

ČERVEN · 2018

albert

V KUCHYNI

VYRAZTE
NA LETNÍ KEMPINK

.....
PRAVÁ CHUŤ ITÁLIE
VE VAŠÍ KUCHYNI

.....
PŘIPRAVTE SI
STEAK NA
JEDNIČKU

přivítejte s námi léto

Novinky



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

**SBÍREJTE BODY
A UŽIJTE SI LÉTO
NAPLNO**

HUSKY

VARTA
In service for you

Další vybavení naleznete na www.kemp.albert.cz



Turistický batoh pro dospělé
Modrý, červený, černý

15 bodů + 499 Kč

Běžná prodejní cena 1 290 Kč



Spací pytel pro děti
Modrý, červený

15 bodů + 499 Kč

Běžná prodejní cena 1 190 Kč

Sada kempingového nádobí

15 bodů + 299 Kč

Běžná prodejní cena 890 Kč



200 Kč = 1 BOD
15 BODŮ = SLEVA OD 40 %

Termoska 0,5 l
Různé barvy

15 bodů + 119 Kč

Běžná prodejní cena 199 Kč



Milé čtenářky a milí čtenáři,

letní vydání našeho magazínu Albert v kuchyni je i tentokrát plné úžasných inspirací. A vařit budeme společně nejen doma, ale i v přírodě. Prázdniny sice ještě oficiálně nezačaly, ale je jasné, že první letní dny lákají k výletům a pobytu v přírodě. Vyrazte s rodinou a přáteli na čerstvý vzduch, přespěte pod stanem a pochutnejte si na dobrotách připravených na ohničku. Příprava je pro vydařené kempování klíčová a my jsme pro vás přichystali spoustu receptů a praktických tipů. Nezapomeňte se do přírody vybavit kvalitními batohy a kempinkovými vychytávkami, které na vás čekají v Albertu.

Nejen těm, kteří by si rádi připomněli chuť přímořských krajín, je věnována rubrika s Albertem kolem světa. Tentokrát vás s vařečkou provedeme slunnou Itálií a ochutnáme báječné risotto s artyčoky, zapékané lilky a tradiční pudink. Zaměřili jsme se samozřejmě na výběr kvalitních surovin a ukážeme vám, jak se vaří u italských ploten.

A když už jsme načali téma kvalitní gastronomie, stačí dolistovat na steakový speciál. Příprava steaku na jedničku je výzva pro každého, bát se nemusejí ani méně zkušené kuchařky a kuchaři. Výhodou je bezesporu to, že steakům sluší jednoduchost a méně je v tomto případě více. Vyberte si u nás kousek podle svého gusta a pusťte se s chutí do díla.

Léto je období plné barev a vůní, které nám příroda velkoryse nabízí. Ovocné stromy lákají na sladké a šťavnaté meruňky, broskve či nektarinky. Ty samozřejmě chutnají nejlépe čerstvé, ale stejně dobře je můžete využít i při vaření. Krok za krokem vám ukážeme, jak na mřížkový koláč s nektarinkami, který pak určitě zařadíte mezi oblíbené recepty. Peckoviny také dokonale podpoří chuť drůbežního masa a sýrů. Na zahradní party budete určitě bodovat s křupavými toasty s broskví nebo s lehkým krutím masem v meruňkové marinádě.

Pro milovníky sladkostí máme hned dvě hvězdy a těžko říct, která je lepší. Aby bylo rozhodnutí spravedlivé, vyzkoušejte pro jistotu oba dva recepty. Inspiraci přinášíme v podobě rebarborového koláče a nepečeného dortu z mascarpone. Sladký duel může začít.

Přeji vám sladké a báječné léto,



Anna Tošovská
šéfredaktorka

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 27. 6. 2018

REDAKCE: Anna Tošovská (šéfredaktorka),
Barbora Mosorjáková (food editorka),
Eliška Pekárková (produkce)

FOTOGRAF: Michal Ureš, Michael Dvořák,
Luboš Wisniewski

FOOD STYLING: Marek Všetečka,
Barbora Mosorjáková

DECOR STYLING: Denisa Hříčiščová,
Markéta Zindulková

MAKE-UP & STYLING: Barbora Černá

MARKETING: Andrea Šulcová

SAZBA: ThisIsMartins.com

TISK: Severotisk

MK ČR E 7161 © AHOLD Czech Republic
ISSN 1211-1422

Tiskové chyby vyhrazeny.

Jakékoliv nakládání, publikování, přebírání
nebo jiné formy šíření obsahu magazínu
Albert v kuchyni jsou bez písemného
souhlasu vydavatele zakázány.

ADRESÁŘ:

POTTEN&PANNEN / Újezd 25, Praha 1

LE PATIO / Jungmannova 748/30, Praha 1

BUTLERS / OC Flora, Vinohradská 151, Praha 3

NANU-NANA / Na Pankráci 1727/86, Praha 4

APROPOS / Dlouhá 36, Praha 1

NILA STORE / Korunní 91, Praha 2

VYDRA&VOLKMER / vydra-volkmer.cz

KVĚTINOVÝ ATELIÉR U ELIŠKY / Pohořelec 110/26,
Praha 1

MADAL BAL / Dukelských hrdinů 8, Praha 7

Na každý den

Skvělé letní večere

8

Vyrazte do přírody

Recepty nejen na ohničku

14

Maso měsíce

Připravte si steak jako šéfkuchař

26

Podle kalendáře

Báječně sladké meruňky, broskve a nektarinky

32

S Albertem kolem světa

Itálie jako na talíři

38

Domácí stříbro

Recepty od našich čtenářů

44

Maminky maminkám

Dobroty pro vaše nejmenší

46

Soutěž

Známe vítěze naší Instagramové soutěže

50

Napište nám

Podělte se nejen s námi o své kulinářské úspěchy

54

Luštěte a vyhrajte

Křížovka a sudoku

55




Videorecept

Nepečený dort s mascarpone a ovocem

74



Inspiraci na spoustu dalších skvělých receptů najdete na albert.cz/recepty

 [albertceskarepublika](https://www.instagram.com/albertceskarepublika) [#albertmagazin](https://www.instagram.com/albertmagazin)  Albert ČR  Albert ČR

Zlatopramen Radler herbal
**ANI KAPKA
ALKOHOLU**



**ÚPLNĚ NEJVÍC PŘÍRODY
V CIDERU STRONGBOW**



#PRIRODUDOMESTA



K DOSTÁNÍ VE VYBRANÝCH PRODEJNÁCH ALBERT.

Seznam receptů

VYBERTE SI PODLE SVÉHO GUSTA: bezlepkové ● veganské ■ vegetariánské ▼ bez laktózy ◻

nápoje

Ovocná sangria se sirupem Relax 33 % ovocné šťávy ● ■ ▼ ◻ 21

snídaně a svačiny

Domácí žitný chléb s Májkou — 16

Pečený banán s mléčnou rýží ▼ 22

Bazalkový toast s grilovanou broskví — 37

Sunárková svačinka s tvarohem ▼ 49

hlavní jídlo

Pečený plísňový sýr na salátovém lůžku ● 8

Kuřecí játra s bramborovou kaší ● 10

Rýže s kuřecím masem, kukuřicí a cuketou ● 11

Mrkvové placičky ▼ 12

Cizrna s kuskusem na marocký způsob ● ▼ 13

Kotlíkový guláš — 15

Pečená zelenina s kuřetem nebo klobásou — 17

Pikantní topinky ▼ 24

Krůtí maso s meruňkovou marinádou ◻ 36

Rumpsteak s pepřovou omáčkou, žampiony a fazolkami ● 28

Queensland steak s chimichurri omáčkou a glazovanou cibulkou ● ◻ 29

Entrecôte s novými brambory ● 30

Risotto s artyčoky ● 40

Zapečený lilek s parmazánem ● ▼ 42

saláty

Salát ve sklenici ● ◻ 23

zákusky

Nektarinkový mřížkový koláč ▼ 34

Pudink bunet ▼ 43


Rebarborový koláč s mandlemi ▼ 44


Nepečený dort s mascarpone a ovocem ● ▼ 74

Pečený plísňový sýr na salátovém lůžku

Sýr ve slatinovém kabátku proložený brusinkovou marmeládou a bylinkami vypadá velice přitažlivě a navíc báječně chutná. V doprovodu salátu s mini paprikami budou mít vaši strávníci pocit, že jste si snad pro něj odskočili do nedaleké restaurace.

 4 porce

 20 minut přípravy

 velmi snadné

4 sýry s bílou plísní s brusinkovou omáčkou **albert**

8 větviček tymiánu (jen lístky)

2 lžičky sušené šalvěje

8 delších plátků slaniny

250 g mini paprik

olivový olej

1 balení Mix salátů s mangoldem

1 sklenička malých kaparů

DRESINK

6 lžic olivového oleje

2 lžičky jablečného octa

1 lžičky medu

sůl a čerstvě mletý pepř

- Předehřejte troubu na 180 °C.
- Sýry podélně rozpulte, zevnitř potřete brusinkovou omáčkou, posypete tymiánem, šalvějí a přiklopte vrchní částí sýra. Přes sýr poskládejte křížem slaninu a zavažte provázkem.
- Papriky přepulte a odstraňte jádřka. Sýr s paprikami zakápnutými olejem dejte péct na čtyři minuty.
- Do větší mísy nasypete salátové listy, přidejte kapary a následně upечené papriky. Přelijte dresinkem a promíchejte. Na talíř rozložte salát a navrch posadte upечený sýr.



rychlé a barevné červnové večeře

Prázdniny klepou na dveře, ale ještě měsíc potřebujeme fungovat v plném nasazení. Udělejte si díky našim večeřím o něco více času na rodinu. Využijte bohatého letního sortimentu a připravte recepty, které budou všem chutnat. Už během přípravy přiláká vůně jedlíky nenápadně ke stolu, takže společně prožijete o to více radostných chvil.

FOTO Michael Dvořák FOOD STYLING Marek Vsetečka

DECOR STYLING Denisa Hříčišřová RECEPTY A TEXT Barbora Mosorřáková



i

ENERGIE: 812 kcal / 41%
BILKOVINY: 24,5 g / 49%
TUKY: 73,7 g / 105%
SACHARIDY: 17,1 g / 6%
Hodnoty odpovídají jedné porci.

tip*

Náplně do sýru kombinujte podle vlastního gusta nebo aktuálních zásob. Skvěle budou fungovat i čerstvé žampiony, plátek šunky nebo kousky opečené cukety.


**Sýr s bílou plísní**

Měkký zrající sýr s bílou plísní potěší svou výraznou chutí všechny milovníky sýrů. Hodí se nejen na gril, ale i do salátů. Součástí balení je také brusinková omáčka.

Kuřecí játra s bramborovou kaší

Každý si občas rád dá jídlo z české klasiky. Tentokrát jsme vsadili na kuřecí játra s poctivou bramborovou kaší zjemněnou krémovou smetanou. V kombinaci s voňavou omáčkou získáte jedinečnou večeři.

 4 porce


 30 minut přípravy

 velmi snadné

400 g brambor typu C

sůl

1 větší cibule

400 g kuřecích jater 

150 g slaniny

1 lžice sádla

1 a ½ lžičky drceného kmínu

100 g másla

250 ml smetany 12%

½ lžičky pepře

- Brambory oloupejte a dejte vařit do osolené vody na 20 minut.
- Cibuli nakrájejte na tenké proužky, játra propláchněte a odstraňte viditelné šlachy.
- Slaninu nakrájejte najemno. V hlubší pánvi rozpalte sádlo, přidejte slaninu, cibuli a opečte doměkka. Vložte játra, zasypte kmínem a restujte pár minut, než se maso zatáhne. Poté podlijte trochou vody a duste sedm minut.
- Brambory slijte, přidejte máslo a trochu je rozštouchejte. Přilijte smetanu, rozmixujte na jemnou kaši a případně dosolte.
- Podušená játra s omáčkou dochutěte solí a pepřem a před podáváním promíchejte.



Kuřecí játra chlazená

Játra obsahují velké množství železa a minerálů. Proto by si je měli hlavně lidé trpící chudokrevností dopřávat dvakrát do měsíce.

tip*

Játra dobře ladí se sladkou chutí. Klidně si k pokrmu dopřejte hruškový nebo jablečný kompot.



i

ENERGIE: 850,8 kcal / 43%
BÍLKOVINY: 26,8 g / 54%
TUKY: 71,2 g / 102%
SACHARIDY: 30,8 g / 11%
Hodnoty odpovídají jedné porci.



**Bio kukuřice
sterilovaná
Nature's Promise**

Kukuřici můžete
přidat třeba do
salátů nebo rizota.
Pyšní se sytou
a šťavnatou chutí.

tip*

*Místo cukety zkuste
brokolici, kterou stačí
natrhat na malé růžičky
a dál postupovat dle
receptu.*

Rýže s kuřecím masem, kukuřicí a cuketou

Tohle jídlo bude milovat celá rodina. Maminky ocení především rychlou přípravu, děti se pobaví sypáním sýra a tatínkové budou šťastní, že si mohou „naložit“ pořádnou porci. Nikdy nezapomeňte postavit na stůl také plnou sklenici kyselých okurek.

