuu.

A nemusíte mít obavy, že je to jenom pro profesionální kuchaře, povedeme vás krok za krokem a vysvětlíme jednotlivé postupy. V našich prodejnách nyní nabízíme speciality z masa, které již procesem *sous vide* prošly a stačí je pouze krátce dopéct. Jsem si jistá, že burger z trhaného vepřového masa se sladkým mangem potěší milovníky exotických chutí. A jestli dáváte přednost tradičnějším pokrmům, můžete vyzkoušet třeba pikantní vepřová žebra.

K přicházejícímu létu samozřejmě neodmyslitelně patří lahodné jahody a melouny. Jahodový dort a tartaletky jsou skvělou sladkou tečkou a melounový salát můžete podávat i jako osvěžující lehký oběd. A když už mluvíme o zdravém jídle, nepřehlédněte speciality z lilku v rubrice Porce zdraví. Jsou přímo nabité letní atmosférou, a jestli jste si ještě neužili dovolenou, tak vám alespoň takto na chvíli přinášíme do vašich domovů atmosféru přímořských letovisek.

Na jedné lodi jsme se tentokrát potkali s amatérskými i profesionálními kuchaři, kteří se nadchli pro asijskou kuchyni. S vařečkou v ruce můžete společně s našimi hosty Janou, Juanitou a Janem procestovat Vietnam, Indonésii a Indii. Představí vám tamější oblíbené pokrmy, které si snadno připravíte i doma.

Přeji vám báječné léto s našimi recepty.



Anna Tošovská
šéfredaktorka

FOTO NA TITULNÍ STRANĚ:
Mařek Bartoň

PORTRÉT:
Goran Tačevski

Na každý den	13
<i>Uvařeno v cukru letu</i>	
Novinky	18
<i>Aktuálně v Albertu</i>	
Učíme se od mistra	25
<i>Vyzkoušejte recepty sous vide od Zdeňka Pohlreicha</i>	
Na jedné lodi	32
<i>Asijská inspirace</i>	
Porce zdraví	40
<i>V hlavní roli lilek</i>	
Naši lidé	46
<i>Jaroměřická mlékárna zblízka</i>	
Podle kalendáře	48
<i>Šťavnaté jahody a melouny</i>	
Zažijme spolu	52
<i>Letní grilování</i>	
Domácí stříbro	62
<i>Recepty od našich čtenářů</i>	
Dopisy čtenářů	64
<i>Pište nám, vaše názory nás zajímají</i>	
Křížovka	65
<i>Luštěte a vyhrajte</i>	
Komiks	74
<i>Jahodové nanuky</i>	

Magazín pro zákazníky supermarketů a hypermarketů ALBERT, distribuce ve všech prodejnách ALBERT zdarma
VYDAVATEL: AHOLD Czech Republic, Radlická 117, 158 00 Praha 5-Nové Butovice, INFOLINKA: 800 402 402
ADRESA: Redakce Albert v kuchyni, Újezd 19, 118 00 Praha 1; E-MAIL: redakce.albertmagazin@gmail.com
Příští číslo vychází 28. 6. 2017 • REDAKCE: Anna Tošovská (šéfredaktorka), Darina Křivánková (food editorka),
Bára Procházková (editorka), Eliška Pekárková a Kristýna Rojíková (produkce) • FOTOGRAF: Marek Bartoš, Michal Ureš,
Petr Pechman • FOOD STYLING: Darina Křivánková, Marek Všetečka • DECOR STYLING: Johana Strížková, Darina Křivánková
MAKE-UP & STYLING: Kateřina Krobová, Barbora Černá • MARKETING: Andrea Šulcová
GRAFIKA A ILUSTRACE: ThisIsMartins.com • TISK: Severotisk • MK ČR E 7161 © AHOLD Czech Republic • ISSN 1211-1422

ADRESÁŘ: STYL & INTERIER / Vodičkova 35, Praha 1; ANTIK SPOMYŠL / Spomyšl 147;
KITCHENETTE / www.kitchenetteshop.cz; TIGER / Václavské nám. 13, Praha;

Sledujte značky: **AFF** – Albert Free From, **AVE** – Albert Veggie, **AExc** – Albert Excellent,
AQ – Albert Quality, **ABio** – Albert Bio, **albert** – Albert.



Coca-Cola

TASTE THE FEELING

VYHRAJ ŠKOLU GRILOVÁNÍ PRO SEBE A SVÉ KAMARÁDY A DALŠÍ CENY

2x škola
grilování
pro 10 lidí

4x elektrický gril



8x gril na uhlí Kettle plus



8x grilovací náčiní



12x Cuba Libre set



Soutěž trvá od 17. 5. do 13. 6. 2017
a platí pouze v hypermarketech Albert.

Seznam receptů

VYBERTE SI PODLE SVÉHO GÚSTA: bezlepkové ● veganské ● vegetariánské ● bez laktózy ●

hlavní jídlo

Penne s cuketou		15
Čočkové ragú se ztraceným vejcem	● ●	16
Wrapy s kuřetem a paprikami		17
Vepřová žebra se salátem coleslaw	●	26
Burger s trhaným vepřovým	●	29
Kuřecí tikka masala	●	34
Krůtí semur	●	36
Letní závitky	● ● ●	37
Caponata	● ● ●	41
Lilkové závitky	● ●	42
Pečené lilky se smetanou a granátovým jablkem	● ●	43
Lososový špíz s koprovým dipem		54
Burgery s grilovaným sýrem	●	56
Bulgur s avokádem a rajčaty	● ● ●	56
Kuřecí paličky s chilli a kukuřicí	●	58

zákusky

Nadýchaný dort s jahodami	●	50
Jahodové tartaletky	●	51
Grilovaný ananas	● ● ● ●	58
Strouhaný kakaový koláč s tvarohem	●	62
Jahodové nanuky	● ●	74

saláty

Melounový salát	● ●	49
Bramborový salát s okurkou a koprem	● ● ● ●	54
Salát z grilovaných cuket a paprik	● ● ● ●	56

chuťovky

Luxusní krupicová kaše	●	13
Topinky se žampiony a špenátem	●	14

ZÍSKEJTE SLEUVU 60 % NA NÁDOBÍ **Tefal**[®] A VYCHUTNEJTE SI NAPLNO VELKÉ RODINNÉ VAŘENÍ

ZELENINOVÉ TĚSTOVINY

CO BUDU POTŘEBOVAT

- 300 g těstovin penne
- 2 lžíce olivového oleje
- 1 menší cibuli
- 2 stroužky česneku
- 1 malý lilek
- 2 malé cukety
- 1 plechovku krájených rajčat
- 200 g cherry rajčat
- sůl a pepř
- 1 lžičku třtinového cukru

K SERVÍROVÁNÍ

- čerstvá bazalka
- parmezán

JAK NA TO?

Těstoviny uvařte ve vroucí osolené vodě podle návodu na obalu. Na rozpálenou pánvičce přidejte olivový olej, nadrobno nasekanou cibuli a česnek. Jakmile je cibule osmahnutá do sklovata, přidejte na kostky nakrájený lilek a cuketu. Chvilku restujte a přidejte krájená rajčata. Dobře promíchejte a nakonec přidejte přepušená cherry rajčata. Směs dochuťte solí, pepřem a třtinovým cukrem. Hotové těstoviny podávejte s omáčkou, čerstvou bazalkou a posypané strouhaným parmezánem.



videorecept najdete na www.albert.cz/videorecepty

VELKÁ ONLINE SOUTĚŽ

O 70 TLAKOVÝCH HRNCŮ

A 10 SAD NÁDOBÍ TEFAL!

SOUTĚŽTE PRÁVĚ TEĎ

NA WWW.TEFAL.ALBERT.CZ



10
LET
NEREZOVÁ OCEL
PRÉMIOVÁ KVALITA

albert
stojí to za to

Děkujeme našim obchodním partnerům za podporu této kampaně v prodejnách Albert.



UVAŘENO v cukru letu


Jsou dny, kdy je třeba uvařit během chvíle. Ani tehdy to nemusí být nuda. Stačí jednoduše obměnit tradiční recepty a za pár minut je hostina na stole.

FOTO: Michal Ureš FOOD & DECOR STYLING: Darina Křivánková


Luxusní krupicová kaše

Tahle verze „pohádky mládí“ obstojí v menších porcích i jako nedělní dezert. Ale dopřejte si ji vždy, když budete chtít mít pocit, že je na světě krásně.

 4 porce

 15 minut přípravy

 velmi snadné

600 ml mléka
400 ml smetany (33%)
100 g dětské krupičky
2 lžice cukru krupice
2 lžice holandského kakaa 
4 lžice másla
2 hrsti mandlí
jahody, borůvky, maliny
moučkový cukr

- V rendlíku smíchejte mléko, smetanu, krupičku a cukr. Přiveďte k varu, ztlumte plamen a za stálého míchání vařte do zhoustnutí.
- Kaši rozdělte na talíře, posypte kakaem, zalijte rozpuštěným máslem, ozdobte nasekanými mandlemi a čerstvým ovocem. Každý si může svou porci ještě podle chuti dosladit.



Holandské kakao

Kvalitním kakaovým práškem dochutíte či dozdobíte sladká jídla i dezerty. Obsahuje minimálně 10% kakaového másla.

i

ENERGIE: **477,8** kcal / **23,9%**
BÍLKOVINY: **13,7** g / **27,4%**
TUKY: **28,1** g / **40,1%**
SACHARIDY: **45,7** g / **16,9%**
Hodnoty odpovídají jedné porci.

* tip

Ovoce a mandle tu nejsou jen na ozdobu, ale postarají se o chuť celého pokrmu. Ideální je využít sezonní ovoce, skvělý je třeba angrešt s rybízem, meruňky s mandlemi, nastrohané jablko s vlašskými ořechy nebo blumy s mákem.



* tip


Chuťově přímočarou směs žampionů a špenátu můžete zvýraznit kousky sýra s modrou plísní. Slušet jí bude i nastrouhaný ementál.

Topinky se žampiony a špenátem

Restované žampiony se špenátem a česnekem jsou skvělý základ pro různá jídla. K večeři si je můžete namazat na topinky, ale je možné je také vmíchat do těstovin nebo použít jako přílohu k masu.

 **4 porce**

 **20 minut přípravy**

 **velmi snadné**

8 krajíců chleba
olivový olej
200 g čerstvých žampionů
1 cibule
2 stroužky česneku
400 g baby špenátu
250 g ricotty
sůl a pepř

- Krajíce chleba zakápněte olivovým olejem a opečte v troubě pod grilem nebo v topinkovači.
- Žampiony očistěte (loupat je není třeba), ty malé pokrájejte na půlky či čtvrtky, větší na plátky. Cibuli nakrájejte na klínky, česnek na plátky.
- V pánvi rozpalte lžici oleje a restujte žampiony, dokud nezačnou chytat barvu, přidejte cibuli a česnek a ještě pár minut restujte. Na žampiony nasypete baby špenát, přidejte lžici či dvě vody a promíchejte, aby všechny listy zavadly.
- Jakmile všechen špenát projde tepelnou úpravou, sundejte pánev z ohně a do směsi vmíchejte ricottu. Dochutěte solí a pepřem a mažte na opečený chléb.



ČESKÁ
CHUŤ

Horalský chléb

Chléb z žitné, pšeničné a kukuřičné mouky má neodolatelně křupavou, rozpraskanou kůrku.

i

ENERGIE: **513,5** kcal / **25,7%**
BÍLKOVINY: **16,2** g / **29,7%**
TUKY: **23,3** g / **33,2%**
SACHARIDY: **58,3** g / **21,6%**
Hodnoty odpovídají jedné porci.


Penne s cuketou

O cuketě se říká, že je chuťově poměrně nudná. V kombinaci se správnými ingrediencemi ale dokáže zazářit. V tomto receptu tvoří harmonickou kombinaci s mátou a se sýrem Feta.

