

KVĚTEN 2019

*U vás u kuchyně*

# albert

RECEPTY / INSPIRACE / NÁKUPY

ZDARMA

*Májový čajový  
dýchánek*

versus pánská  
jízda na chalupě

**43** receptů  
pro vzácné  
chvilé

**CO TAKHLE  
ŠÁLEK** čaje?

**JAK CHUTNÁ**  
Španělsko







# SBÍREJTE BODY NA LETNÍ ODMĚNY

1 BOD = 200 KČ  
12 BODŮ = SLEVA AŽ 82 %



Řekněte si o 1 bod navíc při platbě kartou Visa od 200 Kč.



**albert**  
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

Akce platí v prodejnách Albert od 15. 5. do 30. 7. 2019 nebo do vyčerpání zásob. Podrobnosti na [albert.cz/leto](http://albert.cz/leto) nebo na Informacích prodejen.

Děkujeme našim obchodním partnerům za podporu této kampaně v prodejnách Albert





Magazín pro zákazníky  
supermarketů a hypermarketů ALBERT

Distribuce ve všech prodejnách  
ALBERT zdarma

**YDAVATEL:**

Albert Česká republika, s.r.o., Radlická 117  
158 00 Praha 5 – Nové Butovice

**DATUM VYDÁNÍ:** 8. 5. 2019

**DATUM VYDÁNÍ PŘÍŠTÍHO ČÍSLA:** 5. 6. 2019

**ZA ALBERT MARKETING:**

Petra Čeřovská

**KOMPLETNÍ KREATIVNÍ ZPRACOVÁNÍ:  
S&P MEDIA**

Naďa Fidrncová, Kristína Cucevová  
www.spmediagroup.cz

**REDAKCE ALBERT MAGAZÍNU:**

Podkovářská 2, Praha 9, 190 00  
albertmagazin@albert.cz

**KREATIVNÍ TÝM S&P MEDIA:**

**Foto:**  
Petra Novotná, Tomáš Babinec,  
Fotobanka Albert, iStock

**Foodstyling:**

Petra Novotná, Tomáš Babinec, Adéla Srbová

**Grafické zpracování:**

Ludmila Reichová, Kateřina Zacharová,  
Pavλίna Švecová

**Texty:**

Eva Rýznerová, Bára Nosková, Adéla Srbová

**Kuchař:**

Jaroslav Prokš

**PARTNEŘI:**

BUTLERS – MADE FOR YOUR HOME  
Vinohradská 2828/151, Praha 3  
BELLA ROSE  
Brněnská 543, 664 42 Brno-Modřice

**TISK:**

SEVEROTISK s.r.o.  
Mezní 3312/7, 400 11 Ústí nad Labem  
TRIANGL, a.s.  
Beranových 65, 199 02 Praha 9

MK ČR E 7161 © ALBERT Česká republika  
ISSN 1211-1422

Tiskové chyby vyhrazeny.

Jakékoliv nakládání s obsahem magazínu  
Albert u vás v kuchyni, jeho publikování,  
přebírání nebo jiné formy šíření jsou bez  
písemného souhlasu vydavatele zakázány.

Sdílejte s námi:  
@albertceskarepublika  
#albertmagazin

## Milé čtenářky a milí čtenáři,

máj je měsíc lásky. Přesto stojí za to čas od času uspořádat ryze dámské posezení nebo pravou pánskou jízdu. V květnovém čísle Albert magazínu se dozvíte, jak na to. Inspirujte se hned na prvních stránkách dámským čajovým dýchánkem plným kvetoucích třešní, růžových pusinek a křehkých jednohubek, u kterých se dají probírat ta nejsladší tajemství. Naopak když to rozjedou chlapi s dětmi na chalupě, na krajkové prostírání můžete zapomenout. Vaří se na ohni, jí rukama a je u toho pořádná zábava, jak prozradí Martin Polačko při své výpravě „apalucha“.

Blíží se nám také léto a je čas začít přemýšlet o dovolené – že by letos vyhrálo Španělsko? Místní speciality, jako je paella nebo tapas, vykouzlíte s Albert recepty hravě u vás doma.

A na závěr nesmí chybět jako vždy sladká tečka. Tentokrát zůstane trouba vypnutá a ochutnáte ovocné pěny lehké jako jarní vánek. Připravíte je vcukuletu a stejně tak rychle se rozplývají na jazyku.