4 porce

25 minut přípravy

velmi snadné

200 g rýže Basmati
1-1,5 l zeleninového bujonu
1 šalotka
2 kuřecí prsa
1 cuketa
sůl
3 lžice rostlinného oleje
50 g másla
250 g Bio sterilované kukuřice
Nature's Promise
2 lžičky sušené bazalky
150 g sýra na strouhání
čerstvá bazalka na ozdobu

- Rýži propláchněte a uvařte dle návodu v zeleninovém bujonu.
- Šalotku nakrájejte najemno, kuřecí maso na kousky a cuketu na kostičky.
- Rozpalte pánev a na oleji zprudka opečte osolené kuřecí maso. Po pěti minutách jej vyjměte a do výpeku vložte máslo. Přidejte šalotku, chvíli restujte, přisypte cuketu, kukuřici a bazalku, osolte.
- Nakonec doplňte rýží, promíchejte a maso vraťte zpět. Nechte ještě chvíli prohřát. Před servírováním posypte sýrem a dozdobte lístky čerstvé bazalky.


i


ENERGIE: **531,3 kcal / 27%**
BÍLKOVINY: **31 g / 62%**
TUKY: **14,4 g / 21%**
SACHARIDY: **64,2 g / 24%**
Hodnoty odpovídají jedné porci.

Mrkvové placičky

Zeleninové placičky se pro svoji jednoduchou přípravu těší velké oblibě. Mrkev a cuketa je prověřená kombinace, kterou si zamilují nejen vegetariáni. Jemná zelenina a omáčka z modrého sýra se příjemně doplňují.

 **10-15 placiček**

 **30 minut přípravy**

 **velmi snadné**

110 g nivy
100 ml mléka + 3 lžičce
¼ lžičky sušeného česneku
190 g zakysané smetany
4 Bio mrkve Nature's Promise
1 cuketa
2 hrsti petržele
2 vejce
100 g hladké mouky
špetka mletého muškátového oříšku
rostlinný olej na smažení

- Tři čtvrtiny nivy rozdrobte do misky na malé kousky. Zalijte třemi lžičkami mléka, okořeňte česnekem, rozmíchejte a nechte chvíli nasáknout. Přidejte zakysanou smetanu a zbytek nadrobeného sýra. Nechte v lednici uležet.
- Mrkev a cuketu očistěte a nahrubo nastrouhejte. Petržel nasekejte nadrobno. Ve větší míse prošlehejte vejce s mlékem, poté přidejte zeleninu s petrželí. Mouku přisypávejte postupně až do jemně husté konzistence, poté přidejte koření.
- Rozpalte pánev a ve vyšší vrstvě oleje smažte placičky o velikosti lívanců.
- Před servírováním nechte placičky odstát na papírové utěrce, aby se vsákl přebytečný olej.

i

ENERGIE: **477,8** kcal / **24%**
BÍLKOVINY: **16,9** g / **34%**
TUKY: **34,4** g / **49%**
SACHARIDY: **30,4** g / **11%**
Hodnoty odpovídají jedné porci.

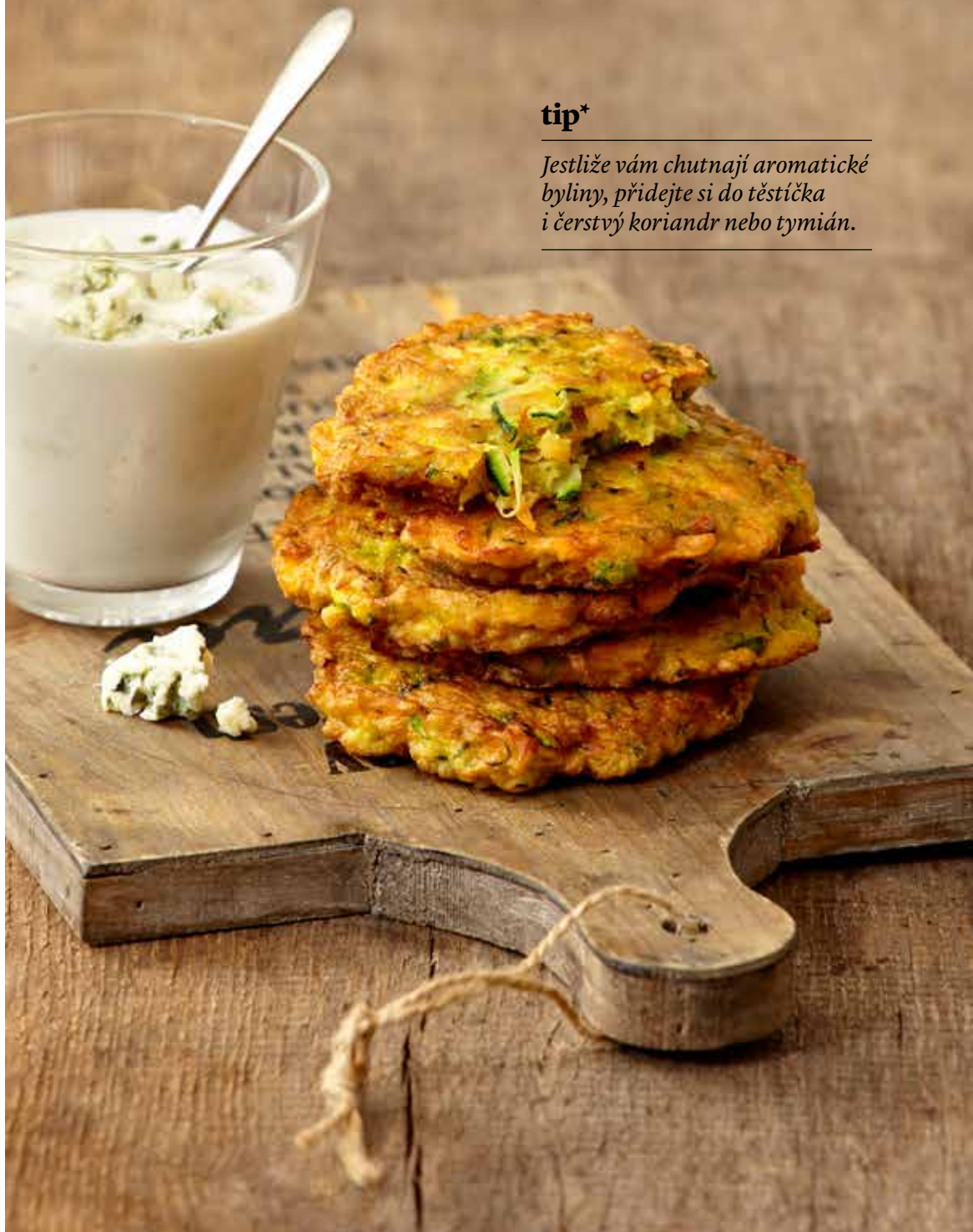


Bio mrkev Nature's Promise

Bio mrkev se pěstuje bez přidaných chemických hnojiv. Její chuť i barva je tudíž intenzivnější.

tip*

Jestliže vám chutnají aromatické byliny, přidejte si do těstíčka i čerstvý koriandr nebo tymián.



tip*

Milovníci pikantního si ke koření dopřejí ještě chilli papričku. Celý pokrm navíc chutově obohatíte, když jej posypete sezamovými semínky.



**Bio cizrna
Nature's Promise**

Cizrna neboli římský hrách je zdravá a kvalitní luštěnina. Protože nenadýmá, je vhodná pro děti a těhotné i kojící ženy.

- Červenou cibuli nakrájejte na jemné proužky a spolu s rozmělněným česnekem restujte na dvou lžících olivového oleje dozlatova. Přidejte cizrnu, kmín, kurkumu, papriku, skořici, sůl a pepř. Po třech minutách přilijte 100 ml bujonu, přiveďte k varu a poté odstavte z ohně. Přisypte polovinu pokrájených bylinek a dejte stranou.
- Do větší misky vsypte kuskus, osolte, zalijte vroucím vývarem, přiklopte a nechte odstat. Až kuskus nasák-

ne, vmíchejte dvě lžíce olivového oleje a druhou polovinu bylinek.

- Mrkev nastrouhejte nahrubo, přidejte k ní rozinky a lístky nakrájené máty, zakápněte limetovou šťávou s olivovým olejem a dejte stranou. V misce smíchejte ingredience na dresink. Na talíři servírujte kuskus s cizrnu a mrkvovým salátem, vše zalité jogurtovým dresinkem.

Cizrna s kuskusem na marocký způsob

Léto začíná být v plném proudu, a proto v kuchyni nešetřete zeleninou ani exotickým kořením. Barevnost i výrazné chutě vedou na plné čáře.

4 porce

25 minut přípravy

velmi snadné

- 1 menší červená cibule
- 2 menší stroužky česneku
- 7 lžic olivového oleje
- 400 g Bio cizrny Nature's Promise
- ¼ lžičky kmínu
- 1 lžička kurkumu
- 1 lžička papriky
- ¾ lžičky skořice
- sůl
- ½ lžičky pepře
- ½ l zeleninového bujonu
- 2 hrsti hladkolisté petržele
- 2 hrsti čerstvé máty
- 2 hrsti čerstvého koriandru
- 150 g kuskusu

NA MRKVOVÝ SALÁT

- 4 mrkve
- 2 lžíce rozinek
- 1 hrst čerstvé máty
- šťáva z jedné limety
- 3 lžíce olivového oleje

DRESINK

- 100 ml bílého kefíru
- 4 lžíce bílého jogurtu
- 2 lžíce olivového oleje
- šťáva z jednoho citronu
- sůl a pepř

i

ENERGIE: **705,5** kcal / **35%**
 BÍLKOVINY: **17,3** g / **35%**
 TUKY: **35,6** g / **51%**
 SACHARIDY: **83,8** g / **31%**
 Hodnoty odpovídají jedné porci.

VYCHUTNEJTE SI
PŘÍRODU
NAPLNO

hurá na kempink





Stanování s táborákem bude vždy oblíbeným relaxem pro vás i vaše děti. Tradice se nemění, ale repertoár táboráckých pokrmů měnit můžete. Vyzkoušejte naše recepty sestavené speciálně pro pobyt pod širým nebem. Navíc vás letos v Albertu na výlety do přírody vybavíme! Sbírejte body a přijďte si pro stylové termosky, značkové batohy, spacáky, piknikové deky a kempinkové nádoby Husky se slevou od 40 %. Letní dobrodružství tak může začít! A nebojte se ho protáhnout do noční bojovky – vaše ratolesti si užijí řádění s veselými čelovkami Varta. *Bližší informace naleznete od 6. června na www.kemp.albert.cz.*



Kotlíkový guláš

Vaření kotlíkového guláše má svoje pravidla. Během celého procesu je totiž nutné kontrolovat intenzitu ohně a pravidelně míchat i podlévat.

 **8 porcí**

 **2 hodiny**

 **velmi snadné**

1 kg cibule
1 palička česneku
500 g vepřové krkovice
500 g vepřové plece
100 g sádla
4 lžice sladké mleté papriky
1 lžice soli
½ lžice pepře
1 lžice kmínu
500 g brambor
4 mrkve
4 papriky
¼ kváskového chleba

- Cibuli a česnek nakrájejte najemno, maso asi na třicetimetrové kostky. Na sádle osmahněte cibuli s česnekem a restujte dozlatova.
- Vložte maso a nechte zatáhnout. Zaprašte paprikou, zamíchejte a podlijte vodou, tak aby bylo maso ponořené přesně po okraj. Osolte, opepřete, přidejte kmín a jednu hodinu vařte. Podle potřeby podlévejte. Potom nakrájejte brambory a mrkve na kostky, papriky na nudličky. Přidejte k masu a vařte do změknutí brambor. Chléb nakrájejte na krajice, odřízněte kůrky a před dokončením jím guláš zahustěte. Ochutnejte a ještě podle chuti dosolte.


tip*

Suroviny, které je potřeba krájet, si připravte už doma a vezměte s sebou v uzavíratelných nádobách a sáčcích. Chladicí taška udrží vše čerstvé.

Domácí žitný chléb s Májkou

Výlety bez tradiční Májky by nikdy nebyly to pravé. Což takhle namazat ji na domácí žitný chléb?

 **1 bochník**

 **8 hodin kvásek, 3 hodiny těsto + kynutí, 50 minut pečení**

 **snadné**

125 g chlebové pšeničné mouky
¼ sušeného droždí
250 ml vody pokojové teploty

125 g chlebové pšeničné mouky
250 g žitné celozrnné mouky
1 a ½ lžice soli
1 lžice cukru
½ lžičky sušeného droždí
250 ml vody pokojové teploty
40 ml plnotučného mléka

2 Májky
svazek pažitky

- Den před pečením si připravte kvásek. V míse promíchejte mouku, droždí a vodu a nechte minimálně osm hodin stát. Po uplynulé době vypracujte těsto. Ke kvásku přidejte obě mouky, sůl, cukr, droždí, vodu a mléko. V robotu nastavte pomalý chod a nechte míchat 20–30 minut. Pokud by vám těsto připadalo příliš hutné, přidejte ještě trochu vody. Poté zakryjte utěrkou a nechte dvě hodiny kynout.

- Předehřejte troubu na 180 °C. Pracovní plochu lehce posypte moukou. Těsto vyndejte z mísy a pomoučněnou rukou překládejte střídavě ze všech stran do středu, aby se postupně překládalo přes sebe. Toto udělejte nejméně čtyřikrát a pak ještě nechte na plechu pod utěrkou 30 minut odpočinout. Pečte 50 minut a nechte zcela vychladnout.

- Podávejte bohatě pomazané Májkou a čerstvou pažitkou.

Májka: klasika, která stále boduje


Co může být pro občerstvení na čerstvém vzduchu lepšího než si dát výborný domácí chléb s českou Májkou. S touto paštikou vyrůstali již naši rodiče a její klasická chuť je už více než padesát let synonymem pro danou pochutinu.