 **4 porce**

 **25 minut přípravy**

 **velmi snadné**

400 g těstovin penne 
1 cibule
200 g anglické slaniny
2 menší cukety
2 lžice olivového oleje
1 hrst cherry rajčat
sůl
100 g sýru Feta
1 hrst lístků máty
čerstvě mletý pepř

- Těstoviny uvařte podle návodu na obalu.
- Cibuli nakrájejte nadrobno, slaninu na proužky, cuketu na kolečka. Na větší pánvi nejprve na olivovém oleji opečte z obou stran kolečka cukety. Vyndejte je, podle potřeby doplňte trošku oleje a orestujte cibuli spolu se slaninou. Přidejte rozpůlená rajčata a krátce orestujte.
- Do pánve vraťte cukety, přidejte scezené penne, vše promíchejte a podle potřeby lehce dosolte. Těstoviny rozdělte na talíře, každou porci posypte nadrobenou fetou, nasekanou mátou, čerstvě mletým pepřem a zakápněte olivovým olejem.



Penne

Tradiční italské těstoviny jsou vyrobeny z tvrdé pšenice. Nejlepší jsou uvařené tzv. al dente, tedy na skus.

* tip

Každý typ těstovin se hodí k jiné omáčce. Pro tento pokrm jsou ideální penne, tedy rovné „trubky“, ale neméně dobře poslouží zakroucené fusilli nebo farfalle ve tvaru motýlků. Všechny druhy najdete v našich obchodech.




i
ENERGIE: **671,5** kcal / **33,6**%
BÍLKOVINY: **23,8** g / **47,6**%
TUKY: **30,3** g / **43,3**%
SACHARIDY: **75,1** g / **27,8**%
Hodnoty odpovídají jedné porci.

Čočkové ragú se ztraceným vejcem

Oblíbená čočka s vejcem se dá udělat i takhle. Pokud vás stresuje příprava ztraceného vejce, uvařte ho naměkko nebo si usmažte volské oko.

 4 porce

 30 minut přípravy

 velmi snadné

1 cibule
2 stonky řapíkatého celeru
2 mrkve
olivový olej
400 g červené čočky
1 lžička sušeného tymiánu
1 lžice octa
4 vejce
sůl a pepř
1 hrst hladkolisté petržele **albert**



Hladkolistá petržel

Petrželka s hladkými lístky má výraznou a plnou chuť. Hodí se jak do zeleninových, tak masitých pokrmů, ideální je na jejich finální dochucení.

* tip

Pokud máte doma zapříspěhlé masožravce, uvařte jim k čočce kousek uzeného nebo ohřejte kvalitní párek.



- Cibuli, řapíkatý celer a mrkev očistěte a nakrájejte na drobné kostičky. V hrnci rozpalte olej a zeleninu na středním plamenu orestujte, měla by pouze změkknout, ne chytit barvu.
- Asi po pěti minutách přisypte čočku, promíchejte ji se zeleninou, přidejte tymián a přilijte vodu tak, aby tekutina sahala asi centimetr pod hladinu obsahu hrnce. Přiklopte, stáhněte plamen a nechte asi 15 minut pomalu vařit. Občas čočku zkontrolujte, případně doplňte trochu tekutiny.
- Mezitím ve větším hrnci přiveďte k varu vodu s octem a stáhněte plamen, aby voda jen lehce pobublávala. Do misky rozklepněte vejce, ve vodě vytvořte lžící vír, do jeho středu vyklopte vajíčko, nechte ho vařit čtyři minuty a vylovte. Takto postupně připravte všechna vejce.
- Hotovou čočku dochuťte solí a pepřem a rozdělte na talíře. Na každou porci dejte jedno vejce, osolte, opepřete a celý pokrm zasypte nasekanou hladkolistou petrželí.

i

ENERGIE: 468 kcal / 23,4%
SACHARIDY: 35,3 g / 70,6%
TUKY: 13,5 g / 19,2%
BÍLKOVINY: 64,6 g / 23,9%
Hodnoty odpovídají jedné porci.


CENA ZA PORCI
16 Kč


Wrapy s kuřetem a paprikami

Do tortill se dá zabalit leccos, třeba opečené kuřecí maso a restovaná zelenina. Je to rychlá a praktická kombinace zejména k večeři, kdy potřebujeme něco lehčího.

 **4 porce**

 **30 minut přípravy**

 **snadné**

4 kuřecí prsa 
olivový olej
čerstvě mletý pepř
3 papriky
3 jarní cibulky
150 g bílého jogurtu
sůl
4 tortilly

- Kuřecí prsa obalte v olivovém oleji, opeřete a dejte na rozpálenou pánev, nechte zprudka zatáhnout z obou stran, poté ztlumte teplotu a pět až šest minut z obou stran propečte.
- Mezitím očistěte papriky a jarní cibulky, papriky nakrájejte na proužky, cibulky na kolečka. Jakmile je maso hotové, sundejte ho z pánve a nechte chvíli odpočinout, aby se zatáhlo a šťáva zůstala uvnitř. Do pánve přidejte trošku olivového oleje a orestujte papriky spolu s bílou částí cibulek – zelenina by měla změkhnout, ale zachovat si křehkost.
- Kuřecí prsa nakrájejte na plátky, jogurt dochuťte solí, pepřem a trochou olivového oleje. Na tortilly navršte restované papriky, na ně kuře, osolte je, zasypte pokrájenou zelenou částí jarních cibulek, přidejte jogurt a zaviňte.

* tip

K paprikám můžete na pánev přihodit i na kolečka nakrájený pórek nebo cuketu. Do wrapu pak přibalte na nudličky pokrájený ledový salát.



Kuřecí prsa

Libové kuřecí maso bez kosti použijte na přípravu rychlých receptů. Kuřecí prsa jsou velmi lehká a snadno se tráví.

i

ENERGIE: **550,8** kcal / **27,5%**
BÍLKOVINY: **51,1** g / **102,1%**
TUKY: **17,3** g / **24,7%**
SACHARIDY: **46,9** g / **17,4%**
Hodnoty odpovídají jedné porci.

Nápoje

Svěží bylinky

Milujete ledové čaje a jemnou chuť bylinek? Značka Lipton nově nabízí jedinečné spojení heřmánku s citronovou šťávou, svěží mátu s pulzujícím eukalyptem a zklidňující meduňku provoněnou levandulí.



Čaj v létě? Proč ne!

V létě je na kouřící šálek čaje příliš horko... Vyměňte ho za ledovou variantu Cold Brew s příchutí citrону a limet nebo broskví a mučenky.



Sirupy bez cukru Mautner Markhof

Vzdejte se zbytečného cukru. V našich regálech nyní najdete sirupy Mautner Markhof s příchutí maliny, černého rybízu s citronem a bezového květu obsahující 0 % přidaného cukru.



Chutě nejstylovějších měst

Zajímá vás, jaké je ryzí nitro Milána, New Yorku nebo romantické Paříže? S kávou Tassimo a jejím Espresso, Americanem a Café Long se do módních metropolí přenesete už s prvním douškem.



Lahodná Aloe Vera

Nápoj s Aloe Vera je oblíbený už několik let, proto jsme se rozhodli ho uvést i pod vlastní privátní značkou Albert.



Nové druhy kávy

Pro vyznavače zrnkové kávy máme dobrou zprávu. Rozšiřujeme totiž naši nabídku značky L'OR o dva nové druhy. Těšit se tak můžete na kávu Forza a Classique.





Vyrobte si domácí nanuky

S formičkami, které zakoupíte v našich prodejnách, budete jako profesionální zmrzlináři. Ovocné i smetanové nanuky připravíte během chvíle a dochutíte podle vlastní fantazie.

Sladká svačinka

Jemný mléčný krém s kapkou medu mezi dvěma tenkými vrstvami piškotu, to je Kinder mléčný řez. Oblíbenou pochoutku malých i dospělých můžete nyní zakoupit ve výhodném balení o sedmi kusech.



EXKLUZIVNĚ
U NÁS



Kosmetika

Osvěžující sprcha

Novinka sprchový gel Adidas adipure bez mýdlových složek a barviv zanechá pokožku příjemnou na dotek.



Přírodní cestou

Nová řada šamponů a kondicionérů Schauma Nature Moments s výtažky 100% přírodního původu. Bez silikonů a umělých barviv.

Svačinka SNAQ

Skvělou dobrotou mezi jídly je novinka od společnosti Kostelecké uzeniny – minisalámky a salámky SNAQ. 100 g výrobku je vyrobeno ze 192 g masa a vybírat můžete z příchutí klasik, chilli a javorový sirup.



EXKLUZIVNĚ
U NÁS

Chutně a rychle

Vyzkoušejte nové balíčky na přípravu čerstvých jídel. Obsahují vše, co budete potřebovat pro uvaření 4–6 porcí. Tak s chutí do toho!

V balíčku na hrachovou nebo dýňovou polévku najdete čerstvou zeleninu a další suroviny v přesném množství.



Papriková a bylinková klobása

Na pánev či rozpálený gril se těší nové klobásy od společnosti Ponnath Řezničtí mistři s.r.o. Jsou ručně zpracované a ve dvou variantách – s bylinkami a s paprikou.



EXKLUZIVNĚ
U NÁS

Šunkovky s nivou

Šťavnaté pářečky jsou vyrobeny z vepřového masa a ve spojení s pikantní nivou jsou tím správným tipem na letošní grilovací sezonu. Neobsahují lepek.



Goudovka větrem ošlehaná

Pro milovníky sýrů je jako stvořená kvalitní vepřová klobása s goudou. Je šťavnatá a díky kvalitnímu sýru vykouzlí na grilu to pravé potěšení.



Staročeská šunková klobása

Klobása z velmi kvalitního vepřového a hovězího masa (celkem 85 %) v přírodním vepřovém střívku. Okořeněna je směsí česneku, kmínu a pepře.



EXKLUZIVNĚ
U NÁS

RETRO speciál

RETRO výrobky neobsahují glutaman sodný, košenilu, sóju a lepek.



RETRO Salám paprikáš

Milujete starou dobrou klasiku – chleba s máslem a salámem? Obložte svůj talíř jen tím nejlepším – paprikášem, který se udi studeným kouřem.



RETRO Dědova papriková klobása

Kvalitní klobása s obsahem masa minimálně 96 % je uzená horkým kouřem. Hlavní surovinou je vepřové maso, které je nasolené a nakořeněné. Dominuje sladká chuť papriky.



RETRO Pražská šunka

Klasická, lehce zauzená vepřová šunka z kýty, s tukovým krytím a kůží na povrchu. Obsahuje 94 % masa.



Novinky z pekárny

K DOSTÁNÍ VE VYBRANÝCH PRODEJNÁCH ALBERT



1 Švýcarský chléb kroucený česnekovo-cibulový

Nadýchaný chléb s charakteristicky pórovitou strukturou vyrobený dle tradiční metody. Pečivo má výraznou chuť a voní po česneku a cibuli.

2 Švýcarský chléb kroucený ječný

Kváskový chléb s vysokým obsahem vlákniny, pečený tradiční metodou na kamenných pecích. Díky výrobě z přírodních surovin a vláknině ze zrn ječmene je lépe stravitelný.

3 Dřevorubecký chléb

Vícezrný chléb s vysokým obsahem pšeničné a žitné trhanky, slunečnic, lnu, žita, sójových bobů a praženého ječmene. Vyniká dokonalou chutí a dlouhou trvanlivostí.

4 Bulka řemeslná tmavá

Novinka vycházející z původní technologie pečení v kamenné peci s tradičním rustikálním vzhledem. Svým složením vyhoví náročným požadavkům zdravého životního stylu.

5 Vícezrná bulka sypaná sezamem

Uvnitř pečiva se ukrývá len, slunečnice, žito a pražený ječmen, vršek bulky je bohatě posypán vynikajícím sezamem.

6 Žitná žemle

Žitné zrno je bohaté na blahodárné látky pro náš organismus. Žemle navíc vydrží dlouho čerstvá.



DÁMSKÉ ŠATY S POTISKEM
399 Kč

Léto s Cherokee

První letní dny lákají k posezení venku, k výletům a pořádání zahradních party. Na každou příležitost najdete vhodný model v letní kolekci značky Cherokee. Více inspirace na www.cherokee.albert.cz



DÍVČÍ TOP
149,90 Kč

DÍVČÍ KALHOTY
399 Kč

**CHLAPECKÉ TÍLKO
SE ŽRALOKEM**
129,90 Kč

CHLAPECKÉ ŠORTKY
249 Kč


CHEROKEE®
AN AMERICAN STANDARD
— SINCE 1973 —

NOVINKA od května

Sedlčanský

**ČESKÉ
GRILUJE**



Sedlčanský TUPLÁK Na gril

• jednodušší příprava • předem obalený v kořeni

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

Kvalita a tradice od českého výrobce.



Naše produkty najdete ve vybraných supermarketech a hypermarketech Albert.

Dálamánek

*Tradiční pečivo,
jak ho znáte
z dětství.*

*Chuť, křupavost
i typická vůně.*

ProFrost
www.profrost.cz

sous vide

podle Zdeňka Pohlreicha

Maso připravené metodou sous vide je dokonale křehké. Teď si ho budete moci dopřát i doma, díky připraveným kouskům masa z prodejen Albert.

FOTO: Marek Bartoš
FOOD STYLING: Marek Všetečka
DECOR STYLING: Darina Křivánková

Vyhrajte grilování se Zdeňkem Pohlreichem na jeho farmě a jiné skvělé ceny. Více informací najdete na našich stránkách.

www.gril.albert.cz



Co je to sous vide

Výraz *sous vide* [su vid] v překladu z francouzštiny znamená „ve vakuu“. Jde o kuchařskou metodu, kdy se potraviny zavakuují do sáčku a následně tepelně upravují ve vodní lázni. Teplota lázně je nižší než bod varu a je konstantně kontrolována. Tento postup si oblíbili především šéfkuchaři špičkových restaurací, protože je velmi šetrný vůči použitým surovinám.

Dlouhá příprava, která se vyplatí

Pokud budeme hovořit o mase, které se takto upravuje nejčastěji, pobude si ve vodní lázni poměrně dlouho, často se připravuje přes noc. Nízká teplota zpracování (pohybuje se v rozmezí

60–90 °C) ovšem zaručuje, že si zachová přirozenou chuť, šťavnatost, texturu, vůni i obsah živin. Další výhodou přípravy masa ve vakuu je, že můžete přímo k masu přidat koření i byliny, maso během dlouhé úpravy výborně nasákne jejich chutě. Metoda *sous vide* se využívá nejen pro maso, ale také na úpravu ryb či zeleniny.

Trhané vepřové, žebra nebo ossobucco


V nabídce prodejen Albert je nyní možné zakoupit několik druhů mas už připravených metodou *sous vide*: trhané vepřové, ossobucco a vepřová žebra. Stačí je jednoduše dokončit


podle návodu na obalu a můžete nosit na stůl jídlo, za které by se nemusel stydět ani špičkový šéfkuchař. V balíčku s trhaným vepřovým najdete poctivý kousek dokonale připravené vepřové plece, která se dělala několik hodin ve vakuu při teplotě 85 °C. Křehké maso je ochuceno cibulí, česnekem a rajčaty, příjemnou pikantnost mu dodává křen, černý pepř, paprika, kmín a hřebíček. Maso stačí vyjmout z obalu a dopéct 20–30 minut v troubě. Pro dokončení se hodí i venkovní gril či mikrovlnná trouba. Stejným způsobem připravíte i vepřová žebra nebo hovězí ossobucco, což je příčný řez hovězí kličky s lahodnou morkovou kostí.

Vepřová žebra se salátem coleslaw

Příjemně pikantní žebra výborně doplní salát coleslaw, křupavý a smetanově jemný.

 4 porce

 30 minut pečení
30 minut přípravy

 velmi snadné

2 vepřová žebra „sous vide“ AExc

SALÁT COLESLAW:

½ středně velké hlávky bílého zelí
1 malá cibule
2 stonky řapíkatého celeru
1 velká mrkev
250 g majonézy
sůl a pepř

cukr
vinný ocet
citronová šťáva

ČESNEKOVÝ DŘEVORUBECKÝ CHLĚB:

1 hrst hladkolisté petrželky
2 stroužky česneku
4 lžíce olivového oleje
sůl a pepř
2 dřevorubecké chleby

- Žebra dopečte v troubě podle návodu na obalu.
- Připravte salát: zelí, cibuli a celer nakrájejte na drobné kostičky, mrkev nastrouhejte nahrubo. Majonézu smíchejte se solí, pepřem, cukrem, vinným octem a citronovou šťávou. Zeleninu promíchejte se zálivkou a nechte odležet v lednici.
- Petrželku nasekejte, česnek utřete, smíchejte s olivovým olejem, osolte a opepřete. Chleby rozkrojte, potřete směsí a dejte zapéct.
- Pečená žebra položte na chleby a nakrájejte. Podávejte se salátem coleslaw.



Vepřová žebra

* tip

*Pečená žebra nejlépe
chutnají s pečivem,
místo bagety si můžete
dát čerstvý chléb.
A nezapomeňte na dobře
vychlazené pivo.*





Trhané vepřové sous vide můžete pouze dopéct podle návodu na obalu, nebo ho dál připravit podle našeho receptu na originální burger.





Burger s trhaným vepřovým


Trhané vepřové je skvělé samo o sobě, ale když ho ještě dokončíte v omáčce s nádechem exotiky, bude dokonalé.



Trhané vepřové

 5 porcí

 30 minut pečení
30 minut přípravy

 velmi snadné

1 balení trhaného vepřového „sous vide“ AEXG

NA DOKONČENÍ MASA:
5 lžic sójové omáčky
3 lžice ústřicové omáčky
5 lžic třtinového cukru
2 lžice rýžového octa
3 lžice vody

NA BURGER:
5 řemeslných tmavých bulek
5 lžic majonézy
1 chilli paprička
1 svazek čerstvého koriandru
1 mango

- Maso dopečte v troubě podle návodu na obalu. Natrhejte po vláčknech na malé kousky.
- V pánvi smíchejte ingredience na dokončení masa, přiveďte k varu a redukujte na hustou omáčku. Přidejte natrhané maso a promíchejte, aby se obalilo omáčkou. Na mírném ohni restujte, dokud se tekutina zcela nevsákne do masa a na mase se nezačne vytvářet kůrka.
- Housky rozkrojte a opečte. Do majonézy vmíchejte nasekanou chilli papričku a část nasekaného koriandru. Mango oloupejte a nakrájejte na plátky.
- Sestavte burger: spodní část bulky potřete majonézou, navrstvěte maso, přidejte plátky manga, koriandr a přiklopte horní částí housky.

Vítejte
na Území
dravce



K dostání ve vybraných
prodejnách Albert

Princ - šlechtic mezi salámy



Penam

Chléb Gurmán
500 g

Chléb Beskyd
500 g

Chléb Mušketyr
450 g

K dostání ve vybraných prodejnách Albert. WWW.PENAM.CZ

NEJOCEŇOVANĚJŠÍ FRANCOUZSKÝ POMERANČOVÝ LIKÉR

COINTREAU®

[kuantró]

V roce 1849 vytvořil Edouard Cointreau ve francouzském městě Angers pomerančový triple sec na světě. Cointreau od té doby posbíralo již více než 300 mezinárodních ocenění.

Dodnes při jeho výrobě dodržujeme tradiční metody a používáme 100% přírodní suroviny. A to především hořké pomeranče z Haiti a sladké ze Španělska a Brazílie. Díky tomu je stále tím nejaromatictějším pomerančovým triple sec likérem s nejnižším obsahem cukru.

Vychutnejte si naplno jeho nevýslovně luxusní hořkosladkou chuť.

NAMÍCHEJTE SI DOMA OSVĚŽUJÍCÍ LETNÍ KOKTEJL COINTREAU FIZZ

4 cl Cointreau
šťáva z 1/2 limety
8 cl sody



Naplňte sklenici ledem. / Přidejte Cointreau.
Do sklenice vymačkejte polovinu limety. / Dolijte sodou.
Nakonec ozdobte plátkem limety či pomeranče.



4 cl



1/2 limety



8 cl



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

A CHUŤ ASIE

Asii jsme procestovali s těmi, kteří ji dobře znají a tamní recepty mají v malíku. Juanita Kansil je Indonésanka, Jana Černá projezdila Vietnam křížem krážem a Jan Kudr se na asijskou kuchyni zaměřuje už léta. Na jejich tipy je spolehnoutí.

FOTO: Marek Bartoš

FOOD STYLING: Marek Všečetka

DECOR STYLING: Darína Křivánková





Kuřecí tikka masala

Pro nejpoblárnější indický pokrm je typické marinování masa v jogurtu se směsí koření tandoori masala a následné dokončení v peci tandúr. Bez problémů ho ale připravíte i v klasické troubě.


 **4 porce**

 **50 minut přípravy**
20 minut pečení

 **snadné**

MASO:
500 g kuřecích prsou
1 limeta
3–4 větší stroužky česneku
1 lžice rozdrceného
čerstvého zázvoru
1 lžice koření tandoori masala
½ lžičky mletého římského
kmínu
1 bílý jogurt

OMÁČKA:
2 středně velké cibule
3–4 větší stroužky česneku
1 lžice rozdrceného čerstvého
zázvoru
1 lžice indického kari
1 lžička kurkumy
½ lžičky mletého
římského kmínu
¼ lžičky mletého chilli
2 rajčata
1 plechovka krájených rajčat
1 lžice olivového oleje
1 lžice másla
100 ml smetany (31 %)
sůl
třtinový cukr

RÝŽE:
400 g rýže basmati 
sůl
1 lžička kurkumy
špetka chilli
250 g mraženého hrášku

čerstvý koriandr

- Začněte přípravou marinády na maso. Maso opláchněte, osušte, vydatně zakápněte limetkou a nechte odležet. V hmoždíři rozdrťte česnek a zázvor, přidejte koření tandoori masala, mletý římský kmín a promíchejte.
- Do větší mísy dejte jogurt, vmíchejte pastu z nadrceného koření a maso nakrájené na větší kousky. Naložené maso nechte odležet v lednici několik hodin, ideálně přes noc.
- Maso rozložte do pekáče a pečte v troubě vyhřáté na 200 °C asi 20 minut.
- Na omáčku oloupejte cibule a nakrájejte je nadrobno. V hmoždíři rozdrťte česnek a zázvor, přidejte indické kari, kurkumu, mletý římský kmín, chilli a promíchejte.
- Čerstvá rajčata spařte horkou vodou, zbavte slupky a nakrájejte na kousky.
- Na pánvi rozežřete olivový olej a máslo. Nejprve osmažte cibuli dozlatova, přidejte dobře promíchanou směs koření z hmoždíře a krátce promíchejte s cibulí. Poté přidejte čerstvá rajčata i ty z plechovky včetně omáčky. Promíchejte a povařte asi 10 minut.
- Vlijte smetanu, promíchejte a krátce povařte na mírném ohni. Dochutěte solí a trochou cukru. Do omáčky dejte upečené maso.
- Rýži properte pod tekoucí vodou a uvařte se špetkou soli. Na pánvi rozežřete olej, asi 20 sekund nechte zpěnit koření. Přidejte rýži a povolený hrášek a promíchejte. Rýži podávejte s opečeným masem v omáčce a s čerstvým koriandrem.



Jan Kudr

Kuchařský nadšenec holduje vaření z čerstvých surovin, orientální kuchyni a vyvážené stravě bez předsudků. Absolvoval kurzy vaření blízkovýchodní a asijské kuchyně, pracoval jako kuchař v marocké restauraci v Praze. V současné době se věnuje studiu léčivé stravy, domácímu a festivalovému vaření.



Bio rýže basmati




*** tip**

Dobrou přílohou je i obyčejná bílá rýže nebo indický chléb naan.

Krůtí semur

Semur je tradiční indonéský pokrm, v němž hraje roli typická kombinace koření: skořice, muškátový oříšek, česnek. Připravuje se z různých druhů masa, lišit se bude jen délka přípravy.