VYCHUTNEJTE SI
PŘÍRODU
NAPLNO



Pečená zelenina s kuřetem nebo klobásou

Oheň dodá pečené zelenině svou specifickou příchut, které doma v troubě nedocílíte. S několika bylinkami, trochou soli a pepře je skvělá sama o sobě nebo jako příloha k masům všeho druhu.

 4 porce

 20 minut + 30 minut na ohni

 velmi snadné

4 jarní cibulky

4 bavorské klobásy nebo

4 kuřecí stehna

1 lilek

1 cuketa

2 předvařené kukuřice

400 g cherry rajčat

450 g mix mini paprik

4 lžičce olivového oleje

4 větvičky tymiánu

listky bazalky

1 a ½ lžičky sladké papriky

sůl a pepř

- Na balíček s klobásou nakrájete cibulky a klobásy na špalíčky, lilek a cuketu na půlměsíčky, kukuřici na kolečka, rajčata a papriky přepulte. Zakápněte olejem, přidejte bylinky, papriku, osolte, opepřete a promíchejte.

- Rozdělte na čtyři připravené archy alobalu a důkladně zabalte do pevných balíčků.

- Alobal se zeleninou položte na mřížku a nechte grilovat asi deset minut. Poté balíček otevřete a grilujte, dokud nebude klobáska i zelenina pěkně opečená.

- Pokud se rozhodnete pro kuřecí stehna, okořeňte je zvlášť a následně přidejte k zelenině. Balíček na ohni opékejte 40 minut a pak teprve otevřete a dopečte kůrku.

tip*

Balíčky si připravte doma a na místě je už jen opečte. O přílohu se postará křupavé čerstvé pečivo z naší pestré nabídky.



**Bavarská bílá
klobása**

Klobása obsahuje
92% masa.



Zatímco se maminka věnuje přípravě jídla, je na tatínkovi a dětech, aby se postarali o přístřeší. Před stavbou stanu si nejprve najděte vhodné místo. Mělo by být suché, v rovině a ideálně ne na přímém slunci. Odstraňte veškeré nerovnosti, které by mohly při spánku tlačit (klacíky, kameny). Pokud nejste ve stanování zrovna zbláhlí, určitě nezapomeňte na návod na stavbu, ale i na následné zabalení stanu. Jde sice o jednoduchou záležitost, ale teprve tehdy, máte-li už trochu cviku.





Nemusí být vždy snadné založit oheň. Především za vlhkého nebo dokonce deštivého počasí. Ujistěte se, že na místě budete mít přístup k suchému dříví, a vybavte se pro jistotu přenosným podpalovačem.

Oheň založíte tak, že na sebe naskládáte ve vrstvách zmačkaný starý papír (nejlépe noviny), tenké větvičky, dřívka či šišky, a nakonec větší silnější klacky nebo polínka. Děti skvěle zabavíte, když je pověříte sběrem spadáných šišek a tenkých větví. Projdou se po lese a zároveň budou mít pocit, že i ony mohou přiložit ruku k dílu.



VYCHUTNEJTE SI
PŘÍRODU
NAPLNO


letní osvěžení
pro celou
rodinu

Připravte se na opravdovou šťavnatou ovocnou nálož a vychutnejte si osvěžující nápoj, který je jako stvořený pro teplé letní dny. Vyzkoušejte sangrii s pomerančovým sirupem Relax, jehož vylepšená receptura vás ohromí. Podle chuti a nálady můžete navíc vyzkoušet i další oblíbené příchuti, které nyní obsahují 33 % ovocné šťávy. Užijte si léto se vším všudy a buďte kreativní.

Ovocná sangria se sirupem Relax 33 % ovocné šťávy

Dětskou posádku výletu potěšíte barevným osvěžujícím drinkem plným ovoce a vitamínů. V uzavíratelných skleničkách s brčkem se jim nevylije a navíc bude děti pít brčkem ohromně bavit. A starost o dodržování pitného režimu bude tatam!

 **4 porce**

 **5 minut přípravy**

 **snadné**

2 hrsti jahod

1 broskev

2 meruňky

3 lžíce sirupu Relax pomeranč

1 l perlivé minerální vody

4 hrsti borůvek

• Větší ovoce nakrájejte na kousky. Ve džbánku umíchejte limonádu ze sirupu a minerálky. Ovoce rozdělte do skleniček, zalijte limonádou a uzavřete.

tip*


Při kempování sbírejte lesní ovoce, které rozhodně do sangrie přidejte.



Pečený banán s mléčnou rýží

I v přírodě si můžete jednoduše připravit vydatnou sladkou snídani. Po opečených banánech s mléčnou rýží se budou všichni olizovat až za ušima.

 4 porce

 10 minut přípravy

 velmi snadné

50 g másla

2 banány

500 g mléčné rýže

95 g hořké čokolády

2-3 hrsti skořicových polštářků

- V litinovém „ešusu“ rozpustíte máslo, opečte v něm banány, vyjměte a nechte stranou. Pak dejte do hrnečku mléčnou rýži, lehce prohřejte, přidejte zpět banán a hořkou čokoládu. Jakmile se začne čokoláda lehce rozpouštět, podávejte posypané rozdrobenými skořicovými polštářky.

tip*

Místo skořicových cereálií lze použít granolu nebo jiné oblíbené vločky. Pak mléčnou rýži dochutíte lžičkou skořice, abyste nepřišli o její lahodné aroma.



Máslo


VYDATNÁ
SNÍDANĚ
DO STANU

Salát ve sklenici

Perfektní nápad, jak si osvěžit oběd na výletě. Salát si jednoduše připravíte doma a před podáváním jej pouze promícháte.

tip*

Pro vegetariánskou verzi lze místo krůtího masa použít například avokádo, cizrnu nebo quinou. Dresink obměňte výměnou medu za dvě lžičky mangového čatní.

 4 sklenice

 20 minut

 velmi snadné

DRESINK

1 lžíce dijonské hořčice

1 lžíce medu

½ lžíce olivového oleje

šťáva z 1 citronu

¼ lžičky soli

¼ lžičky pepře

¼ lžičky česnekového koření

hrst hladkolisté petržele

SALÁT

200 g krůtích prsních řízků

1 římský salát

1 červená cibule

150 g cherry rajčat

4 mrkve

- Krůtí maso osolte a opepřete a zprudka opečte v pánvi. Dejte stranou vychladnout.
- Petržel nakrájejte a v misce smíchejte s ostatními ingrediencemi na dresink.
- Salát nakrájejte na nudličky, cibuli najemno, rajčata přepulte a mrkev nahrubo nastrouhejte. Krůtí maso nakrájejte na tenké plátky.
- Do sklenic rovnoměrně rozlijte dresink, přidejte maso, rajčata, cibuli, mrkev, salát a uzavřete.




Krůtí prsní řízek

Pikantní topinky

Zapečená topinka je osvědčená klasika. Má je totiž rád téměř každý, a co na ně dáte, je už věc vaší fantazie. Pak jen stačí zasypat sýrem a lahůdka je na světě.

 **4 porce**

 **10 minut + 10 minut pečení**

 **velmi snadné**

1 červená cibule

400 g zahradních žampionů

2 červené papriky

350 g rajčat

4 lžíce rostlinného oleje

sůl a pepř

8 krajiců kváskového chleba

150 g uzeného sýra bloček

hladkolistá petržel

- Před odjezdem připravte zeleninovou směs. Červenou cibuli nakrájejte najemno, žampiony na plátky a papriky na malé proužky a rajčata na kostičky.
- Na oleji osmahněte nejprve cibulku, pak přidejte žampiony, osolte, a až žampiony začnou zlátnout, přidejte papriku s rajčaty. Dosolte, opepřete, duste deset minut a nechte vychladnout. Přendejte do uzavíratelné nádoby a vezměte s sebou na výlet.
- Na roštu opečte topinky. Pak je lehce potřete olejem, navrstvěte zeleninou, zasypejte strouhaným sýrem a nechte zapéct. Před podáváním posypte petrželí.

tip*

Pro přípravu topinek lze použít i různou sterilovanou zeleninu nebo směsi. Například Mexická směs fazolí a kukuřice by byla skvělou variantou.



Zahradní žampiony

NOVINKA!

Viňa Mercedes v praktickém balení

EXKLUZIVNĚ V ALBERTU!



Připravit hovězí steak na jedničku není až tak jednoduché, při dodržení správného postupu to ale jistě zvládnete. V následujících krocích se dozvíte, jak na to:

1. Správný druh masa je základem úspěchu, vybírejte tedy to určené přímo k přípravě steaků. Maso by mělo být vyzrálé, tzv. stažené, minimálně třicet dní od porážky. Při zrání prochází kontrolovaným procesem a je skladováno za přísných podmínek.
2. Alespoň půl hodiny před pečením maso vyndejte z lednice.
3. Důkladně ho potřete rostlinným olejem.
4. Pánev rozpalte na co nejvyšší teplotu.
5. Ověřte propečenost masa – buď speciálním teploměrem, nebo jen zmáčknutím prstů. Čím větší odpor, tím propečenější steak.
6. Steak nechte 10 minut odpočinout pod alobalem, aby z něj nevytekla šťáva.
7. Až těsně před podáváním osolte hrubozrnnou solí a dochuťte čerstvým pepřem.

Aby vše bylo ještě jednodušší, máme pro vás v Albertu pestrou nabídku nejoblíbenějších prémiových druhů steaků ve vakuovém balení. Stačí jen sáhnout po vašem favoritu a za chvíli už jej můžete mít na stole.

naše prémiové steaky

RARE

Okraje jsou propečenější a zbarvené dohněda, ale uvnitř je maso stále červené o teplotě do 50 °C.

· PEČTE CCA 2 MINUTY Z KAŽDÉ STRANY

MEDIUM RARE

Středně propečený steak s růžovým vnitřkem o teplotě kolem 55 °C. Směrem k okraji maso hnědne.

· PEČTE CCA 3 MINUTY Z KAŽDÉ STRANY

MEDIUM

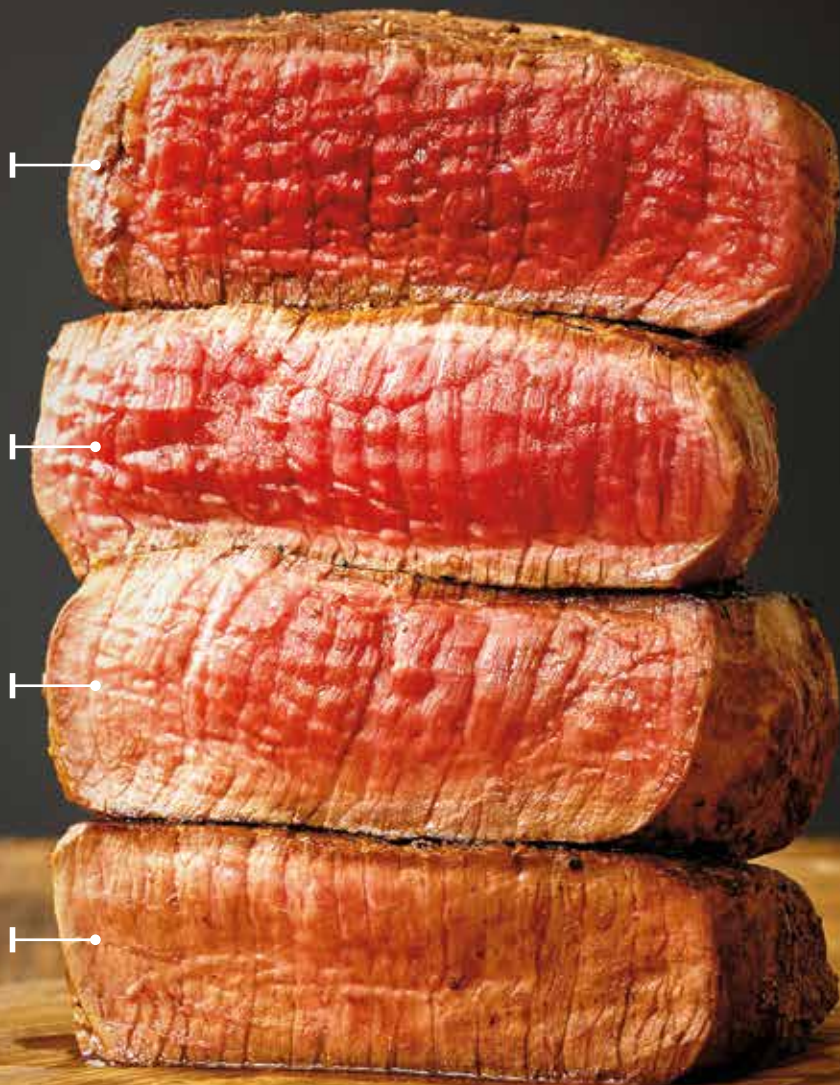
Maso je uvnitř stále narůžovělé, zbytek masa by měl být téměř hnědý. Teplota masa uvnitř je okolo 60 °C.

· PEČTE CCA 4 MINUTY Z KAŽDÉ STRANY

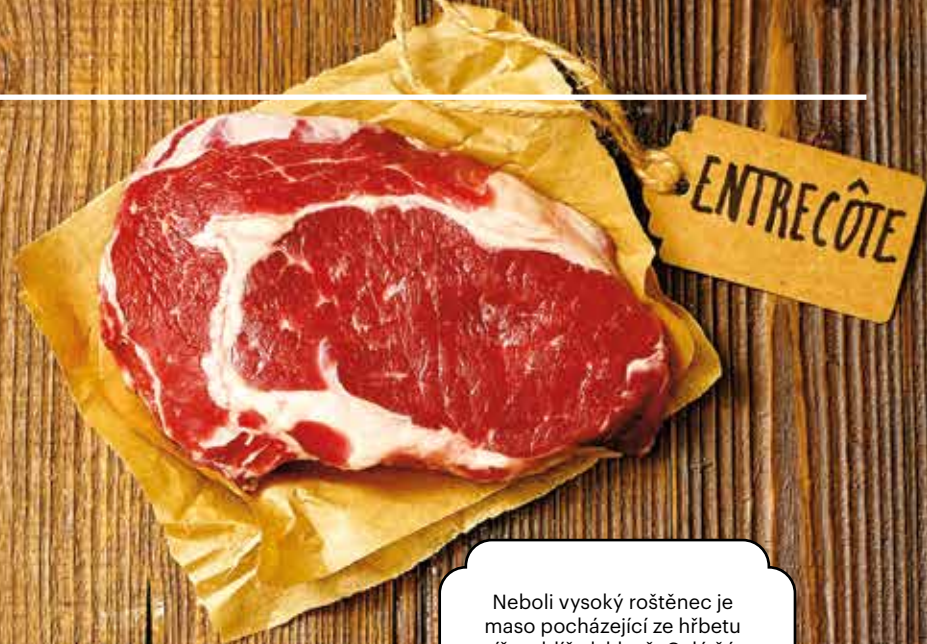
WELL DONE

Kompletně propečený steak s vnitřní teplotou 70 °C. Tato úprava se nedoporučuje.

· PEČTE CCA 5 MINUT Z KAŽDÉ STRANY



Připravuje se z horní části zadního hovězího, z květové špičky. Toto místo není téměř vůbec namáháno, proto je maso libové a velmi křehké. Někdy se na rump steak používá i nízká roštěná, protože má vlastnosti téměř identické s květovou špičkou. Maso je tak dobré, že jej stačí podávat jen čistě se solí a pepřem. Vždy ale dejte přednost vyžrálému kousku.



Neboli vysoký roštěnec je maso pocházející ze hřbetu zvířete blíže k hlavě. Celá část se nazývá roštěná, rozděluje se pak na přední (vysoký) a zadní (nízký) roštěnec. Na steaky se používá přední část, protože se skládá z více svalových vrstev najednou, je proroštější a obsahuje více tuku. Jelikož je tuk nositelem chuti a zároveň zjemňuje svalovou tkáň, je entrecôte jedním z nejoblíbenějších mas k přípravě steaků. Může být bez kostí i s kostí, přičemž kost opět chuťově ovlivňuje – zintenzivňuje – samotné maso. Název entrecôte, chcete-li anglicky Rib Eye, pak označuje nejšťavnatější středovou část roštěné.



Je názvem pro maso pocházející z irského plemene Angus. Zvířata jsou chována na australských a novozélandských pastvinách. Queensland se připravuje z přední části kýty zvané ořech a je skvělý v receptech, kde se může podávat nakrájený na tenké plátky. Toto mramorované maso má excelentní chuť, je šťavnaté a křehké.



Rump steak s pepřovou omáčkou, žampiony a fazolkami

Pro výjimečné chvíle ve dvou je tento pokrm jako stvořený. Příprava je rychlá, ale slavnostní atmosféru máte s jeho pomocí dozajista zaručenou. Romantická večeře může začít.

 **2 porce**

 **25 minut přípravy**

 **velmi snadné**

250 g zelených fazolek
250 g menších žampionů
100 g slaniny
sůl
2 rump steaky
4 lžíce olivového oleje
30 g másla
2 lžíce nakládaného zeleného pepře
50 ml koňaku
190 ml 15% smetany

tip*

Úplné dokonalosti docílíte, pokud ke steaku nakrájíte čerstvou křupavou bagetku.

- Předehřejte troubu na 120 °C.
- Fazolky a žampiony očistěte, žampiony nakrájejte na plátky a slaninu na kostičky. Fazolky vařte v osolené vodě 10 minut. Jednu naběračku vývaru z fazolek si dejte stranou a nechte fazolky okapat.
- Steaky potřete olivovým olejem a opečte v rozpálené pánvi, z každé strany dvě minuty. Poté dejte na šest minut odpočinout do trouby. Do výpeku vložte máslo, přidejte žampiony, zelený pepř, osolte, opepřete. Opékejte, dokud nepustí šťávu a nezačnou chytat zlatavou barvu. Podlijte koňakem a nechte odpařit, nakonec zjemněte smetanou.
- Na oleji orestujte slaninu, přidejte fazolky a podlijte trochou vývaru. Duste, dokud se tekutina neodpaří. Vyměte steak z trouby, osolte a vložte na talíř. Přelijte omáčkou a podávejte s fazolkami.

NÁŠ SOMMELIÉR
DOPORUČUJE



EXKLUZIVNĚ
U NÁS

**Viña Tarapacá
Gran Reserva
Chile**

Toto víno se vyznačuje ovocitým a kořeněným aroma se stopami ostružin, švestek a jemnými náznaky tabáku, vanilky a čokolády. Víno s jemnými taniny, excelentní strukturou a kyselinkou a dlouhotrvajícím dozvukem výborně doplňuje steaky.



Rump steak


Queensland steak s chimichurri omáčkou a glazovanou cibulkou

Máte chuť experimentovat? Vyzkoušejte recept na steak s chimichurri. Jedná se o tapenádu pocházející původem z Argentiny a jejími dominantními složkami jsou petržel a česnek. Výtečně se hodí ke grilovanému masu nebo hamburgerům. Má výrazné aroma a říz, které perfektně doplní chuť masa.

tip*

K tomuto jídlu podávejte různé druhy pečené zeleniny. Nebojte se kombinovat a v druhém pekáčku můžete v troubě během přípravy masa opéct například kukuřici, papriku a cukety.

 2 porce

 20 minut přípravy

 velmi snadné

OMÁČKA CHIMICHURRI

3 hrsti hladkolisté petržele

½ lžice oregana

3 stroužky česneku

1 šalotka

½ lžice chilli vloček

3 lžice olivového oleje

½ citronu

2 lžice červeného vinného octa

6 malých červených cibulí

5 lžic olivového oleje

3 lžice třtinového cukru

3 lžice balzamiky

2 steaky queensland

sůl a čerstvě mletý pepř

- Předehřejte troubu na 180 °C.
- Ingredience na chimichurri rozmixujte a dejte stranou. Cibulky rozpujte a odstraňte horní vrstvu slupek, nechte jen tu spodní. V kastrůlku rozehřejte olej, přidejte cukr, balzamiko a cibulky. Přiveďte k varu a míchejte, dokud cibulky lehce nezměkknou, a pak také dejte stranou.
- Steaky potřete olejem, prudce opečte z každé strany po dobu jedné minuty a přendejte na pekáč. Obložte cibulí a dejte ještě na sedm minut do trouby. Po vyjmutí nechte steaky chvíli odpočinout, pak osolte, opepřete, nakrájejte na plátky, pomazte omáčkou chimichurri a podávejte.



Queensland steak

Entrecôte s novými bramborami

Někdy stačí i základní suroviny na to, aby vzniklo dokonale chuťově vyvážené a skvělé jídlo. Přesvědčí vás o tom steak s novými bramborami a dipem ze zakysané smetany.

 2 porce

 30 minut přípravy

 velmi snadné

400 g nových brambor

3 jarní cibulky

190 g zakysané smetany

80 g žervé

hrubozrná sůl

čerstvě mletý pepř

2 entrecôte steaky

4 lžíce olivového oleje

• Brambory omyjte a dejte ve slupce vařit, cibulky nakrájejte najemno. V misce promíchejte zakysanou smetanu, žervé, dvě třetiny jarních cibulek, sůl a pepř.

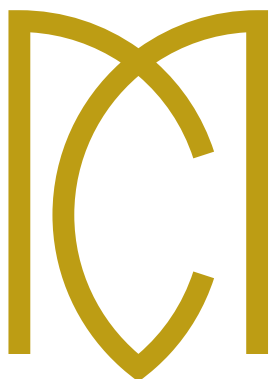
• Rozpalte pánev, steaky potřete olivovým olejem a opečte prudce z každé strany tři minuty. Poté je nechte odpočinout pod alobalem.

• Brambory servírujte osolené, završené dipem a posypané zbylou cibulkou. Steaky po odpočinutí osolte, opepřete a podávejte.

tip*

Pokud postrádáte zeleninu, udělejte ke steaku ještě brokolici na páře. Chuťově bude s jídlem příjemně ladit.





MORAVIAN COLLECTION

Moravská vína mě již velmi dlouho svou kvalitou okouzlují. Doufám, že i Vás potěší tato originální kolekce z prestižních vinařství, kterou jsme pro Vás vybrali.

Martin Pastyřík
Prezident Asociace Sommelierů ČR

Ochutnejte exkluzivní vína od předních moravských vinařů z této originální ucelené kolekce, kterou naleznete pouze v obchodech Albert. Stojí to za to!

Vlastimil Vávra
Category Manager Wine
a sommelier pro prodejny
Albert v ČR.

K dostání ve vybraných
prodejnách Albert.

Originální a exkluzivní řada MORAVIAN COLLECTION

Vína, na jejichž výrobu a finalizaci na Moravě osobně a pečlivě dohlížíme. Výběr vína řady MORAVIAN COLLECTION v našich prodejnách je zároveň setkáním s vysokou kvalitou jednotlivých odrůd, typických pro danou podoblast, s jejich čitelností a noblesou. Dalším důkazem je i první víno této exkluzivní řady oceněné zlatou medailí Salonu vín České republiky. Všem našim zákazníkům přejeme slunné a pohodové léto s řadou MORAVIAN COLLECTION.



**EXKLUZIVNĚ
U NÁS**

tohle léto bude pořádná pecka

FOTO Michal Ureš FOOD STYLING Lenka Táchová, Marek Všetečka
DECOR STYLING Johana Střížková, Denisa Hříčišcová
RECEPTY A TEXT Kateřina Bednářová

Mezi peckoviny se řadí ty nejsladší a nejšťavnatější letní plody – meruňky, broskve a nektarinky. Milujeme je pro jejich chuť a ve velkém je využíváme ve sladké i slané kuchyni. Jsou plné vitamínů a pomáhají na krásu i hubnutí.

Meruňky

Obsahují tolik zdraví prospěšných látek, že se jim říká ovoce zdraví. Mají vysoký podíl účinného antioxidantu betakarotenu, díky němuž mají krásnou oranžovou barvu. Meruňky se hodí na zavařování, sušení, pečení, do dětských přesnídávek a dokonce i na grilovací marinády.

tip

Máte méně zralé meruňky? Dejte je do papírového sáčku ke dvěma jablkům a nechte přes noc při pokojové teplotě. Jablka totiž uvolňují etylen, který urychluje zrání.



Broskve

Broskve nejen skvěle chutnají, ale mají blahodárný vliv na trávení a čistí organismus. Při ideální zralosti jsou velmi šťavnaté a sladké. Konzumujte je nejlépe čerstvé, ale uplatnění najdou i ve smoothie, kompotech, zavařeninách a dají se i ogrilovat. U nás v Albertu najdete kromě klasické varianty také ploché a šťavnaté broskve Paraguayos.

tip

Broskve, stejně jako meruňky a nektarinky, skladujte v lednici v přihrádce na ovoce maximálně pět dní. Dopřejte si je ideálně čerstvé, protože v lednici rychle ztrácejí aroma a chuť.

Nektarinky

Nektarinky jsou ideální „hubnoucí“ ovoce, protože obsahují minimum kalorií, spoustu vlákniny a z více než tři čtvrtin jsou tvořeny vodou. Typicky mají žlutou dužinu, ale existují i druhy s bílou nebo růžovou. V kuchyni najdou velmi pestré využití v ovocných i zeleninových salátech, smoothie, kompotech, marmeládách a hodí se i do koláčů. Stejně jako u broskví i zde existuje plochá verze nektarinky jménem Platerina.

tip

Vyšší obsah vlákniny v nektarinkách vám pomůže déle udržet pocit nasycení.



Dejte ovoce na gril

Ovoce pečené na grilu bude zajímavou sladkou tečkou po jakémkoli jídle. Cukr v ovoci pečením zkaramelizuje a nádherně se rozvoní. Broskve, nektarinky nebo meruňky můžete před pečením naložit do medu, vína či skořice a přidat mátu nebo meduňku. Poté zabalte do alobalu nebo napíchněte na špejli jako špíz a ogrilujte na nižší teplotě, ideálně na dohasínajícím ohni. Opečené ovoce je dokonale se zmrzlinou, jogurtem nebo samotné.

Ovocné marinády jsou hitem léta

Využití meruňek do marinády na maso je netradiční, ale stojí za to je vyzkoušet. Díky ovocným kyselinám a enzymům maso zkřehne, takže si zachová svoji šťavnatost i po upečení. Navíc se ovoce postará o zajímavé ochucení. Inspirujte se například receptem na krůti maso s meruňkovou omáčkou na straně 36.



Nektarinkový mřížkový koláč

Koláč plný šťavnatého letního ovoce nesmí v sezóně chybět. Tento mřížkový je dokonalá retro klasika, které jsme dodali nový šmrnc nektarinkami se špetkou voňavého koření.