 **4 porce**

 **20 minut přípravy**

30–120 minut

marinování

20 minut dušení

 **snadné**

600 g krůtích prsou
3 lžice sladké sójové omáčky
2 stroužky česneku
½ muškátového oříšku
½ lžičky bílého pepře
sůl
olej
½ kg rajčat
1 lžička skořice
2 nadrcené hřebíčky
400 g jasmínové rýže **AExc**

- Maso nakrájejte na kostky asi 3×3 cm, zalijte sójovou omáčkou, přidejte utřený česnek, nastrohaný muškátový oříšek a bílý pepř. Osolte, promíchejte a nechte půl až dvě hodiny marinovat.
- Ve woku nebo hlubší pánvi rozpalte olej, zprudka osmažte marinované maso, počkejte, až se zatáhne, a dolijte zbytek marinády. Podlijte trochou horké vody a duste.
- Rajčata nakrojte na spodní straně do kříže, zalijte vařící vodou, nechte pár minut spařit, poté vyloupte, oloupejte a nakrájejte na kousky.
- Jakmile je maso skoro dovařené, přidejte rajčata, skořici a hřebíček a ještě chvíli duste, dokud se tekutina nezredukuje na hustou omáčku.
- Podle potřeby dochuťte hotový pokrm sójovou omáčkou. Podávejte s jasmínovou rýží.



Juanita Kansil


Narodila se v Praze, její rodiče ovšem pocházejí z Indonésie. Na pražských Vinohradech vede bistro Javánka, které se zaměřuje na autentické indonéské pokrmy. Typickými surovinami pro tamní kuchyni jsou například kokos, kokosové mléko, česnek, cibule, muškátový oříšek, limetové listy nebo koriandrová semínka.



Jasmínová rýže



 4 porce

 30 minut přípravy

 snadné

ZÁVITKY:

¼ balíčku rýžových nudlí
1 lžice sezamového oleje ABio
½ okurky
2 mrkve
1 salát little gem
12 rýžových papírů
1 hrst lístků máty
1 hrst lístků koriandru
2 hrsti výhonků fazolí mungo

ARAŠÍDOVÁ OMÁČKA:

3 lžice arašídového másla
2 lžice sójové omáčky
2 lžice medu
2 lžice vody
½ limetky
½ lžičky nastrohaného
čerstvého zázvoru
½ utřeného česneku

Letní závitky

Příprava závitků je ideální jako kolektivní dílo, když se sejdete s přáteli: někdo krájí zeleninu, ostatní rolují. Zarolovat závitků chce trochu cviku, ale jakmile získáte grif, půjde to snadno.

- Rýžové nudle uvařte podle návodu na obalu. Scedte, opláchněte studenou vodou a zakápněte sezamovým olejem, aby se neslepily.
- Zeleninu omyjte, okurku zbavte semínek a spolu s mrkví nakrájejte na nudličky. Salát rozeberte na listy.
- Do pánve nebo dostatečně prostorné mísy nalijte horkou vodu. Rýžový papír namočte do horké vody asi na 15 vteřin, rozprostřete ho na pracovní desku nebo na vlhkou utěrku. Na spodní třetinu papíru dejte pár listů salátu, na ně položte nudličky mrkve, okurky, bylinky, nudle a výhonky.
- Přes kupičku přeložte spodní část papíru, pak ji přiklopte zprava i zleva, pevně uchopte a pomalu zarolujte.
- Na omáčku smíchejte všechny ingredience tak, aby se všechny chutě spojily. Podávejte k závitkům.



Bio sezamový olej



Jana Černá

Jako nutriční gastronomka propaguje na svých stránkách „Zásadně“ zdravě racionální stravu. Zaměřuje se mimo jiné na asijskou kuchyni, která je zdravá „sama od sebe“, používá se v ní spousta zeleniny a bylin a je přirozeně bezlepková a bez laktózy.



Dolcefrutta - chut' italského ovoce



Dolcefrutta Group srl Via Cappafredda, 25 - 37050 Roverchiara - Verona - Italia - Tel. 0442 74144 - Fax 0442 688198 - e-mail: dolcefrutta@dolcefrutta.it

VYCHUTNEJTE SI NOVINKU CATUAI

VÝJIMEČNOU BRAZILSKOU ARABIKU

CATUAI DO
BRASIL ESPRESSO
LIMITOVANÁ EDICE



VYHRAJTE SADU KUFRŮ

1 VÝHERCE DENNĚ



KUPTÉ 3 JAKÁKOLIV BALENÍ KAPSLÍ
NESCAFÉ DOLCE GUSTO,
POŠLETE SMS A VYHRAJTE



31.5. 2017 - 29. 6. 2017
Více na www.dolce-gusto.cz

PROTOŽE KÁVA NENÍ
JENOM ČERNA



ZAČNI DEN S PLNOU CHUTÍ



A VYHRAJ MIXER NA SMOOTHIE

KUP 2 KS KÁVY NESCAFÉ CLASSIC 200G
NEBO CLASSIC CREMA 200G, POŠLI SMS
A VYHRAJ. TERMÍN AKCE 31. 5. - 27. 6. 2017

It all starts with a
NESCAFÉ



K dostání ve vybraných
prodejnách Albert.

Kup si mě a
#TrhniSi

lilek

— FIALOVÝ KRÁL

Lilek nebo také baklažán je hvězdou středomořské a balkánské kuchyně. Vykouzlíte z něj spoustu vynikajících jídel. Můžete ho péct, zapékat, smažit či grilovat... Pokrmy z lilku jsou skvělé ještě horké, ale i zastudena.

FOTO: Michal Ureš
FOOD & DECOR STYLING: Darina Křivánková

Lilek je příbuzný brambory či rajčete. K tomu, aby dobře rostl, nutně potřebuje teplo. Aby ne, když původně pochází z východní Indie. Spoustu pokrmů z lilku najdete ve Středomoří, na Balkáně nebo na Blízkém východě – v těchto oblastech patří mezi klíčové suroviny. Při nákupu vybírejte pevné plody s neporušenou slupkou, ta by měla být dokonale tmavě fialová (případně žíhaná či výjimečně zcela světlá, záleží na odrůdě). Nežádoucí jsou hnědé flíčky, které značí, že plod již není v dobré kondici. Se zpracováním lilků dlouho neváhejte, spotřebujte je co nejdříve. V každém případě lilky tepelně upravte, lilek se totiž pro studenou kuchyni vůbec nehodí.

Pokud budete lilek krájet na plátky či kousky a dále ho restovat nebo grilovat, neměli byste vynechat důležitý krok: každý kousek lilku osolit, nechat asi deset minut „vypotit“ a poté z něj tekutinu odsát ubrouskem. Nedělá se to zdaleka jen proto, aby se lilek zbavil hořkosti, dnes už na hořký lilek spíše nenarazíte, ale díky tomuto kroku do sebe lilková dužina při následné tepelné úpravě nasákne mnohem méně oleje. Lilek je pak chutnější a také rychleji hotový.

Caponata

V typickém sicilském jídle se potkávají suroviny, které rostou na jihu Itálie. Caponatu můžete podávat jako předkrm, přílohu k masu nebo jako lehkou zeleninovou večeři.

 4 porce

 20 minut přípravy
40 minut pečení

 velmi snadné

2 velké lilky
sůl
olivový olej
1 červená cibule
2 až 3 stroužky česneku
2 lžice vinného octa
2 lžice kaparů
hrst zelených oliv
hrst cherry rajčat
čerstvě mletý pepř
hrst hladkolisté petrželky

- Lilky nakrájejte na větší kostky, dejte do cedníku, důkladně osolte a nechte asi deset minut vypotit. Poté papírovou utěrkou důkladně odsajte vodu z lilků.
- Ve větší pánvi rozehřejte asi dvě lžice olivového oleje a lilky zprudka opečte ze všech stran, aby chytily barvu. Během pěti minut by měly být zlatohnědé a dužina by měla měknout. Pokud lilky nasákly všechen olej, trochu ho přilijte. Přidejte na klínky pokrájenou cibuli, počkejte, až zesklivatí, dejte do pánve nasekaný česnek a vše pár minut restujte.
- Přilijte ocet, nechte ho krátce odpařit, poté do směsi přimíchejte kapary, olivy, rajčata a ještě tak pět minut restujte. Lilky by měly být dokonale měkké, ale neměly by se rozpadat. Caponatu dochuťte čerstvě mletým pepřem, podle potřeby dosolte a zasypejte nasekanou hladkolistou petrželkou.

* tip

Pokud máte rádi intenzivnější chuť rajčat, použijte do pokrmu větší množství rajčat nebo rajčata z plechovky.



i


ENERGIE: 181 kcal / 9,1%
BÍLKOVINY: 5,5 g / 11%
TUKY: 11,9 g / 17%
SACHARIDY: 18,5 g / 6,9%
Hodnoty odpovídají jedné porci.


Lilkové závitky


Zelený špenát, bílá mozzarella, červené rajče... Ano, tohle je Itálie zabalená do lilku – skvělý předkrm nebo ideální pohoštění na party.

* tip

Lilkové balíčky můžete také jeden vedle druhého naskládat do zapékací misky, zalít rajčatovou omáčkou, zasypat sýrem, dát zapéct a máte lehký letní oběd.

 **4 porce**

 **35 minut přípravy**
5 minut pečení

 **velmi snadné**

2 větší lilky
sůl
olivový olej
200 g baby špenátu
1 stroužek česneku
čerstvě mletý pepř
12 plátek sušených rajčat
naložených v oleji
2 mozzarely
12 větviček rozmarýnu
hrst piníí


- Lilky nakrájejte podélně na plátky silné asi půl centimetru. Rozložte na rovnou plochu, důkladně osolte a nechte deset minut vypotit.
- Mezitím v pánvi na lžici rozehrátého olivového oleje nechte zavadnout špenát. Podlijte ho několika lžicemi vody, vmíchejte podrcený česnek, osolte, opepřete. Přemístěte do cedníku a vymačkejte přebytečnou tekutinu.
- Papírovou utěrkou z lilků důkladně odsajte vodu a smažte je z obou stran na rozpáleném oleji dozlatova. Hotové lilky odkládejte na papírovou utěrku, která odstraní přebytečný tuk.
- Na každý plátek lilku dejte lžici špenátu, sušené rajče a kousek mozzarely. Lilky přeložte, každý kousek spojte větvičkou rozmarýnu a zapečte asi pět minut v troubě rozehráté na 200 °C, mozzarella by měla změkknout. Podávejte posypané nasucho opraženými piniovými semínky.

i

ENERGIE: 386,3 kcal / 19,3%
BÍLKOVINY: 17,4 g / 34,8%
TUKY: 31,0 g / 44,3%
SACHARIDY: 15,8 g / 5,9%
Hodnoty odpovídají jedné porci.

Pečené lilky se smetanou a granátovým jablkem

Tohle jídlo voní Středomořím – olivový olej, tymián, smetana a granátové jablko výborně dochutí doměkka upečenou dužinu lilků.

 4 porce

 15 minut přípravy
40 minut pečení

 velmi snadné

4 lilky
olivový olej
2 lžičky sušeného tymiánu
sůl a pepř
1 svazek čerstvého tymiánu
2 kelímky zakysané smetany
1-2 stroužky česneku
1 granátové jablko

- Lilky podélně rozkrojíte a na řezné straně vytvoříte ostrým nožem zářezy do tvaru mřížky, díky tomu se dužina lépe a rychleji propeče. Půlky lilků naskládejte vedle sebe do pekáče a poctivě zakápněte olivovým olejem, posypte sušeným tymiánem, osolte a opeřte. Přidejte čerstvý tymián a pečte asi 40 minut při teplotě 200 °C.
- Do zakysané smetany vmíchejte rozmačkaný česnek, sůl a trochu olivového oleje. Omáčku naneste na ještě teplé lilky, zasypte zrnky z granátového jablka a zakápněte olivovým olejem.

* tip

Pokrm můžete doplnit o další středomořské byliny: do pekáče přidejte snítky oregana a do omáčky nasekanou čerstvou mátu.

i
ENERGIE: 271,5 kcal / 13,6%
BÍLKOVINY: 6,5 g / 13%
TUKY: 20,7 g / 29,6%
SACHARIDY: 20,4 g / 7,5%
Hodnoty odpovídají jedné porci.

**RAJČATA SOUDKOVÁ
KEŘÍKOVÁ**

Drobnější plody s intenzivní chutí se hodí především do salátů.

CUKETA

Ochotně přijme aroma výraznějších surovin, je skvělá zejména na grilování.

CHILLI PAPRIČKY

Dodají pokrmům říz a také zlepší vaše trávení.

RAJČATA PAPELETTO

Chuť velmi kvalitních rajčat podpoří olivový olej a čerstvá bazalka.

PAPRIKA

Masité papriky se výborně grilují – nechte je zčernat, zapařit a snadno je oloupete.

PAPRIKA SLADKÁ

Pestré barevné kombinace plodů a přívětivá chuť dělají z paprik krále zeleninových salátů.

RAJČATA RED DESIRE

Tato luxusní odrůda je doslova plná slunce a také vitamínů skupiny B.

KULATÁ CUKETA

Stačí ji vydlabat a naplnit mletým masem, rýží, kuskusem... a dát péct.

LILEK

Je výborný na gril, z pečeného lilku zase připravíte chutnou pomazánku.

SALÁTOVÁ OKURKA

Stálice studené kuchyně je takřka bez kalorií, ale rozhodně ne bez chuti. Dejte si ji s koprem a jogurtem.

RAJČATA JUANITA

Malá, sladká rajčata jsou výborná jen tak, ale vynikající jsou i pečená či grilovaná.

Moje bobuloviny
po celý rok!

markt
vertrieb
Ein Bisschen frischer!

365 DAYS YEAR ROUND BERRIES SUPPLIER

Marktvertrieb Dieter Schwerin GmbH • D-47059 Duisburg • www.marktvertrieb.de

Balakanakis
Olympic fruit

Kvalita má své jméno

Užijte si každý den skvělou
chuť meruněk ze slunného Řecka.

control daily + fresh daily = enjoy daily

yonasdesign

KAŽDÝ DEN JE mléko trochu jiné

Vlastnosti mléka se mění denně podle toho, jaké měla kráva krmení, v jaké je kondici či jaké je roční období. Proto záleží na dlouholeté zkušenosti výrobců sýra, kteří pouhým okem poznají, jakou maličkost přidat či ubrat, aby kvalita sýra byla vždy stejná. V Jaroměřické mlékárně vyrábějí tvarohy, čerstvé sýry typu žervé, polotvrdé sýry nebo tradiční pomazánkové už přesně 80 let, zpracování mléka tedy mají v malíčku.

FOTO: Michal Ureš TEXT: Bára Procházková

Bedřich Štecher vystudoval ekonomii a mlékárenství se věnuje už od roku 1991. Tehdy začal pracovat pro firmu Danone, která v Česku po otevření hranic startovala výrobu. „Největší překvapení pro Francouze bylo, že se u nás prodávají jednotlivé kelímky jogurtu. Ve Francii se totiž prodávají pouze platíčka minimálně po šesti kusech,“ vzpomíná Bedřich Štecher na dobu ve francouzské firmě. Poté působil jako manažer ve firmě Bel Sýry Česko a v roce 2010 koupil Jaroměřickou mlékárnu se 120 zaměstnanci v Jaroměřicích nad Rokytnou.



Denně se v Jaroměřické mlékárně na výrobu spotřebuje až 120 tisíc litrů mléka. To pochází z regionálních chovů, do mlékárny se dováží z okruhu přibližně 80 kilometrů. „Když si za starých časů lidé přinesli mléko domů, tak ho nejprve svařili. To je podobné i dnes,“ říká majitel a ředitel mlékárny v Jaroměřicích nad Rokytnou Bedřich Štecher. Proto je prvním krokem zpracování mléka pasterizace, tedy tepelné ošetření, které je povinné pro všechny zpracovatele mléka a má za cíl zbavit mléko případných nežádoucích mikroorganismů. Následným odstředěním se mléko rozdělí na smetanu a odstředěné mléko. Nezpracované a přímo od zemědělců má totiž čtyři procenta tuku, běžně kupované pak pouze 1,5 procenta. V této chvíli se výroba dělí na čerstvé nebo polotvrdé sýry (eidam) či tvaroh.

Tvaroh se zde vyrábí tradičním způsobem – ručně a bez konzervačních látek. Mléko se vysráží a sraženina se zabalí do textilních vaků, které se naskládají na sebe. Z nich pak vyteče voda, které se říká syrovátka. Pevnější zbytek už je tvaroh, který se



Jaroměřická mlékárna nyní začala nově vyrábět sýry Eidam pod značkou Česká chuť – zakoupíte je exkluzivně v prodejnách Albert.

v kostkách balí do hliníkové fólie, aby z něj stále mohla syrovátka vytékat. Na rozdíl od tvarohu ve vaničkách, u kterých se syrovátka odstraňuje odstředěním, má tento tradiční tvaroh pevnější konzistenci a je možné ho lépe použít při pečení. Při zahřátí tak z buchety nebo koláčů nevyteče. „Já říkám, že tvaroh je superpotravina. Je to bílkovina, která obsahuje vápník a fosfor, a naopak neobsahuje tuk,“ vysvětluje Štecher. Díky čistotě mléka, čistotě během výroby i balení a také díky uchování v chladu kolem čtyř stupňů vydrží takto vyrobený tvaroh i bez konzervantů až dva týdny.

Při výrobě tvrdého sýra se do mléka přidávají mléčné kultury a syřidlo, aby se mléko srazilo. Potom vznikne hrudkovité sýrové zrno, které se dá do forem a slisuje do pevné hmoty, čímž vzniknou sýrové cihly. Vše se ponoří na jeden den do solné lázně a po vysolení nechá oschnout. Suchý sýr se zabalí do fólie a dva až čtyři týdny ve sklepích zraje při maximálně dvanácti stupních. A pak už stačí sýr jen nakrájet.

Podle statistik konzumují Češi stále více mléčných výrobků, každý Čech jich sní průměrně kolem 230 kilogramů ročně a spotřeba už pátým rokem stále stoupá. Zájem o produkty se samozřejmě mění i během roku. „Například teď, když zrají jahody, stoupá zájem o tvaroh na strouhání,“ prozrazuje Štecher.

Češi si nejraději kupují čisté produkty bez příchutí. „Zákazníci nejvíce kupují tradiční pomazánkové a příchutě si dají pouze jako zpestření jídelníčku. Nejoblíbenější je šunková. Paleta příchutí je samozřejmě široká, nabízíme například i tradiční pomazánkové s křenem, česnekem nebo s paprikou. V čerstvých sýrech je pak



oblíbená pažitka nebo bylinky,“ říká Štecher.

A jak se vlastně tradiční pomazánkové vyrábí? Odstředěná smetana se zahustí sušeným odstředěným mlékem nebo syrovátkou a vše projde vysokým tlakem, čemuž se říká homogenizace. Poté se přidá mlékařská kultura. Mléko tak přes noc kontrolovaně prokysává, přidá se bramborový škrob a sůl a vše se dobře promíchá. Ve speciální nádobě se dvěma plášti se hmota na 20 minut zahřeje na 70 stupňů, zabalí do vaniček a následně se vychladí. Tomuto poslednímu tepelnému ohřevu se říká termizace. U produktů s příchutí se do hmoty před termizací přidává například namletá šunka nebo třeba pažitka.

„Lidé dnes už přemýšlejí o tom, co jedí, a chtějí potraviny z mléka, protože jsou zdravé, kvalitní a dobré,“ vysvětluje Bedřich Štecher a dodává: „A právě to, že mléko je zdravá surovina, mě na tom celá ta léta nejvíce baví.“

JAHODY & melouny

Léto začíná, když rozkrojíte první meloun a v záhonech se začnou červenat jahody. Šťavnatě a jásavé barvy jsou předzvěstí prázdnin.

FOTO: Michal Ureš FOOD & DECOR STYLING: Darina Křivánková

Jahody si samozřejmě můžete dát po celý rok, ale ty, které dozrávají v červnu, jsou nejlepší – intenzivně voní i chutnají. Jsou plné vitamínu C, proto je nejlepší dát si jahody čerstvé, jen tak, se smetanou či jogurtem. Čerstvé jahody fantasticky dekorují dezerty, proto doporučujeme vyzkoušet tartaletky s jahodami nebo nadýchaný jahodový dort. A nebojte se jahody kombinovat třeba s listovými saláty nebo krémovými sýry, když navíc

chuť jahod podpoříte špetkou pepře, získáte dokonale harmonické jídlo.

I meloun chutná nejlépe jen tak, dobře vychlazený a pokrájený na kousky. Vedle klasiky, vodního melounu, si dopřejte také bohaté chutě cukrových melounů, skvělý je například osvěžující žlutý meloun nebo cantalupský, který chutná po ananasu, sladká galia či piel de sapo s medovou chutí. Všechny druhy najdete v našich prodejnách.


* tip


Na tenhle salát je nejlepší zkombinovat různé druhy melounů: vodní i cukrový, například odrůdu galia. Čím více melounů, tím více chutí.

Melounový salát

Osvěžující melouny se dají výborně kombinovat s pikantnějšími chutěmi: zkuste k melounům přidat jemnou fetu, balsamico a čerstvě mletý pepř.

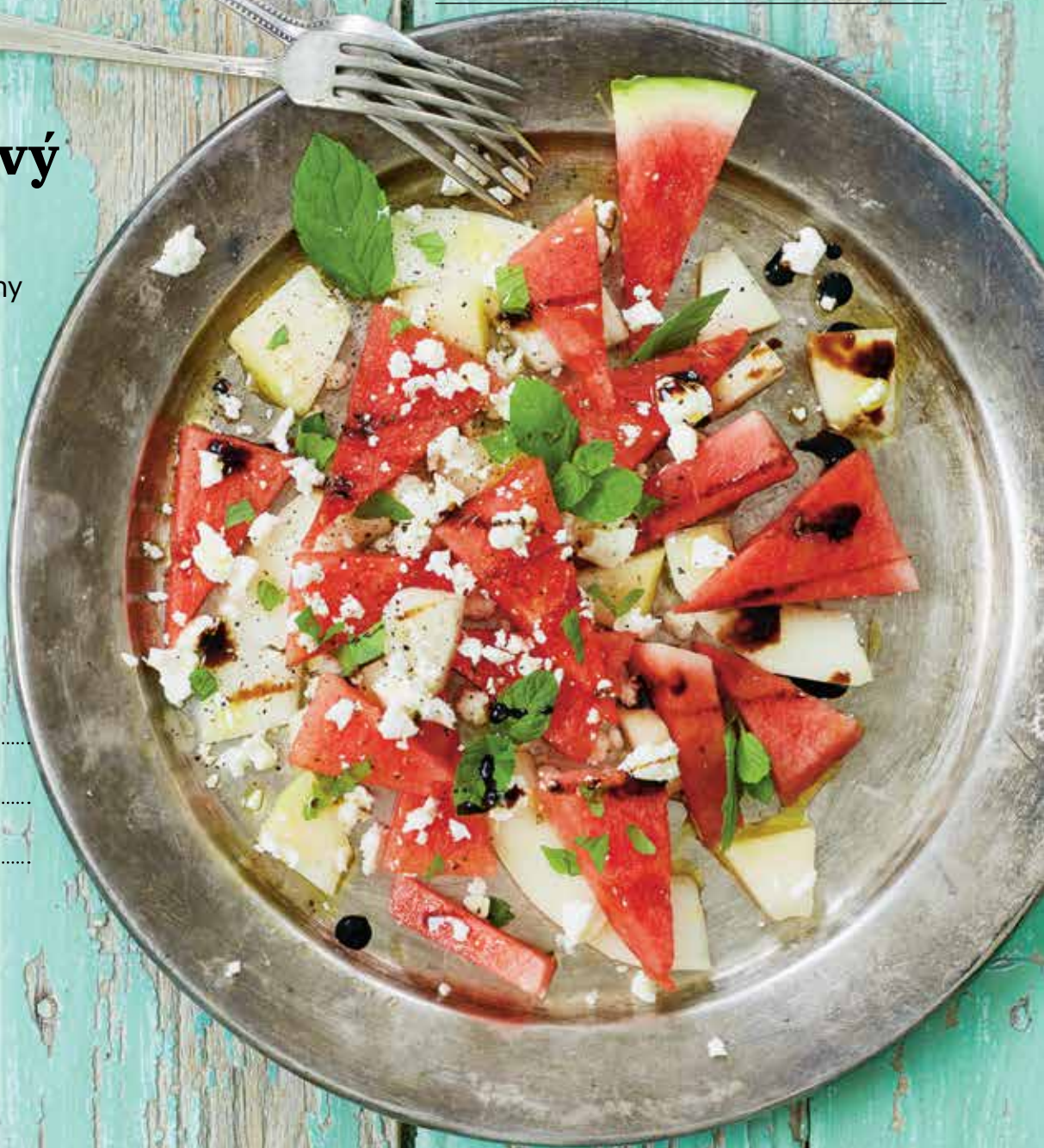
 4 porce

 15 minut přípravy

 velmi snadné


1 kg dužiny z melounů
250 g sýru Feta
1 svazek máty
čerstvě mletý pepř
balsamický ocet


- Melouny zbavte slupek i semínek a nakrájejte je na větší kousky. Dejte na velký talíř, posypte rozdrobeným sýrem Feta, lístky máty, čerstvě mletým pepřem a bohatě zakápněte balsamickým octem.