8 porcí

65 minut přípravy + chlazení

velmi snadné

TĚSTO

225 g másla
340 g Bio hladké mouky
Nature's Promise
50 g moučkového cukru
špetka soli
80 ml studené vody

NÁPLŇ

600 g nektarinek
1 lžice citronové šťávy
½ lžičky skořice
špetka muškátového oříšku
3 lžice cukru
2 lžice škrobu
2 lžice mléka na potřeni



- Máslo, mouku, cukr a špetku soli promněte mezi prsty jako drobenku. Pak začněte postupně přidávat studenou vodu a hned zapracujte. Hotové těsto je trochu drobivé, ale při stlačení drží pohromadě. Uhladte do bochánku, obalte igelitovou fólií a dejte alespoň na hodinu do ledničky.

- Troubu předehřejte na 200 °C. Nektarinky oloupejte, nakrájejte na měsíčky a promíchejte s citronovou šťávou, skořicí, muškátovým oříškem, cukrem a škrobem.

- Vyválejte dvě třetiny těsta, dejte do vymazané koláčové formy a naplňte nektarinkami. Zbylé těsto také rozválejte, nakrájejte na pruhy zhruba 2 cm široké a ozdobte jimi koláč. Vzniklou mřížku potřete mlékem. Pečte 20 minut na 200 °C, potom stáhněte teplotu na 180 °C a pečte ještě zhruba 30 minut do zezlátnutí.

- Nechte úplně vychladnout a teprve potom koláč nakrájejte.

VÝTEČNÝ KOLÁČ
PRO LETNÍ POHODU

tip*


*Tenhle koláč bude dokonalý
i s dalšími druhy ovoce.
Vyzkoušejte také meruňky,
broskve i mix různých druhů.*

Krůtí maso s meruňkovou marinádou

Meruňky v tomto receptu budou hned dvakrát. Maso výborně ochutí a zároveň se jejich ovocné kyselinky postarají o křehkost masa. Výsledkem je dokonale šťavnaté krůtí maso s minimem tuku.

 **4 kusy**

 **20 minut přípravy**
+ **marinování přes noc**

 **velmi snadné**

250 g čerstvých meruňek
6 lžic hoisin omáčky
1 lžice medu
¼ lžičky mletého badyánu
¼ lžičky mletého fenyklu
¼ lžičky mleté skořice
¼ lžičky mletého hřebíčku
¼ lžičky pepře
1 lžička strouhaného čerstvého zázvoru
1 lžice škrobu
500 g krůtích prsou
olej
salátové listy k podávání – vhodný je
např. římský salát nebo little gem
1 lžička sezamových semínek
pár snítek čerstvého koriandru

- Vypeckované meruňky rozmixujte v mixéru a smíchejte s hoisin omáčkou, medem, kořením, zázvorem a škrobem.
- Nalijte na krůtí maso nakrájené na nudličky a nechte alespoň hodinku marinovat, ideálně přes noc.
- Nakonec maso zprudka opečte na rozpáleném oleji. Upečené maso dejte na listy salátu a posypte sezamovými semínky a čerstvým koriandrem.

tip*

Nakrájejte maso na větší kousky a ogrilujte na jehle jako špíz.




DOKONALE ŠŤAVNATÉ
A KŘEHKÉ

Bazalkový toast s grilovanou broskví

Že se broskve hodí nejen na sladké pečení, o tom vás přesvědčí tento rychlý a jednoduchý recept. Opečením ovoce ještě zesládně a s jemně slanou mozzarellou a italskou sušenou šunkou budou tvořit neodolatelnou kombinaci nejen k letnímu posezení u dobře vychlazeného bílého vína.

 4 kusy

 15 minut přípravy

 velmi snadné

2 pevnější zralé broskve

olivový olej

4 plátky toastového chleba

sůl a pepř

2 mozzarely

50 g prosciutta

pár snítek bazalky

hrst ostružin

NÁŠ SOMMELIÉR
DOPORUČUJE



**Moravian
Collection
Pálava**

Česká republika
Vynikající víno zlatavé barvy má jemně kořenitou vůni připomínající exotické ovoce. Je ideální ve spojení s dezertem či zmrzlinou.

EXKLUZIVNĚ
U NÁS

BROSKVE V NETRADIČNÍ
KOMBINACI PŘÍJEMNĚ
PŘEKVAPÍ

vařte jako Ital

Daniele Toniolo

Daniele pochází z Turína, metropole kraje Piemonte, ale již několik let je jeho domovem Praha. Vařit se naučil především od své babičky. Jako malého chlapce ho zasvětila do všech tajů a tradic pravé italské kuchyně. Dnes k jeho nejoblíbenějším koníčkům patří pořádání společných večeří, kde si jídlo s přáteli připravíte z těch nejkvalitnějších italských surovin. Naučí vás tak nejen jídlo uvařit, ale prozradí vám i spoustu zajímavostí o daném pokrmu a jeho původu. Nasadte si zástěry, rozpalte plotnu a jdeme do toho.

FOTO Luboš Wisniewski FOOD STYLING Marek Všeťečka
DECOR STYLING Markéta Zindulková
RECEPTY Daniele Toniolo (www.cook-meet.com) TEXT Barbora Mosorjáková

Pojďte se s námi přenést do slunné jižní Itálie s recepty Danieleho Toniola. Ze svých gastronomických cest si vždy přiveze spoustu inspirace, o kterou se s námi na stránkách magazínu podělil. Přesvědčte se, že i v domácích podmínkách budete excelovat jako pravý italský kuchař. Všechny suroviny ve špičkové kvalitě samozřejmě nakoupíte u nás v Albertu.

VAŘTE Z PRVOTŘÍDNÍCH
SUROVIN Z ALBERTU




Čerstvá zelenina
a voňavé bylinky jsou
základem úspěchu.


Risotto s artyčkou

Risotto je jedním z nejtradičnějších italských jídel.

Připravuje se na mnoho způsobů. Jedním z nejoblíbenějších je kombinace bílého vína, másla, parmazánu a nějaké zeleniny nebo hub. Daniele pro nás uvařil risotto s artyčkou a pancettou. Ještě jste s artyčkou nikdy nevařili? Jak s nimi zacházet jsme pro vás sepsali níže, nemusíte se tedy obávat nezdaru. Výsledek rozhodně stojí za vyzkoušení.



 4 porce

 45 minut přípravy

 velmi snadné

ARTYČOKY

1 šalotka
200 g pancetty
½ citronu
4 artyčky
3 lžičce olivového oleje
60 g másla
1 stroužek česneku
400 ml zeleninového vývaru
2 špetky bílého pepře
4 větvičky tymiánu
sůl a čerstvě mletý pepř

RISOTTO

3 lžičce olivového oleje
1 stroužek česneku
1 šalotka
320 g rýže Arborio
150 ml bílého suchého vína
400 ml zeleninového vývaru
4 větvičky tymiánu
50 g parmazánu
30 g másla
hladkolistá petržel na posypání

- Šalotky nakrájejte najemno, pancettu na proužky. Do větší misky připravte vodu s citronem a před čištěním artyčků si v ní namočte ruce – zabráníte tím rychlé oxidaci a zhnědnutí. Po očištění artyčoky vraťte do citronového nálevu, dokud s nimi nebudete dále pracovat.
- Rozpalte hlubší pánev, rozehejte olej s máslem, přidejte rozmělněný česnek a šalotku. Po chvíli vložte téměř všechnu pancettu, trochu si nechte na ozdobu, a osmahněte. Podlijte vývarem, dochuťte pepřem, tymiánem a nechte dusit na mírném ohni 15 minut. Ke konci dochuťte solí.
- V další hlubší pánvi rozpalte druhou část oleje a másla, vložte česnek, šalotku a osmahněte dozlatova. Přisypte propláchnutou a okapanou rýži a opět asi tři minuty restujte. Podlijte vínem. Nechte odpařit, přilijte vývar a dochuťte tymiánem. Za občasného míchání duste 15 minut. Ke konci přimíchejte směs s artyčkou, parmazán a ještě zjemněte máslem.
- Servirujte s opečenou pancettou a ozdobte petrželí.

tip*

Při čištění artyčoků si pocitronujte i ruce, aby vlivem doteku nedocházelo k jejich rychlé oxidaci.

i Jak na artyčoky

Artyčoky se pěstují ve Středozemí, kde se i nejvíce využívají. Kromě toho, že jsou vyhlášenou lahůdkou, jsou i zdraví prospěšné, zejména podporují trávení. Při nákupu vybírejte jen ty pevné na stisk, se semknutými zelenými listy.

1. Pomocí malého nožíku odřízněte dřevnatý spodek artyčoku.
2. Oloupejte všechny tvrdé lupeny, než se dostanete k měkkým – jsou to asi dvě třetiny celé rostliny.
3. Rozkrojte artyčok na čtvrtiny.
4. Nožičkem a prsty odstraňte zevnitř veškeré chmýří.

O risottu Danieleho babička říkávala: „Rýže byla zrozena ve vodě, ale do nebe odchází s vínem.“


i Jakou rýži na risotto?

Na risotto vždy používejte rýži Arborio. Vyznačuje se velkými zrnky a její vysoký obsah škrobu zaručí, že při vaření perfektně absorbuje vodu a přitom se nerozvaří.

Zapečený lilék s parmazánem

Kdo by nechtěl ohromit návštěvu stylovým, lahodným a nádherným jídlem? Jedním z takových receptů jsou zapečené lilkové „věžičky“ se sýrem a tomatovou omáčkou, melanzane alla parmigiana.

 **6 porcí**

 **35 minut přípravy**

 **velmi snadné**

5 lilků

sůl a čerstvě mletý pepř

3 lžice olivového oleje

200 g parmazánu

250 g uzeného sýra (plátky)

hrst bazalkových lístků

OMÁČKA

4 lžice olivového oleje

1 červená cibule

1 stroužek česneku

750 ml rajčatového pyré

2 lžičky sušeného oregana

2 lžičky sušené bazalky

- Předehřejte troubu na 200 °C. Lilky nakrájejte asi na jeden centimetr vysoká kolečka, vyskládejte na plech vyložený pečicím papírem, osolte a opepřete. Dejte na osm minut do trouby.
- Mezitím na oleji osmahněte nejmenší nakrájenou cibuli s česnekem, zalijte pyré, přidejte bylinky a nechte 10 minut probublávat.
- Zapékací mísu vymažte olejem, kolečka lilku pomazte omáčkou, posypte nastrouhaným parmazánem, navrch položte plátek uzeného sýra, lístky bazalky a přiklopte dalším kolečkem lilku. Postup ještě dvakrát zopakujte a na poslední vrstvu použijte pouze omáčku a sýry. Přiklopte alobalem a pečte 20 minut. Ke konci pečení alobal odstraňte a nechte sýr zezlátnout.

tip*

Za použití stejných surovin můžete vyrobit i lilkové lasagne. Lilky pouze nakrájíte na podélné plátky a dál už postupujete stejně jako u „věžiček“.

Hodně lidí je přesvědčeno, že název sýru parmazán je odvozen od města Parma. To je ale omyl, protože tento sýr je typickým produktem jižní Itálie. Za zmínku stojí fakt, že i samotní Italové se neustále ptou, zda pochází ze Sicílie, či z Neapole.



tip*

Dopřejte si k italskému bunetu šálek kvalitního espresa. Dokonalá tečka za nedělním obědem.

**Espresso kapsle**

Vysoce kvalitní arabica v sobě snoubí hluboké tóny východního koření s jemným nádechem hořké čokolády, a vytváří tak intenzivní chuť espresa.

Pudink bunet

Ke každému italskému obědu patří tradiční domácí dezert. Vyzkoušejte výtečný pudink – bunet, který chutná jako od pravé italské babičky.

1 forma na biskupský chlebiček

**20 minut přípravy
+ 40 minut pečení**

velmi snadné

KARAMEL

300 g cukru

2 lžičky vanilkového cukru

120 ml vroucí vody

100 g čokoládových cookies

6 vajec

80 g cukru

700 ml mléka


2 lžice Amaretto

30 g kakaa

hrst lískových ořechů

- Předehřejte troubu na 180 °C.
- Na přípravu karamelu použijte zcela rovnou pánev nebo kastrůlek. Po rozehřátí vsypte cukr a nechte rozpustit. Poté přilijte vodu a za stálého míchání vařte, dokud se cukr s vodou úplně nepropojí a nerozpustí. Dejte stranou a za občasného míchání nechte trochu vychladnout.
- Rozdrťte sušenky. Ve větší míse rozšlehejte vejce, cukr, mléko a Amaretto. Přidejte kakao a též zašlehejte. Vsypte sušenky a vařečkou už jen promíchejte.
- Formu na biskupský chlebiček vymažte po všech stranách karamellem, zhruba 2 cm pod okraj formy. Přelijte do ní vaječnou směs a opatrně vložte do hlubšího pekáčku s vodou tak, aby se pudink v troubě pekl ve vodní lázni. Voda by měla sahat do výše asi 3 cm kolem formy.
- Pečte 40 minut do ztuhnutí. Po vychladnutí opatrně vyklopte rovnou na servírovací talíř, posypte ořechy a před podáváním můžete nechat vychladnout v lednici.