Nadýchaný dort s jahodami

Lehký korpus, nadýchaný krém a spousta jahod... Dort jako stvořený pro někoho, koho máte opravdu rádi.

 dvě dortové formy
o průměru 20 cm

 40 minut přípravy
20–25 minut pečení

 snadné

KORPUS:

máslo na vymazání formy
6 vajec
180 g cukru krupice
200 g hladké mouky
50 g rozpuštěného másla

KRÉM:

750 g mascarpone
2 lžičce cukru moučka
200 ml smetany ke šlehání

jahody a moučkový cukr na
ozdobení

• Začněte přípravou dortových korpusů. Dortové formy lehce vymažte máslem, dno i boky vyložte pečicím papírem. Vejce s cukrem šlehejte v robotu asi pět minut na nejvyšší rychlost, vznikne hustá pěna. K ní prosejte mouku a opatrně ji do hmoty zapracujte gumovou stěrkou. Nakonec vmíchejte lehce zchladlé máslo.

• Těsto rovnoměrně rozdělte do dvou forem a pečte 20–25 minut v troubě vyhřáté na 170 °C. Zda jsou korpusy upečené, zkontrolujte pomocí zapíchnuté špejle. Piškoty vyndejte z formy a nechte zcela vychladnout na mřížce. (Pokud nemáte dvě stejné formy, rozdělte si přípravu těsta nadvkrát.)


• Na krém smíchejte mascarpone s cukrem (nepoužívejte robot, krém by příliš zřídil) a po částech zapracujte ušlehanou smetanu. Krémem spojte oba korpusy a potřete vršek dortu. Ozdobte ho jahodami a dejte vychladit. Před podáváním ho můžete lehce zasypat moučkovým cukrem.





Jahodové tartaletky

U tohoto receptu je základem úspěchu správné plánování: začněte přípravou těsta, dejte ho chladit, poté připravte krém, dejte ho chladit, upečte korpusy, dokončete krém a můžete plnit a zdobit.



 8–10 tartaletek

 60 minut přípravy
10–15 minut pečení
2 hodiny chlazení

 snadné

TĚSTO:

250 g hladké mouky
1 vejce
125 g změkklého másla
125 g moučkového cukru
kůra z 1 citronu

KRÉM:

400 ml mléka
4 žloutky
6 lžic cukru
4 lžice kukuřičného škrobu
4 lžice likéru Amaretto
200 ml smetany ke šlehání

jahody na ozdobení

- Ingredience na těsto zpracujte rukama nebo v robotu na hladkou nelepivou hmotu. Těsto vytvarujte do válce zhruba o průměru, jaký mají vaše formičky na tartaletky, zabalte do fólie a dejte na hodinu chladit do lednice.
- Mezitím připravte krém. Mléko, žloutky, cukr, škrob a Amaretto dejte do kastrůlku a důkladně promíchejte. Za stálého míchání přiveďte k varu a vařte do zhoustnutí. Sundejte z plotny a na celý povrch krému přitiskněte potravinářskou fólii, aby se nevytvoril škrálop. Krém nechte zcela vychladnout. Do studeného

krému pak po částech vmíchejte ušlehanou smetanu.

- Ze zchladlého těsta odkrajujte plátky a postupně je vtlačte do jednotlivých formiček. Pokud bude těsto i formičky dobře vychlazené, půjde vám to snáz. Korpusy zakryjte kousky pečicího papíru, zasypte zátěží (například fazolemi) a pečte v troubě vyhřáté na 160 °C 10–15 minut. Měly by lehce zežloutnout.
- Tartaletky opatrně vyklopte z formiček, dokud jsou ještě teplé. Vychladlé je naplňte krémem a ozdobte jahodami.

* tip

Na jahodové dezerty se výborně hodí mátový cukr: tři lžice třtinového cukru podrťte v hmoždíři s několika listky máty, rozprostřete na rovnou plochu a nechte pár hodin proschnout.

LÉTO na zahradě

Nejlépe chutná na čerstvém vzduchu a mezi přáteli. Provětrejte gril a připravte jim lososové špízy, kuřecí paličky s kukuřicí nebo originální vegetariánské burgery. Budete za hvězdu garden party.


FOTO: Michal Ureš FOOD STYLING: Darina Křivánková
DECOR STYLING: Johana Střížková





Lososový špíz s koprovým dipem

Losos je na grilu připravený raz dva, výborně ho doplní krutony obalené v pancettě.

 **4 porce**

 **30 minut přípravy**


 **velmi snadné**

600 g filetu z lososa 
1 velká bageta
20 plátků pancetty 
8 větviček rozmarýnu
olivový olej
sůl a pepř
200 g zakysané smetany
1 hrst kopru

- Z lososa stáhněte kůži, odkrojte tenčí maso z břicha ryby a maso pokrájejte na stejnoměrné kostky asi 3×3 cm.
- Z bagety okrájejte kůrku a střídku natrhejte na kousky o velikosti sousta. Každý kousek zabalte do plátky pancetty.
- Z větviček rozmarýnu otrhejte většinu lístků. Na rozmarýnové snítky pak napichujte střídavě kousky lososa a bagetu v pancettě. Špízy potřete olivovým olejem a grilujte ze všech stran na mírnějším žáru. Hotové špízy dochuťte solí a pepřem.
- Podávejte s dipem umíchaným ze zakysané smetany, půl lžíce olivového oleje, hrsti nasekaného kopru, soli a čerstvě mletého pepře.

Bramborový salát s okurkou a koprem

Kombinace brambor s okurkou a koprem je velmi svěží a lehká. Tenhle salát je ideální přílohou k rybám i masu.

 **4-6 porcí**

 **40 minut přípravy**

 **velmi snadné**

1 kg malých salátových brambor
4 lžíce olivového oleje
sůl a pepř
1 salátová okurka
2 šalotky
1 svazek kopru

- Brambory uvařte ve slupce tak, aby zůstaly pevné, nechte jen trochu zchladnout, oloupejte je a nakrájejte na plátky. Zalijte olivovým olejem, dobře osolte, opepřete a promíchejte.
- Okurku omyjte a nakrájejte nebo nastrouhejte na velmi tenké plátky, šalotky na kolečka, kopr nasekejte najemno. Vše dobře promíchejte a dejte vychladit.



Losos



Pancetta



Burgery s grilovaným sýrem

Sýry určené na grilování jsou skvělou surovinou na přípravu vegetariánských burgerů. Výborný je například panýr, má jemnou chuť, perfektní strukturu a griluje se jedna báseň.

 4 porce

 30 minut přípravy

 velmi snadné

2 bulvy fenyklu
olivový olej
50 g sušených rajčat v olivovém oleji
4 lžičce majonézy
400 g sýru Panýr
4 vícezrné bulky sypané sezamem
1 hrst rukoly

- Fenykl umyjte a pokrájejte na plátky. Potřete olivovým olejem a grilujte z obou stran, aby změkkl a chytil barvu.
- Sušená rajčata rozmixujte a promíchejte s majonézou.
- Sýr pokrájejte na plátky asi centimetr silné a nasucho grilujte z obou stran na litinové grilovací pánvi či tálu.
- Bulky rozkrojte a řezné strany opečte na grilu.
- Sestavte burgery: spodní část bulky potřete rajčatovou majonézou, přidejte trochu rukoly, grilovaný fenykl, pak sýr a přiklopte vrchní částí bulky.

Salát z grilovaných cuket a paprik

Grilování dodá zelenině mnohem více chutí a připravíte z ní pak originální salát.

 4 porce

 40 minut přípravy

 velmi snadné

2 papriky
2 menší cukety
olivový olej
šťáva z půlky citronu
2 lžičce kaparů ve slaném nálevu
2 lžičce piniových semínek
1 hrst hladkolisté petrželky
sůl a pepř

- Papriky omyjte a vcelku grilujte na přímém žáru tak, aby slupka zčernala. Dejte je do mikrotenového sáčku a nechte pár minut zapařit. Olupejte a zbavte stopky i semínek.
- Cukety pomocí škrabky nakrájejte na dlouhé, tenké plátky. Potřete je olivovým olejem a krátce ogrilujte.
- Papriky a cukety smíchejte v míse, zalijte olivovým olejem smíchaným s citronovou šťávou. Zasypte kaparami, nasucho opraženými piniovými semínky a nasekanou petrželkou. Podle chuti dosolte a opepřete.

Bulgur s avokádem a rajčaty

Tenhle letní salát dobře zasytí a dodá přesně tolik energie, kolik potřebujete na pořádnou grilovačku.

 4 porce

 20 minut přípravy

 velmi snadné

300 g bulguru
1 avokádo
200 g cherry rajčat
1 svazek máty
2 lžičce olivového oleje
1 lžičce balsamika
2 limety
sůl a pepř

- Bulgur uvařte podle návodu na obalu.
- Avokádo rozkrojte, zbavte pecky, oloupejte a nakrájejte na plátky. Rajčata pokrájejte na poloviny, lístky máty nasekejte nadrobno.
- Bulgur promíchejte s kousky avokáda a rajčat. Zalijte dresinkem z oleje a balsamika, bohatě zakápněte limetovou šťávou, osolte a dochuťte čerstvě mletým pepřem.




Kuřecí paličky s chilli a kukuřicí

Kuře, chilli a gril jsou známá parta. Když k nim přidáte kukuřici, stane se z vás král garden party.

 4 porce

 20 minut přípravy
60 minut marinování
60 minut grilování

 velmi snadné

16 kuřecích paliček albert
4 lžičce sladké chilli omáčky
5 lžic sójové omáčky
4 předvařené vakuované kukuřice
sůl

- Kuřecí paličky omyjte, osušte a naložte do marinády z chilli omáčky a sójové omáčky. Nechte odležet minimálně hodinu, ideálně přes noc.
- Paličky rozložte na grilovací tácek, ještě potřete marinádou a grilujte nejprve na mírnějším žáru, aby se maso důkladně propeklo, a poté na prudším žáru, aby se dobře opekla kůžička.
- Kukuřice nakrájejte na kolečka, potřete zbytkem marinády a na posledních deset minut přidejte na gril ke kuřeti. Před podáváním kuře i kukuřice dochutíte solí.

Grilovaný ananas

Ananas je výborný zejména ve chvíli, kdy máte pocit, že jste toho snědli víc, než jste chtěli. Zaručeně totiž oživí chuť k jídlu.

 4 porce

 20 minut přípravy

 velmi snadné

1 ananas
4 lžičce javorového sirupu ABio
1 hrst opražených plátek mandlí
1 hrst lístků máty

- Ananas oloupejte, rozkrojte podélně na čtvrtiny, vykrojte dřevnatý střed a nakrájejte na plátky. Grilujte pár minut z každé strany.
- Porce přelijte javorovým sirupem, zasypte nasucho opraženými plátky mandlí a lístky máty.



Bio javorový sirup



Kuřecí spodní stehna



Delikatesy z našeho pultového prodeje



❶ Pomazánka se sušenými rajčaty

Pomazánka s výraznou chutí sušených rajčat, výborně se chodí na jednohubky nebo chlebičky.

❷ Tzatziki

Osvěžující salát z okurek a jogurtu s jemným nádechem česneku nesmí chybět na vašem stole.

❸ Těstovinový salát s akawi a sušenými rajčaty

Je ideální ke grilovaným masům či rybě, s charakteristickou chutí sýru Akawi, který kromě mléka neobsahuje žádné alergeny. Sýr Akawi v kombinaci se sušenými rajčaty vytváří skvělou chuť.

❹ Olivy černé kalamata bez pecky

Olivy, které dozrály pod řeckým sluncem, mají tvar mandle a vynikají intenzivní vyzrálou chutí.

❺ Olivy zelené bez pecky

Charakteristická chuť mladých oliv se skvěle hodí k vínu nebo je můžete použít do salátů.

❻ Sladkokyselé papričky plněné sýrem

Plněné papričky jsou tou nejlepší volbou, když chcete pohostit své přátele. Nejlépe chutnají ke grilovanému masu.

❼ Sušená rajčata

Oblíbenou pochoutku, sušená rajčata v oleji, můžete jíst jen tak, nebo je použít při vaření. Hodí se do těstovin, salátů i omáček.

❽ Panýr

Panýr je čerstvý nezrající sýr vyrobený z kvalitního kravského mléka tradiční sýrařskou technologií. Je vhodný na tepelné úpravy, ideální na gril. Má křupavou konzistenci a skvěle chutná se zeleninou a kořením. Lze ho s úspěchem využít i ve vegetariánské kuchyni. Najdete v oddělení balených sýrů.

❾ Fourme d'Ambert

Lahodný sýr s modrou plísní, který za své jméno vděčí obcím Ambert a Mont Brison ve francouzském regionu Auvergne. Má plnou, bohatou a pikantní chuť. Kvůli vysokému kulatému tvaru tohoto sýra se mu říká „Fourme“, což znamená buben.

❿ Saint Albray

Sýrová specialita z jižní Francie je zvláštní svou červeno-bílou kůrou, která sýru dodává jeho typické aroma. Chuť je výrazná a ostřejší. Dobrý je také jako svačinka na chlebu s rajčaty sušenými na slunci.

 DELIKA

Novinka

Retro

BUDAPEŠŤSKÁ
POMAZÁNKA

VYROBENO PODLE TRADIČNÍ RECEPTURY
OBSAHUJE VYSOKÝ PODÍL TVAROHU A MÁSLU

K dostání ve vybraných prodejnách Albert. I další výrobky z našeho sortimentu najdete v supermarketech a hypermarketech Albert.
DELIKA lahůdky, s.r.o., U hřiště 654/21a Brno, tel.: 547 227 123-5, fax: 547 227 653, delika@delikalahudky.cz



VYROBENO PODLE
ORIGINÁLNÍ RECEPTURY,
JAK TO MÁM RÁD

www.uzeninyodslaniny.cz

**OCHUTNEJTE
MŮJ SKVĚLÝ
ŠPEKÁČEK BEZ ÉČEK**



Špekáček
čistě masa 80%

Špekáček od Slaniny
680 g

Za kvalitu Vám ručím
★ ONDŘEJ SLANINA ★

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

Od našich čtenářů: Ideální dezert k odpolednímu čaji

Každá rodina má své osvědčené recepty, na které nedá dopustit. Podělte se o ně s ostatními na stránkách Albert magazínu. Uvidíte své dobroty profesionálně nafocené a ještě získáte odměnu. Tentokrát nás zaujal strouhaný koláč od Pavly Gachové z Troubska. Chutnal skvěle, určitě ho vyzkoušejte.


FOTO: Michal Ureš FOOD STYLING A DECOR STYLING: Darína Křivánková



Strouhaný kakaový koláč s tvarohem

Tohle je ideální víkendový koláč, nedá moc práce, ale nadělá spoustu parády. Uctíte jím každou návštěvu.

 **1 velký plech**

 **30 minut přípravy**
60 minut mražení
45 minut pečení

 **velmi snadné**

TĚSTO:

250 g změkklého másla
2 žloutky
150 g moučkového cukru
400 g hladké mouky
1 prášek do pečiva
4 lžice kakaa
máslo a hrubá mouka na
vymazání a vysypání plechu
moučkový cukr na posypání

NÁPLŇ:

4 vejce
špetka soli
750 g měkkého tvarohu
150 g moučkového cukru
1 vanilkový pudink

- K přípravě těsta v robotu ušlehejte do pěny máslo, žloutky a cukr. Vmíchejte syké ingredience a vypracujte hladké těsto. Těsto zabalte do fólie a dejte na hodinu do mrazáku.
- Mezitím připravte náplň. Oddělte bílky od žloutků. Z bílků a špetky soli ušlehejte sníh. Žloutky vmíchejte do tvarohu, přidejte cukr, pudinkový prášek a nakonec do směsi po částech zapracujte sníh.
- Plech nebo velký pekáč vymažte máslem a vysypte moukou. Ztuhlé těsto rozkrojte na polovinu, nastrouhejte ho nahrubo a rovnoměrně rozprostřete na plech. Na nastrouhané těsto rozetřete náplň a na ni nastrouhejte zbylé těsto. Pečte 45 minut v troubě vyhřáté na 170 °C. Koláč podávejte posypaný moučkovým cukrem.

* tip

Dokonalý recept není třeba nijak vylepšovat. Ale pokud si chcete dopřát, přidejte ke každému kousku poctivou porci šlehačky.

» Pište na adresu: redakce.albertmagazin@gmail.com, autoři zveřejněných receptů dostanou poukázku v hodnotě 500 Kč na nákup v prodejnách Albert.

Dopisy čtenářů



Pište nám, vaše postřehy jsou pro nás důležité. Nejzajímavější dopis vždy odměníme poukázkou na nákup v prodejnách Albert v hodnotě 300 Kč.

Milá redakce!

vaše recepty v minulém čísle s názvem „Jako od babičky“ mě přivedly k myšlence, že vám napíšu o své milované babičce. Jmenuje se Alenka, je z Dejvic a brzy jí bude 87 let. Je velkou fanynkou vašeho magazínu. Ve své knihovničce má schovaná všechna vydání od prvního čísla, perfektně seřazená podle jednotlivých měsíců a provázek svázaná a nadepsaná podle jednotlivých roků vydání. Vždy začátkem měsíce netrpělivě vyhlíží dědečka, až jí přinese její oblíbený plátek. Babička je úžasná hospodyňka a dodnes vaří jedno teplé jídlo denně, i přestože zdravotníčko už tolik neslouží. Já se občas snažím podle vašich receptů něco uvařit a přinesu jí to v kastrůlku, aby si po 65 letech v manželství mohla od vaření někdy odpočinout. A i když moje bábovka nikdy nebude „jako od babičky“, její pochvala mě vždy potěší ze všech nejvíc. Tímto vám děkuji za prima časopis a skvělé recepty!

S pozdravem,

Mája Holomčíková

Vážená redakce,

dosud jsem se zdráhala připravit vás o čas mým názorem na obsah vašeho časopisu. Důvod je jediný. Jsem s ním léta velmi spokojena jako všichni vaši čtenáři. Hned při prvním otevření hledám, kdy vyjde další číslo. Datum se mi vždy trvale uchová v paměti a pak funguje jako budíček. Tento můj dopis berte jako poděkování mé a jistě dalších čtenářů za flexibilní a inspirativní představení mnohých novinek v oblasti snadnější, rozmanitější a zdravější přípravy stravy. Prodejny Albert v tomto směru stále více rozšiřují svou nabídku. Pro všechny čtenáře tak vzniká super propojení. Velmi děkuji a přeji hodně energie a stále zdraví.

Vaše vděčná čtenářka

Zdenka Svobodová, Hradec Králové

DOPISY POSÍLEJTE NA ADRESU

Redakce Albert v kuchyni
Újezd 19, 110 00 Praha 1
redakce.albertmagazin@gmail.com

TRVALE VÝHODNÁ CENA

34⁹⁰

MÁSLO 250G

- 250 g
- 100 g = 13,96 Kč



14⁹⁰



**LIPÁNEK
MAXI
VANILKOVÝ**

- 130g
- 100 g = 11,46 Kč
- různé druhy

**CENY STOVEK
OBLÍBENÝCH
PRODUKTŮ VAŠÍ
RODINY UDRŽUJEME
DLOUHODOBĚ NÍZKO.
ŘÍKÁME DOST VYSOKÝM
CENÁM! KAŽDÝ TÝDEN
NAJDETE V ALBERTU
DALŠÍ A DALŠÍ TRVALE
VÝHODNÉ CENY.**

křížovka a sudoku

	SPZ TEPLIC	1. DÍL TAJENKY	ŽENSKÉ JMÉNO	OKOVY		DOMÁCKY OLGA	PŘEDLOŽKA	OMÁMENÁ ALKOHOL- LEM	BIČÍKOVEC TVOŘÍCÍ KOLONIE
KLUS KONĚ					VĚDRO U STUDNY				
					LYŽE				
SKORO NEVIDOMÁ									
RUSKÁ ABECEDA							LENDLOVY INICIÁLY		
							OŠKLIVOST		
	TIŠTÍ ŽIZEN					KŠANDY			
	ČIVA					HLUPÁK			
ZOLŮV ROMÁN					HNĚDÝ MOTYL				
					ODVĚTVÍ				
DOMÁCKY ELIŠKA				STŘEDOVÁ ČÁRA			4. DÍL TAJENKY	TVRZ	
				VOJENSKÝ ÚKRYT					
ZKRATKA REGISTRO- VANÉ TUNY			PLUKOVNÍK (zastar.)						
			MÁČETI VE VODĚ						
NÁDHERNÝ									
	ZNAČKA STRONCIA	ODBOROVÁ ZKRATKA				ČÁST TÝDNE			
		2. DÍL TAJENKY				LIST V ATLASU			
MÍSTO PRO NOHU HOROLEZCE					SÍLA				TURISTICKÉ PŘÍSTŘEŠÍ
					ŘECKÉ PÍSMENO				
KOUT				ZÁKLADNA (zastar.)					
				CESTY VZDUCHEM					
	OSPRAVE- DLNIT	CHEMICKY POŠKODIT							
		3. DÍL TAJENKY					POPĚVEK		
SLOVENSKY „OSVĚTA“							BASKICKÁ HRA		
BÁJNÝ ČESKÝ KNÍŽE						OSOBNÍ ČÍSLO			
						TYP KAROSERIE			
HROZNO- VITA KVĚ- TENSTVÍ					SADA				ZÁSTUP LIDÍ
					SEVEŘAN				
SLECHY				NEPOŘÁDEK					
				TĚTÍ					
ŘÍMSKÁ ŠESTKA			BIBLICKÉ MĚSTO						
			PŠT						
ROZKAZ									
SEDMÁ VELMOC					TUMÁŠ!				POMŮCKA: BASIS OBERST STUP

Sudoku

Do každého políčka vepište jednu číslici od 1 do 9 tak, aby se číslice neopakovaly v žádném řádku, sloupci ani v žádném z devíti vyznačených menších čtverců.

Obě vyřešená sudoku (stačí první řádek) zašlete do 6. 6. 2017 na adresu Redakce Albert v kuchyni, Újezd 19, 118 00 Praha 1, nebo ji vyplňte do formuláře na www.albert.cz/tajenka.

Výherce sudoku z čísla 04–05/2017:

Jiřina Nováková, Šlapanice u Brna.