 8 kusů

 15 minut přípravy
+ 40 minut pečení

 snadně

másto + mouka na vysypání

360 g hladké mouky

4 lžičky prášku do pečiva

½ lžičky soli

2 vejce

300 g cukru krupice


140 g rozpuštěného másla

3 lžíce mléka

citronová kůra

200 ml jablečné přesnídávky

300 g rebarbory

3 lžíce mandlových plátků 

cukr moučka na posypání

- Troubu předehřejte na 180 °C.
- Formu vymažte máslem a vysypejte.
- Promíchejte mouku, prášek, sůl a dejte stranou. V další míse ušlehejte vejce, cukr a rozpuštěné máslo. Vmíchejte mléko, kůru a nakonec už jen za jemného míchání přesnídávku. Přisypte suchou směs a vše dobře spojte. Těsto přelijte do formy a poskládejte na něj kousky rebarbory.
- Posypte mandlemi a dejte péct na 40 minut.
- Před podáváním posypte moučkovým cukrem.



REBARBORA

Rebarbora neboli reveň kadeřavá je řapíkatá rostlina pocházející z Číny. V kuchyni se používá jako ovoce, i když se jedná o zeleninu.

Konzumují se pouze stonky, a to včas sklizené, maximálně do konce června. Čím je totiž rostlina starší, tím obsahuje více kyseliny šťavelové, která je toxická.

Když si řapíky přinesete domů, oloupejte je, opláchněte, nakrájejte na kousky a spotřebujte nebo zamrazte. Rebarbora se dá použít do koláčů, ovocných knedlíků, sorbetu či zmrzliny, jako ovocné pyré nebo i do limonády. Na nenápadnou rostlinu hodně možností, nemyslíte?

OD NAŠICH ČTENÁŘŮ:

rebarborový koláč s mandlemi

Rebarborová sezona právě vrcholí, proto jsme tentokrát vybrali recept paní Světlany K. z Olomouce na lahodný nadýchaný rebarborový koláč. Stonky této lopuchovité rostliny na první pohled nevypadají velmi lákavě, ale opak je pravdou. Jakmile jednou rebarboru ochutnáte, už na ni nedáte dopustit. Její specifická citronovo-ovocná chuť je vskutku nezaměnitelná. A jaké je vaše rodinné stříbro?

FOTO Luboš Wisniewski

FOOD STYLING Marek Všečetka

DECOR STYLING Markéta Zindulková

tip*

Přidejte ještě 40 g jemně mletých mandlí, dodají koláči lehce marcipánovou příchut'.





Blanširované mandlové plátky

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

Bageta sedlácká vůně a křehkost z kamenné pece...



K dostání ve vybraných prodejnách ALBERT

RYCHLÁ LETNÍ SVAČINKA

Olešnické tvarohy jsou pro nás ideálním zdrojem kvalitních mléčných bílkovin a probiotických kultur. Připravte si zdravé svačiny i hlavní chody z Olešnických tvarohů od tradičního českého výrobce.

Rychlý recept: Olešnický tvaroh - jemný, krájená jarní cibulka, trocha mléka, sůl a pepř. Zamíchejte a je hotovo.

Přejeme Vám dobrou chuť!



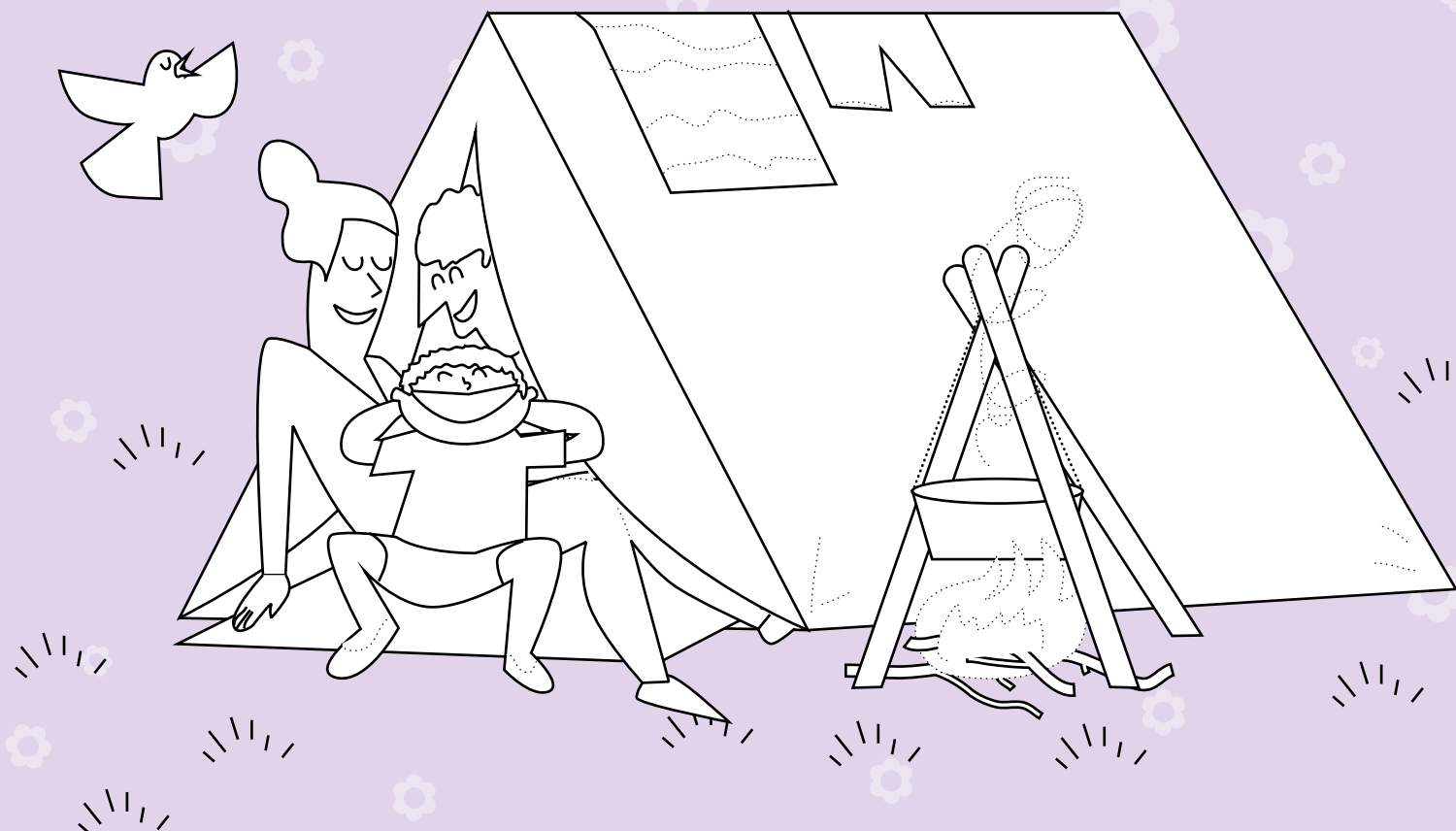
www.moravialacto.cz

Zakoupíte ve vybraných prodejnách Albert.





Omalovánka pro malé umělce



maminky
maminkám

NOVINKA

Nyní s revoluční technologií světových značek za skvělou cenu

Maminko, neboj se,
to bude v suchu.



3 ABSORPČNÍ
KANÁLKY



EXTRA SÁVÁ
VRSTVA



INDIKÁTOR
VLHKOSTI



DLOUHOTRVAJÍCÍ



POCIT SUCHA

EXTRA SÁVÁ
VRSTVA



Dobroty pro mlsné jazýčky

FOTO Luboš Wisniewsky FOOD STYLING Marek Všetečka
FOOD DECOR Markéta Zindulková RECEPTY A TEXT Barbora Mosorjáková


tip*

Do tvarohu se hodí také broskvová nebo mangová příchut' Sunárku. Pokud chcete, přidejte i lžičku medu. Obohatíte tak dezert o další vitamíny a dítě bude tvaroh ještě více chutnat.

Sunárková svačinka s tvarohem

Věděli jste, že malé děti potřebují 14 gramů bílkovin denně? Pro dětský růst a vývoj jsou nezbytné. Jednou ze surovin obsahující větší množství bílkovin je tvaroh. Proto jej často zahrnujte do jídelníčku dítěte. Zkuste například náš dezert se Sunárkem a uvidíte, jak snadno spojíte příjemné s užitečným.

 1 porce

 5 minut přípravy

 velmi snadné

8 lžic plnotučného tvarohu

2 balení meruňkového Sunárku do ručičky

½ zralého manga

6 máslových sušenek + 2 na ozdobu

• Tvaroh promíchejte s přesnídávkou. Dužinu z manga rozmixujte a sušenky rozdrťte. Do skleničky vrstvěte sušenky, ovocný tvaroh, pyré, tvaroh, pyré a nakonec ozdobte zbylými sušenkami.

Děti rostou jako z vody a ke svému růstu potřebují dostatek správných látek a živin. Rády jedí očima, a proto je nejdůležitější, aby se jim jídlo líbilo na první pohled. Zkuste svému miláčkovvi připravit veselý pruhovaný dezert ze Sunárku. Velkou výhodou je, že tuhle dětskou pochoutku můžete směle servírovat celé rodině.



Sunárek do ručičky

Ovocný příkrm se 100% podílem ovoce neobsahuje přidaný cukr a je přirozeně bezpečný. Praktické balení ocení maminky i děti nejen na cestách. K dostání ve vybraných prodejnách.

VYHLAŠUJEME VÍTĚZE INSTAGRAMOVÉ SOUTĚŽE #albertovakavarna

FOTO Luboš Wisniewski FOOD STYLING Marek Všečetka DECOR STYLING Markéta Zindulková



Představujeme vám to nejlepší z naší instagramové soutěže. Ani tentokrát nebylo jednoduché vybrat nej kreativnější příspěvky, kterými jste nás hojně zásobovali. Stupně vítězů jsou ale jen tři. Skvělý kávovar Krups v hodnotě 10 000 Kč putuje za třemi nejlepšími z vás, kterým gratulujeme a přejeme, abyste si vaši oblíbenou kávu jak se patří užívali. Pro ostatní máme také dobrou zprávu – již brzy vás čeká další soutěž o neméně parádní ceny.

SUPER VÝHRA



Nikola Novotná
@mamou_navzdy





Natálie Buriánová
@grateful.happy



Dominika Hábrová
@habrovadominika

Letní pohoda v oblečení Cherokee z Albertu

Ležerní móda pro celou rodinu musí být v létě zejména pohodlná. Přivítejte první horké dny ve stylových outfitech a užijte si společné a ničím nerušené chvíle odpočinku. U nás v Albertu si na ten pravý módní kousek přijde opravdu každý.

Více inspirace:

www.cherokee.albert.cz



DÁMSKÉ PRUHOVANÉ
TRIČKO S NÁPISEM 249 Kč
DÁMSKÉ JEGGÍNY 399 Kč



PÁNSKÁ KOSTKOVANÁ
KOŠILE 349 Kč
PÁNSKÉ DŽÍNY 499 Kč



CHLAPECKÉ TRIČKO
S POTISKEM 169 Kč
CHLAPECKÉ KALHOTY
S KAPSAMI 399 Kč



DÍVČÍ TRIČKO
SE SRDCEM 199 Kč
DÍVČÍ DŽÍNY
S VÝŠIVKOU 399 Kč





CHEROKEE[®]
AN AMERICAN STANDARD
— SINCE 1973 —

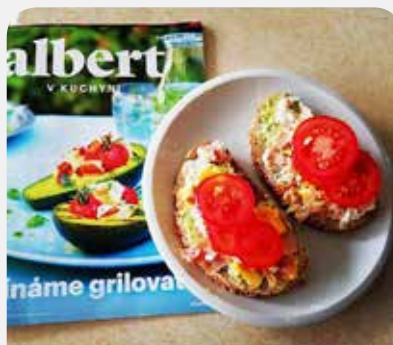


Pochlubte se, jací jste kuchaři

Máme radost, že se s námi dělíte o své postřehy z kuchyně. Sdílejte své kuchařské úspěchy na Instagramu pod hashtagem **#albertmagazin** nebo nám pište a posílejte fotografie do redakce. Už se nemůžeme dočkat nových příspěvků.



Iva Kappová
[instagram.com/kappky](https://www.instagram.com/kappky)
#albertmagazin



Barbora Svatá
[instagram.com/barus_svata](https://www.instagram.com/barus_svata)
#albertzdrave



Marta Pavezová
[instagram.com/martaajejiparta](https://www.instagram.com/martaajejiparta)
#albertmagazin

Milá redakce,
nedá mi to nepochlubit se výtvořem, který jsme s manželem upekli dle vašeho receptu z posledního Albertu magazínu. Ihned třetí den po přečtení jsem utíkala do Albertu pro paličky, a jelikož o víkendu měla přijet návštěva na naši zahradu, tak jsme se rozhodli vyzkoušet něco nového.

Za nás i za návštěvu volba číslo jedna. Čerstvé bylinky ze zahrádky nádherně provoněly celé okolí a česnek ve spojení se sladkou chutí byl naprosto famózní. Manžel nemá rád maso připravované nasladko, ale po tomto obědě prohlásil, že už jinak paličky připravovat nebudeme. Jídlo jsme podávali s dipem ze zbylé marinády a s čerstvým kmínovým chlebem a brambory „na loupačku“. Byla to opravdu mňamka. Všem tento recept vřele doporučuji!!!

S přáním hezkého dne.

Lucie Oudová

Nejzajímavější podněty vždy odměníme poukázkou na nákup v prodejnách Albert v hodnotě 300 Kč.