Řešení z minulého čísla:

4	2	3	1	6	9	7	8	5
1	5	8	7	3	4	2	9	6
9	7	6	2	8	5	4	3	1
6	1	2	9	7	3	5	4	8
5	8	9	6	4	2	3	1	7
7	3	4	5	1	8	6	2	9
8	6	7	3	2	1	9	5	4
2	4	5	8	9	7	1	6	3
3	9	1	4	5	6	8	7	2

9	5	3	1	6	8	2	4	7
4	6	7	3	5	2	8	9	1
2	8	1	4	7	9	6	5	3
5	3	9	7	8	4	1	2	6
6	1	2	5	9	3	7	8	4
8	7	4	6	2	1	9	3	5
1	9	5	8	3	6	4	7	2
3	4	8	2	1	7	5	6	9
7	2	6	9	4	5	3	1	8

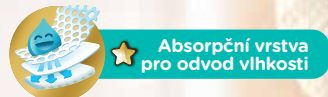
5	2			7			8	4
				4		9		
	6			2			7	
3		8		4		9		2
	1	4	3		5	8	6	
9		6		1		3		5
	9			3			2	
				9		2		
6	3			8			9	1

			4			2	1	
1		6		2	7	3		
5	2				3		7	
	4	9						3
	1			9			2	
2						7	9	
	6		5				3	2
		5	2	7		1		8
	9	2			1			

Křížovka

Tajenku zašlete do 6. 6. 2017 na adresu Redakce Albert v kuchyni, Újezd 19, 118 00 Praha 1, nebo ji vyplňte do formuláře na www.albert.cz/tajenka. Vylosovaný luštitel obdrží poukázku na jednorázový nákup v síti prodejen Albert v hodnotě 300 Kč. Výherce křížovky z čísla 04–05/2017: Zdeněk Harsa, Praha. Řešení z minulého čísla: Velké rodinné vaření s Tefalem.

Od prvního doteku budeš cítit jenom lásku.



Doporučuje
Česká pediatrická společnost

*neobsahuje hedvábní
**dostupný u velikostí 0, 1, 2

NOVINKA

ARIEL baby
síla
hebkosti

Využijte nyní
akční nabídku
na **ARIEL** gely



Jemné a šetrné složení pro hebkost při doteku s jemnou pokožkou

Stejně čistící účinky, jaké máte u Arielu rádi

Dle klinických testů je prádlo vyprané v Arielu Baby k pokožce stejně šetrné, jako prádlo vyprané pouze ve vodě



pouze Ariel Baby a Sensitive

Nabídka platí na vybraných hypermarketech a supermarketech Albert.

Nejlepší gelové kapsle na odstraňování skvrn*



*ve srovnávacím testu s jinými zcela tekutými gelovými kapslemi při praní na 40 °C ve středně tvrdé vodě.
© A.I.S.E. Vždy uchovávejte mimo dosah dětí.

lenor
UN STOPPABLES
VONNÉ PERLIČKY
*AŽ 12 TÝDNŮ
SVĚŽEJŠÍ VŮNĚ*



*při uskladnění prádla v šatníku



2 ks +
3 minute
miracle
ZDARMA



Kupte libovolné dva výrobky Aussie a dostanete 3MM zdarma! Výrobek vložte do košíku, jeho cena bude odečtena na pokladně. Akce platí od 24. 5. do 20. 6. na vybraných prodejnách Albert: Píseň, Písecká 972/1 • Praha 11, Roztylská • Praha Štěrboholy, Nákupní 389/1 • Hradec Králové, Kutnohorská 226 • Pardubice, Palackého tř. 2748 • Říčany u Prahy, Čestlice 111 • Praha 6, U Letiště • Praha 5, Radlická 117 • Teplice, Srbská 464 • Mladá Boleslav – Olympia, Jičínská 1350/3 • Ústí nad Labem, Krušnohorská 3371/2 • Brno Modřice, U dálnice 744 • Olomouc, Olomoucká 90

POCHLAP SE A POMÁHEJ

STK PRO CHLAPY

Chlapské zdraví není samozřejmost pro nikoho z nás. Proto **Nadační fond Petra Koukala** vede program na jeho podporu. Kup si výrobky značek Gillette, Old Spice, H&S a Oral-B a firmy Albert a Procter & Gamble mu společně odvedou **2 % z ceny** zakoupených produktů.

PETR KOUKAL NÁM ODPOVĚDĚL, JAK KAMPAŇ POMÁHÁ V PREVENCÍ MUŽSKÉHO ZDRAVÍ

1. Jak Vašemu nadačnímu fondu pomohl minulý ročník kampaně STK pro chlapy v Albertu?

Vybralo se téměř 200 000 Kč, které jsme použili pro výrobu našich edukačních brožur „Manuál pro údržbu chlapa“, které jsme následně distribuovali při přednáškách ve školách i na dalších akcích, kde jsme dělali osvětu důležitosti prevence. Také nám velmi pomohlo, že se o naší aktivitě díky kampani dozvěděla opravdu široká veřejnost.

2. Jaký efekt má na STK pro chlapy popularita Vaší manželky – Gabriely Koukalové?

Samozřejmě to pomáhá, za což jsem moc rád, protože Gábina je sportovní génius a miláček národa v jednom. Vloni například nazpívala skvělý STK Song ve spolupráci s beatboxerem Nastym, a to mělo velký mediální zásah.

3. Jaké jsou Vaše plány do budoucna po ukončení Vaší sportovní kariéry?

Chystám se ještě více ponořit do nadační práce a do osvěty mužského zdraví a důležitosti prevence. Mým snem je, aby projekt STK PRO CHLAPY výrazně pomohl zbořit tabu mužského zdraví.

4. Výtěžek z letošního ročníku kampaně poputuje na vzdělávací roadshow po středních školách – jak taková roadshow bude vypadat?

„Plánujeme objet všechna krajská města a v každém z nich udělat velkou přednášku pro studenty středních škol. Naším cílem je oslovit přibližně 7 tisíc studentů a edukovat je o tom, že po dosažení plnoletosti je potřeba převzít zodpovědnost za vlastní zdraví a pravidelně chodit na preventivní prohlídky. Mně taková prohlídka v roce 2010 zachránila život.“



Datum trvání akce od 24. 5. do 20. 6. 2017.



Exkluzivně v  albert
stojí to za to



Kvalitní poctivé tvarohy od Tatry Vám nabízí prodejny Albert.

www.tatramleko.cz



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

PROVĚŘENÁ GENERACEMI



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

www.delpra.cz

DELPR

Dobrou chuť

Léty prověřená kvalita

Mini balení 400g

CZ 119 ES

MKP.CZ
MASOKOMBINÁT POLIČKA

Gotthajský salám

To nejlepší od řeznických mistrů z Poličky.

S tradiční jemnou vůní i lahodnou šťavnatou chutí.

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

www.mkp.cz

Ilustrační foto.

České sýry na Váš stůl!

Horácký plátkový sýr s tvorbou ok, Farmářský plátkový sýr uzený bukovým dřevem nebo delikátní sýr ementálského typu Montana. Tyto kvalitní české sýry můžete zakoupit ve vybraných prodejnách Albert.



MORAVIA LACTO, a. s., člen skupiny Interlacto, www.moravialacto.cz



Pizza s tradicí



Originální receptury, poctivé suroviny, skvělá chuť.

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



KOLIK TOHO MÁŠ V REPERTOÁRU TY?

ZAPOJ SE NA WWW.UKAZSBIRKU.CZ
DO SOUTĚŽE O CENY V HODNOTĚ 300 TISÍC.

Soutěž probíhá od 24. 5. do 25. 7. 2017.

RED BULL VÁM DÁVÁ KŘÍÍIDLA. 



Více než zmrzlina.



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

jednoduše
NEODOLATELNÁ

Sheba®



Kup 2x MAGGI  a vyhráj MOBIL

25x Samsung galaxy A5

Smartphone screen text:
Vyzkoušej krémově...
já radši knedlíčky...
pořádně velké

Soutěž probíhá od 17. 5. do 13. 6. 2017.
Více informací na www.nestle.cz a letáčcích.

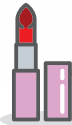


OBJEVTE SVE KRÁSNÉ JÁ!

Nakupte produkty **Colgate** a **PALMOLIVE**
v minimální hodnotě 99 Kč a hrajte o den pro
krásu s Českou Miss Andreou Bezděkovou
a 40× voucher Allegria v hodnotě 5 000 Kč.

Více informací a registrační formulář najdete na webu www.palmolivepromo.cz
Akce trvá od 17.5. do 30.5. na hypermarketech a od 24.5. do 6.6.
na supermarketech Albert.


Andrea Bezděková



Používáte červenou rtěnku?
Aby Vaše zuby vypadaly
ještě bělejší, použijte rtěnku
s modrým podlínem (studené
odstíny červené).

Tip pro krásu



NAŠE
NEJPOKROČILEJŠÍ
BĚLÍCÍ ŘADA

PRO BĚLEJŠÍ ÚSMĚV

Jarní SLEVA
na celý sortiment


vileda®

minimálně
-20%



Akce se nevztahuje na žehličí prkna a sušáky. Akce platí 24. 5. – 27. 6. 2017 ve vybraných supermarketech a hypermarketech Albert.

jahodové nanuky

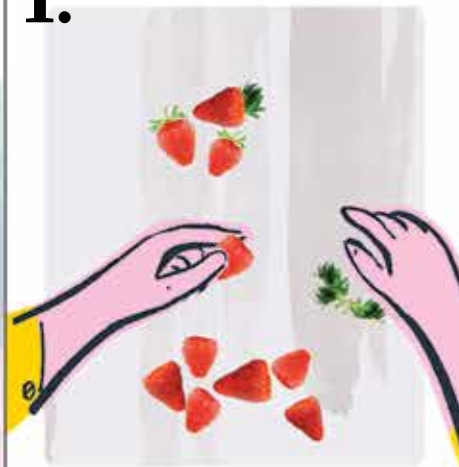


8 porcí

 velmi snadné

500 g jahod
250 g smetanového jogurtu
2 lžičce medu
1 hrst lístků máty

1.



« Omyjte jahody a zbavte je stopek. »

2.



« Polovinu jahod rozmixujte. »

3.



« Polovinu jahod nakrájejte na kousky. »

4.



« Kousky jahod vmíchejte do jogurtu a přidejte med. »

5.



« Do jahodového pyré přidejte nasekanou mátu. »

6.



« Do formiček na nanuky dejte nejprve jahodové pyré a pak jahody s jogurtem. »

7.



« Formičky uzavřete a nanuky dejte ztuhnout do mrazáku. »

ZLATÁ EDICE

Orion®



VYHRAJ STYLOVÉ MĚSTSKÉ KOLO!

30×
MĚSTSKÉ KOLO
COSSACK CLASSIC CITY
V HODNOTĚ
10 000 Kč



KUP 2× STUDENTSKOU PEČEŤ ZLATÁ EDICE, POŠLI SMS A VYHRAJ!
SOUTĚŽ PROBÍHÁ OD 31. 5. DO 13. 6. 2017. VÍCE INFORMACÍ NA LETÁČKU V PRODEJNĚ NEBO NA WWW.NESTLE.CZ.

1) V čokoládě Zlaté edice je použito výhradně kakaové máslo.

JOJO.



Chceš vyhrát vikend v Tropical Islands? Já jo! A ty?

12x
vikendový
pobyt pro 4 osoby
v Tropical Islands
v Německu



Kup 3x bonbóny JOJO, pošli SMS a vyhraji!
Více informací na letáčku v prodejně nebo na www.nestle.cz. Soutěž probíhá od 14. 6. do 11. 7. 2017.

Nejraději mám
nákupy s odměnou



Platěte v prodejnách Albert kartou
Visa a získejte slevový poukaz.

50 Kč
na další
nákup!

Za každou platbu kartou Visa nad 500 Kč teď dostanete slevový poukaz v hodnotě 50 Kč na další nákup!
Řekněte si o poukaz při placení u pokladny.

albert
stojí to za to

VISA ať se vydáte
kamkoliv