Dopisy i fotografie svých kuchařských úspěchů posílejte na adresu:

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

Dobry den (večer) do redakce, je chvilku po půlnoci. Zase jsem usnula s dětmi při čtení pohádky... Vzbudila jsem se zase takhle pozdě. Přemyslím, co všechno udělat dnes, aby ráno bylo klidnější a svižnější. Vždycky přemyslím, co vařit. Jednak chci pro sebe, manžela i děti pestrou a kvalitní stravu, ale zároveň nestrávit v kuchyni své mládí. Vzpomněla jsem si, že mě dnes při prohlížení magazínu Albert zaujal recept na poslední straně. Rychle ho hledám... ano, je tam! Takový šmrncovní à la Itálie chléb. Pročítám ingredience. Mám všechno. Ke kukuřičné přidávám špaldovou mouku. K domácím sušeným rajčatům a bazalce ještě hrst slunečnice (v chlebu ji máme moc rádi), a protože pečú kváskový chléb, tak riskuji a nahrazuji prášek do pečiva právě jím. Ta vůně, co se line z trouby, nejde popsat. Už teď se těším na snídani. Děkuji opět za skvělý recept, který obohati náš jídelníček.

Krásné dny přeji.

Pavla Fornůsková Janálová

Křížovka
Tajenku zašlete do 11. 06. 2018 na adresu Redakce Albert v kuchyni, Újezd 19, 118 00 Praha 1, nebo ji vyplíte 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 5/2018: Jiřina Hellerová, Králův Dvůr. Řešení z minulého čísla: Grilujte a zažijte netradiční kombinace chutí.

POMŮČKA: ADAS, KLÁT SITNO	POTLESK	SPORTOVNÍ ODĚV	DAREBÁK	STARO- ŘÍMSKÉ MINCE	PŠT		MLÁDĚ DRAVĚHO PTAKA	2. DÍL TAJENKY	ZDRAVÍ POHYBEM PAŽE
SOUBOR MAP						ČTYŘI PÁRY			
VELKÁ						SLOVENSKY „OSEL“			
LITEVSKÁ PLATIDLA					SLOVAN (básnický)	BÁL			
POLNÍ MÍRA				RUSKÁ BÁSEŇ		CYKLO- HEXANON			
SPZ ÚSTÍ NAD ORLÍCÍ			ANGLICKY „VŠE“			HÁJOVÁ BYLINA	ANGLICKY „ONO“		
AUTOR NÁMOŘ- NIKA NA KONI						SPZ TEPLIC	BOJOVÉ VOZIDLO		
	PRAVO- SLAVNÝ OBRAZ	STAVITEL MOSTŮ				VYRÁBĚT NA STAVU			MUŽSKÉ JMÉNO
LENDLOVO JMÉNO		1. DÍL TAJENKY			VOUSY U NOSU				
POKYNUTÍ (básnický)				ZAKLENÍ		ZKRATKA SATELITU			
CITO- SLOVCE ODBIVU			MISTR POPRAVČÍ			ŠKOTSKÁ SUKNĚ	PŘEDLOŽKA		
NEBAVIT			ANGLICKY „DVERE“			NA JAKÉM MÍSTĚ	ŠPALKOVÝ ÚL		
KORÁLOVÝ OSTROV						ÚPĚNÍ			
	TVOŘENÁ NOTAMI					HOCH			
	EPILOG					PCHÁČ			
NĚMECKÝ URČITÝ ČLEN				SLOVENSKÁ HORA				3. DÍL TAJENKY	MINERÁL OBSAHU- JÍCÍ HOŘČÍK
TYČ VOZU			ROSOLOVI- TÁ HMOTA	DESETINA DEKA			PACÍNOVO JMÉNO		
ZAČÁTEK ZÁVODU			ANTILOPA				PRUŽNÉ ŽELEZO		
POUZE					PRIMÁTI				
SAMOTNÍ					ŘÍMSKÝCH 1101				
CVIK NA HRAZDĚ					ŘÍMSKÝCH 1155				
					ZNAČKA OSMIA				
					SYNTEKTICKÉ VLÁKNO				

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 11. 06. 2018 na adresu Redakce Albert v kuchyni, Újezd 19, 118 00 Praha 1, nebo ji vyplíte do formuláře na www.albert.cz/tajenka. Výherce sudoku z čísla 5/2018: Ladislav Sigmund, Lány. Řešení z minulého čísla:

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

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

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

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

Informace o zpracování osobních údajů společnosti AHOLD Czech Republic, a.s. naleznete v „Podmínkách zpracování osobních údajů“ uveřejněných na www.albert.cz.

Užijte si letní grilování s Birellem bez lepku

rada odborníka

„Strava by měla být zejména pestrá. Jedině tak nám zajistí dostatečné množství důležitých živin a zabrání nadbytku jiných. Myslet na zařazování bezlepkových potravin a nápojů je rozhodně dobrým krokem na cestě ke zdraví,“ říká nutriční terapeutka Andrea Jakešová z blogu *Ne hladu*.



Bezlepková pivní marináda na grilování

3dl Birellu bez lepku	1 lžice hořčice
4 lžice medu	1 stroužek česneku
3 lžice olivového oleje	sůl

- Směs důkladně promícháme.
- Maso naložíme do marinády a necháme několik hodin v chladu uležet.

Bez kompromisů

Nahradit potraviny s obsahem lepku za ty bezlepkové, konzumovat více základních potravin a celkově odlehčit jídelníček je krok, který vaše tělo uvítá. Mnozí lidé, kteří výrazně omezili spotřebu lepku, si na sobě záhy všimli příznivých změn: cítili se lehčí, méně unavení a celkově spokojenější. Podle nutriční terapeutky Andrey Jakešové totiž řada lidí může trpět jistou formou nesnášenlivosti lepku, aniž o tom ví. „S celiakií souvisí i určitá genetická dispozice, o které nemusíme dopředu vědět,“ říká. Po změně jídelníčku se pak tyto lidé cítí mnohem lépe a jsou plní energie.

Omezování spotřeby lepku je dnes celospolečenský trend, a stále více lidí tak místo housky, knedlíků či těstovin sáhne po zelenině, rýži či pohance. Stejně tak teď nově můžete sáhnout po bezlepkovém Birellu, který lze koupit exkluzivně v supermarketech a hypermarketech Albert.

Nezaměnitelnou chuť klasického Birellu si tak konečně mohou vychutnat i ti, kdo se ho ze zdravotních důvodů až dosud museli vzdát. Podle průzkumu značky Birell na tuto chvíli čekali právě zákazníci, kteří se vyhýbají konzumaci lepku. Ti si začínající letní sezonu mohou užít bez omezení díky unikátní technologii, která tuto bílkovinu umí z nealkoholického piva odstranit, aniž by se úprava dotkla jeho báječné chuti. Schválně, zkuste to, a uvidíte, že Birell bez lepku od klasického Birellu nerozeznáte.

Spárujte šťavnaté maso s Birellem bez lepku nebo tuto novinku rovnou použijte do marinády! Dobrou chuť a příjemné bezlepkové léto!

Sedlčanský
HERMELÍN
NA
GRIL

**Nažhavte se
na víkend!**

K dostání ve vybraných
prodejnách Albert.



PEVNÁ KŮRKA
VLÁČNÁ
KONZISTENCE



Pejskar
zař. 1887

Originál je vždy jen jeden



Tradice a kvalita již od roku 1887

Polický Uherák

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



Strathisla je domovinou značky Chivas Brothers a nejstarší funkční palírnou skotské Vysočiny

OBJEVTE *fascinující* SVĚT SKOTSKÉ WHISKY!

Destilace obilných lihovin má ve Skotsku dlouhou tradici. První psané zmínky pochází již z 15. století z královských účetních knih. Píše se v nich o prodeji ječmene klášteru za účelem výroby aqua vitae – latinsky „vody života“ nebo také „živé vody“. Odsud zřejmě pochází i název whisky. Živá voda je v původní gaelštině „uisge beatha“, což se postupně zkrátilo na usky a nakonec se definitivně změnilo na whisky.

Aby mohla být whisky nazývána skotskou (ostatně žádný jiný druh whisky nesmí být ve Skotsku vyráběn), musí podle zákona o skotské whisky splňovat několik podmínek. Mezi nimi je i přesná definice celého výrobního



Míchání neboli blendování whisky je velmi složitý a sofistikovaný proces, jehož znalost se předává z generace na generaci. Úspěch blended whisky stojí a padá s uměním master blendera, který se musí vyznat v desítkách chutí a vůní a v tisících jejich jemných nuancích, aby věděl, kterými a jak ovlivnit výsledný blend. V historii firmy Chivas Brothers dosud pracovalo pouze pět master blenderů, což hovoří samo za sebe. Současný master blender Colin Scott trefně přirovnává umění míchání whisky ke komponování hudby: „Nejenže musíte znát všechny aspekty a charakteristické vlastnosti hudebních nástrojů, ale také musíte vědět, jak je sladit dohromady tak, abyste vytvořili nezapomenutelnou a okouzující symfonii.“

procesu. Ten se musí odehrávat na území Skotska, od vypálení až po zrání v dubových sudech po dobu nejméně 3 let. Většinou se ale nechává zrát podstatně delší dobu. Obecně platí, že čím je whisky starší, tím je kvalitnější a dražší. Za zmínku ještě stojí fakt, že skotská whisky dozrává pouze v sudech, po jejím stočení je již zrání u konce. Pokud si tedy koupíte láhev dvanáctileté whisky, i po deseti letech bude whisky uvnitř stále dvanáctiletá, nikoli dvaadvacetiletá.

Základními druhy whisky jsou jednosladová (single malt) a obilná (grain) whisky. Nejvíce whisky se pak prodá ve formě míchané (blended) whisky. Single malt whisky pochází z jediné palírny a nemíchá se s whisky z ostatních palíren. Vyrábí se výhradně z ječmenného sladu, je výraznější a více aromatická. Grain whisky je obilný destilát neutrální chuti, který se využívá jako hlavní nosná složka pro míchanou (blended) whisky. Ta vzniká smícháním jednoho nebo více druhů skotské single malt whisky s jedním nebo více druhy skotské grain whisky. Výsledná chuť blendu je pak vyvážená, s vlastním charakterem.

Whisky zraje v dubových sudech po dobu nejméně 3 let, většinou ale podstatně déle



Mezi nejstarší značky skotské whisky patří Chivas Regal, míchaná vícedruhová sladová whisky, která se v současné době prodává ve více než 150 zemích po celém světě. Její domovinou je nejstarší palírna Skotské vysočiny Strathisla, fungující již od roku 1786. Tradice míchání zralých sladových a obilných whisky, kterým se v polovině 19. století proslovili bratři James a John Chivasovi, se zde předává z generace na generaci. Za zmínku stojí i slavná dvanáctiletá whisky Chivas Regal (vyrábí se od roku 1938), která je smíchaná ze 40 single malt whisky. Protože podle britského zákona uvedený rok stáří blended whisky musí odpovídat nejmladší složce (grain a single malt whisky), znamená číslo 12 na láhvi Chivas Regal 12 YO, že její nejmladší složka zrála v dubových sudech po celých 12 let. To vše zaručuje, že vás čeká bohatý koncert jemných a vyvážených chutí.

K dostání ve vybraných prodejnách Albert

Místo papírových stravenek teď používám **Gusto Kartu.**

Stejné výhody, plus něco navíc

- > Konečně zaplatím přesnou částku a nemusím počítat stravenky
- > Když se karta ztratí, o stravné nepřijdu
- > Je výhodnější pro mě i pro firmu
- > Mám rychlý přehled o všech nákupech
- > Ideální i jako karta na kapesné pro děti



Gusto karta - Karta plná výhod.

www.gustokarta.cz



TŘI NA TŘI
BEZ BRANKÁŘE



HOKEJ SE VRACÍ DO ULIC

**VYFOŤ SVŮJ OBLÍBENÝ HOKEJOVÝ PLÁCEK A VYHRAJ
JEDEN ZE TŘÍ VÝLETŮ ZA TOMÁŠEM HERTLEM DO SAN JOSÉ.**

VÍCE NA REDBULL.CZ/SOUTEZURBANBULY

**SOUTĚŽ
S ALBERTEM**
23. 5. - 24. 7. 2018





Balakanakis
Olympic fruit

Kvalita má své jméno

Užijte si každý den skvělou
chuť meruněk ze slunného Řecka.



Každodenní kontrola čerstvosti = Vaše každodenní potěšení

Čerstvá zelenina z Polabí

ZVO
GROUP



Odbytové družstvo Polabí

**Vyzkoušejte z naší
zeleniny jednoduchý
jarní salát pro 4 osoby...**

4 pol. lžice olivový olej
1 kus limeta
1 polévková lžice
plnotučná hořčice
2 polévkové lžice med

1 ks ledový salát
1 svazek ředkvička
2 ks kedlubna
1 svazek jarní cibulka

100g uzený sýr nebo
100g přírodní kuřecí nudličky



BONA VITA®

Nepřeskakuj
snídani...

www.bonavita.cz

* NOVINKA



* K dostání ve vybraných prodejnách Albert



Dip

2%
TUKU

Řecký jogurt

NOVÁ kategorie
chlazených
čerstvých Dipů.

www.milko.cz
www.hustyjogurt.cz



BOHATÝ NA
BÍLKOVINY



K dostání ve vybraných prodejnách Albert v sortimentu sýrů.

ZKUS NÁS VŠECHNY



Milka
Jemnost najdeš uvnitř.



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.


KORUNNÍ

Minerálka
DO RUKY
i do kabelky

Obsahuje přesně tolik minerálů,
že nezatěžuje lidský organismus.
Vhodná na každý den.

VYHRAJTE

DÁRKOVÝ POUKAZ NA KLENOTY

V HODNOTĚ 10.000,- Kč



KUPTÉ 3 JAKÁKOLIV BALENÍ
NESCAFÉ DOLCE GUSTO,
SOUTĚŽ 30. 5. 2018 - 28. 6. 2018
VÍCE NA WWW.DOLCE-GUSTO.CZ
K DOSTÁNÍ VE VYBRANÝCH
PRODEJNÁCH ALBERT.

30x
VÝHRA



VYCHUTNEJTE SI NOVINKY



klenoty
A U R U M



100% BIO
ARABIKA

NESCAFÉ
Dolce
Gusto

 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




Bilbo

SKVĚLÉ LOUPACÍ
PÁREČKY PRO DĚTI

- ♥ BEZ PŘIDANÝCH ÉČEK A GLUTAMÁTU
- ♥ BEZ LEPKU
- ♥ S MOŘSKOU SOLÍ

WWW.KOSTELECKEKENINY.CZ

K DOSTÁNÍ VE VYBRANÝCH PRODEJNÁCH ALBERT.



umění zdravé svačinky



www.mlekarna-valmez.cz

k dostání ve vybraných prodejnách Albert



Pinko®

SINCE 1991

CARTATTO
vanilka
čokoláda

120 ml

Křupavé a lahodné osvěžení

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

Lactofree

615 ml

*Klasická pochoutka
v provedení bez laktózy*

LACTOFREE
POLÁRKOVÝ DORT
vanilka

www.pinko.cz

RAJČATA KOKTEJLOVÁ


albert

Naše koktejlová rajčata jsou sklizena až v době své plné zralosti. Ochutnejte!

Mají typické svěží aroma a nasládlou chuť. Díky tomu jsou skvělou ingrediencí do salátů nebo jen tak jako chuťovka a osvěžující obloha k mnoha jídlům.



Díky své velikosti se hodí jako chutná a zdravá svačinka kdykoliv během dne. A co třeba rajčátka grilovaná?

Univerzální využití.

Rozjedte to *jako za první republiky*



BEZ LEPKU

**Utopenci 680 g
s přízdobou**



BEZ LEPKU

Pečený bochník



**85
let**

VÁHALA

www.vahala.cz

K dostání ve vybraných prodejnách Albert od 15. 6. 2018.

Slavíme 85 let



Určeno starším 18 let. Vychutnávejte zodpovědně. Děkujeme.

VYCHUTNEJ SI SMÍCHOVSKÉJ KUMŠT

Smíchovský pivo chutná, jak má, i když u toho řinčeš plechy. U nás si to pravý najde každý, kdo hledá poctivě uvařené pivo na uhašení žízně i na poctivě fanjšmekrskéj zážitky v podobě nádherně vyladěné Jedenáctky nebo různě prokvašeného Ležáku. Na zdraví, tvůj Smíchov.



STAROPRAMEN. VŽDYCKY DRŽÍ SPOLU

PROČ JÍST RYBY?

Rybí maso nám přináší kvalitní bílkoviny, vápník, draslík, fosfor, vitaminy a v případě mořských ryb také jód. Nejvíce ze všeho si však ceníme omega-3 nenasycených mastných kyselin, které si naše tělo není schopno samo vyrobit a musíme je přijímat potravou. Mořské ryby jsou k doplnění těchto látek vhodné, obsahují velmi dobře stravitelné bílkoviny a mnohem vyšší procento tělu prospěšných látek. Doporučený příjem rybiho masa se podle odborníků uvádí v množství tří porcí týdně.

 KIMBEX

Mořská štika
kuchaná 500 g



Pražma kuchaná
500 g



Makrela kuchaná
800 g



MASO UZENINY
POLIČKA



ilustrační foto

www.mupolicka.cz

Dunajská klobása

chuťovka z dílny poličských mistrů

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

KRÁSNO
SLAVÍ 25 LET

Krásno

RODINNÁ FIRMA Z VALAŠSKY
25
LET
KRÁSNO

www.krasno.cz

K dostání ve vybraných
prodejnách Albert.

180G **PÁRTY STICKS**

230G **PAŠERÁČKÁ KLOBÁSA**

280G **BALATON KLOBÁSA**

KRÁSNO: 25 LET TRADICE A INOVACÍ

Krásno slaví 25 let své existence, ale jeho kořeny jsou mnohem hlubší. Společnost z Valašského Meziříčí totiž stojí především na dlouhé řeznické tradici rodiny Pilčíků – její majitel Karel Pilčík představuje už pátou generaci valašského rodu, která zasvětila život masu, a do chodu firmy se už zapojily i jeho děti.

Krásno je tak na českém trhu opravdovým unikátem – je rodinnou firmou mezi obdobně velkými tuzemskými podniky. Díky rodinnému nasazení se povedlo v uplynulých 25 letech vybudovat z Krásna podnik, který symbolizuje spojení řeznické tradice, valašského kumštu a moderních technologií.



Pavlina Křížanovská, její otec Karel Pilčík a bratr Karel Pilčík ml.

JOJO

NOVINKA

30% MĚNĚ / MENEJ*
CUKRU

30x
dárková karta
DECATHLON

10 000 Kč

**KUP 3x
BONBONY JOJO A
VYHRAJ
NABITOU KARTU!**

**Kup 3x
jakékoliv
bonbonů JOJO.**

**Pošli SMS
s údaji
z účtenky.**

Vyhráj!

Soutěž probíhá od 30. 5. do 26. 6. 2018. Více informací a úplná pravidla na www.nestle.cz.

Pečujte o zuby
svého psa
jako o vlastní!

Pedigree

DENTASTIX



TROJÍ
ÚČINEK

DENNÍ PÉČE
O ÚSTNÍ DUTINU

- 1 REDUKUJE ZUBNÍ PLAK
- 2 ČISTÍ I ŠPATNĚ DOSTUPNÁ MÍSTA
- 3 NAPOMÁHÁ ZDRAVÍ DÁSNÍ



DOPORUČUJE



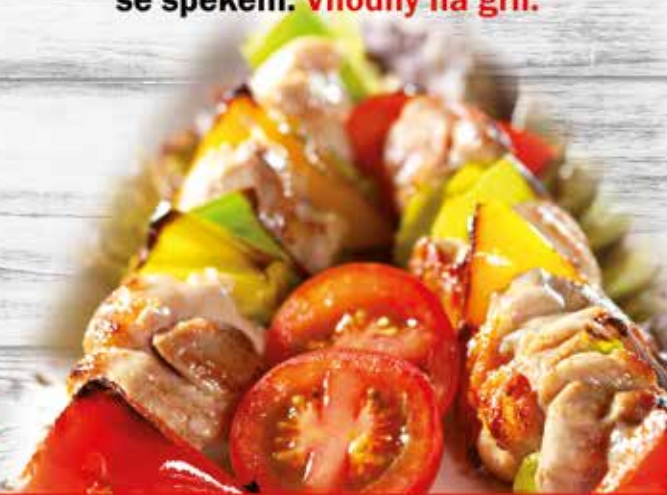
ČESKÁ SPOLEČNOST
VETERINÁRNÍCH
STOMATOLOGŮ

NOVÁ
VYLEPŠENÁ
RECEPTURA!

KLATOVSKÉ KUŘECÍ SPECIALITY NA GRIL



V nabídce také kuřecí špíz
se špekem. **Vhodný na gril.**



HOŇ TO
na gril!

Kuřecí horní a spodní stehna
marinovaná bez E ve variantách
ARGENTINA | BRAZÍLIE | GURMÁN

www.dzklatovy.cz

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



TAK SILNÝ JAKO JSEM JÁ

ADIPOWER 72H

chytrá body response technologie

GET READY



© 2018 adidas AG. adidas, the Badge of Sport and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group.

* K DOSTÁNÍ VE VYBRANÝCH PRODEJNÁCH 

head & shoulders

ULTRAČISTÉ VLASY

AŽ **100%**
BEZ LUPŮ*



NOVINKA

*odstraňuje viditelné lupy při pravidelném používání

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

bella

Happy

Z lásky k děťátku...



V HYPERMARKETECH
ALBERT
NYNÍ **V AKČNÍ
NABÍDCE**



Bella Perfecta

**NOVINKA
Night**



znáte
z
TV

Dětské pleny a podložky HAPPY a PANDA

Dámská hygiena BELLA PERFECTA

AKČNÍ NABÍDKA PLATÍ OD 30. 5. DO 26. 6. 2018

STK PRO CHLAPY

Holky, děkujeme, že myslíte na naše zdraví

Gillette

Oral-B

head & shoulders

Old Spice

Nakupte v prodejnách Albert produkty uvedených značek firmy Procter & Gamble a Nadační fond Petra Koukala **obdrží 2 % z ceny** zakoupených produktů.

Akce platí od 23. 5. do 19. 6. 2018 v hypermarketech i supermarketech Albert. Více informací na www.stkprochlapy.cz/soutez-holky-dekujeme



„Nakonec stačila pouze operace a nemusel podstoupit ani chemoterapii či jinou léčbu.“



fotografie: Jana Mensátorová

Loni výtěžek z kampaně putoval na vzdělávací roadshow, v jejímž rámci jste přednášeli dohromady pro tisíce žáků. Jak tuto akci hodnotíte?

Samozřejmě velmi pozitivně. Je skvělé, že se díky spolupráci s Albertem a P&G o naši činnosti dozví tisíce dalších lidí a že se podařilo vybrat spoustu financí, za které jsme mohli edukovat mladé studenty. Velmi si této spolupráce vážíme a věříme, že nás čeká úspěšné pokračování.

Vzpomenete si na příběh z roadshow nebo jiný silný, který vás za poslední rok opravdu zasáhl?

Napsala mi paní, která už tři roky nemůže přesvědčit svého manžela, aby si zašel k lékaři se zjevným urologickým problémem. Paní si vzala letáček při nákupu v Albertu a oslovila mě přes email. Styděl se, předstíral, že ho to nebolí, že je všechno v pořádku, vymýšlel si, že už u lékaře byl. Dokonce zfalšoval lékařskou zprávu. Domluvil jsem se s paní, že mu zavolám a pokusím se ho přesvědčit. Po desetiminutovém velmi nepříjemném hovoru jsme docílili toho, že jsem ho objednal k mému kamarádovi urologovi hned na druhý den. Ještě ráno se z toho zkoušel vykecat a musel jsem mu znovu volat. Nakonec přišel a z prohlídky jel rovnou na operaci do nemocnice. Nakonec stačila pouze operace a nemusel podstoupit ani chemoterapii či jinou léčbu.

Na jaké aktivity budou vynaloženy finance z letošní kampaně?

Plánujeme pokračovat v edukativní tour po středních školách a k nim přidat také naši účast na různých kulturních či sportovních festivalech, kde se budeme snažit moderními interaktivními metodami získat pozornost mladých lidí a pokusíme se změnit jejich přístup ke zdraví a prevenci.

Co považujete za dobu působení Nadačního fondu Petra Koukala za největší úspěch a v čem chcete pokračovat?


Nedávno jsem šel s kamarády na pivo a od vedlejšího stolu jsem slyšel, jak se čtyři chlapi baví o synovi jednoho z nich, který přinesl ze školy vtipnou brožurku STK PRO CHLAPY a že by si asi měli k tomu doktorovi také zajít.

nepečený dort s mascarpone a ovocem

Luxusní dort je jako stvořený pro chvíle pohody. Navíc je jeho příprava neobyčejně jednoduchá a výsledek naprosto famózní.

FOTO Lucie Fenclová FOODSTYLING Marika Kučová



 **1 forma o průměru 23 cm**

 **30 minut + 120 minut chladnutí**

 **velmi snadné**

KORPUS

50 g mandlí

200 g bezlepkových kakaových
věnečků Nature's Promise

2 lžice másla

200 g hořké čokolády

NÁPLŇ

500 g mascarpone

1 lžice citronové šťávy

3 lžice medu + 1 lžice na finální
zakápnutí

200 g jahod

100 g borůvek

100 g ostružin

½ hrsti mandlí

- Formu vyložte pečicím papírem.
- Mandle rozemelte pomocí stolního mixéru najemno, přidejte sušenky a ještě chvíli mixujte.
- Ve vodní lázni nechte rozpustit máslo a čokoládu.
- Do rozpuštěné čokolády vmíchejte rozemletou směs mandlí a sušenek. Dobře promíchejte a pomocí lžice vmáčkněte směs do okrajů a na dno formy.
- Korpus dejte chladit do lednice alespoň na hodinu.
- Připravte krém smícháním mascarpone s citronovou šťávou a medem.
- Vychlazený korpus vyjměte z formy, přesuňte na servírovací talíř nebo prkénko a naplňte krémem. Znovu dejte chladit na hodinu do lednice.
- Před podáváním ozdobte ovocem a nahrubo nasekanými mandlemi. Na závěr zakápněte jednou lžící medu.



Videorecept najdete na
naturespromise.cz

tip*

Mascarpone můžete vyměnit za tvaroh. Ovoce vybírejte podle sezony, skvěle budou fungovat meruňky nebo třeba maliny.



Naše srdce patří vínu. Proto jsme vše, co na víně milujeme, hledali v nejlepších vinařských regionech celého světa. Mise byla jednoduchá. Najít výjimečná vína, která si zamilujete i vy. Vybírali jsme s láskou a tady je výsledek. Vše, čím nás skvělé víno přitahuje, najdete v každé z našich lahví. I HEART. Protože každá příležitost si zaslouží jedinečné víno.



milujeme
♥ VÍNO

K dostání ve vybraných prodejnách Albert.