Krásný květen, lásky k vaření čas, Vám přeje

# Váš Albert





48

PŘÍBĚHY Z ALBERTU

Čajovna u vás v kuchyni



72

SLADKÁ TEČKA

Ovocné pěny

# Obsah

● vegetariánské ● veganské ● bez lepku ● bez laktózy

## 6 INSPIRACE MÁJOVÝ DÝCHÁNEK ANEB JAK CHUTNÁ DÁMSKÁ JÍZDA

- 8 SNĚHOVÉ PUSINKY dvou barev ● ● ●
- 9 MADLENKY s malinami a květy ● ● ●
- PŘEKVAPENÍ v ledu ● ● ●
- 10 MÁJOVÝ DRINK pro dámy ● ● ●
- BLINY s uzeným lososem ● ● ●
- 11 MINI KOLÁČKY s bílým chřestem ● ● ●
- FOCACCIA s cherry rajčátky ● ● ●

## 12 NOVINKY

- 13 VTIPNÁ KAŠE s ovocem ● ● ●

## 14 TRŽNICE

- 14 SÓLO PRO SALÁTY ● ● ●

## 16 ELIXÍR ŽIVOTA MELOUNOVÉ MÁMENÍ

- 17 FRESH LIMONÁDA z melounů ● ● ●
- 18 STŘEDOMOŘSKÝ SALÁT s melounem a sušenou šunkou ● ● ●
- 19 OSVĚŽUJÍCÍ GAZPACHO se žlutým melounem ● ● ●

## 20 RECEPTY NA KAŽDÝ DEN

- 20 ŽAMPIONOVÉ RIZOTO se špenátem a ricottou ● ● ●
- 21 SVĚŽÍ SALÁT na rychlou večeři ● ● ●
- BUDAPEŠŤSKÁ pomazánka ● ● ●
- 22 KVĚTÁKOVÝ KRÉM s rukolou ● ● ●
- 23 BURGER s modrým sýrem ● ● ●
- 24 ČEVAPČIČI s ajvarem ● ● ●
- 25 JARNÍ KUŘECÍ ROLKY s rukolovým salátem ● ● ●

## 26 BUĎME SPOLU U JEDNOHO STOLU S TEBOU MĚ BAVÍ... VAŘIT

- 27 RAJSKÁ POLÉVKA jako od tatínka ● ● ●
- 28 ŽIVÁŇSKÁ SMĚS od Martina ze Slovenska ● ● ●



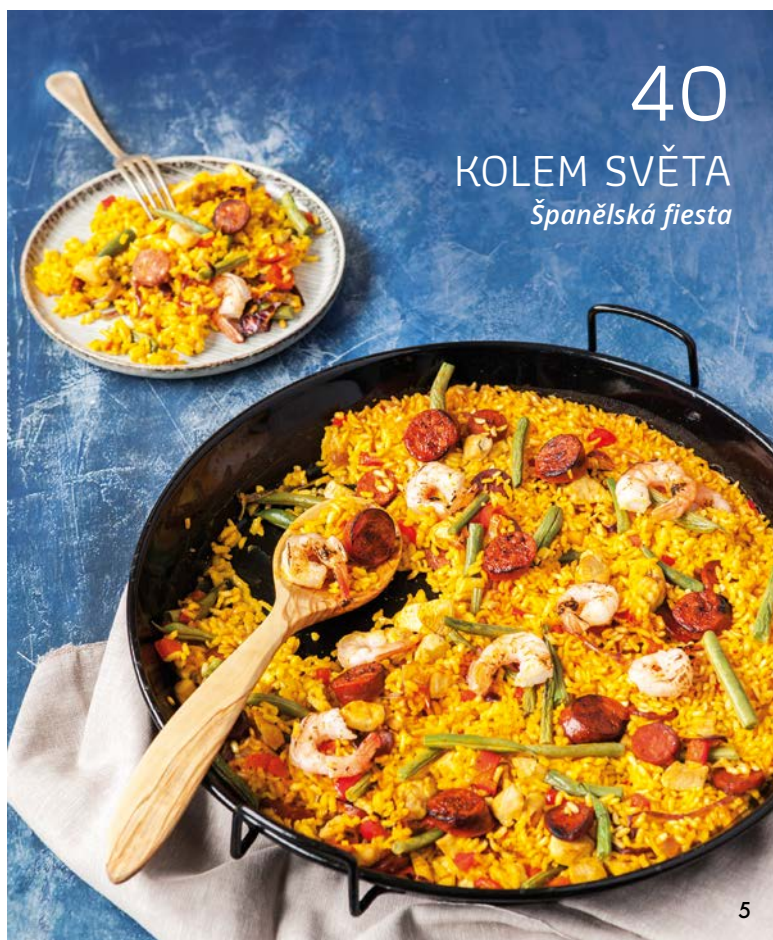
## 6

## INSPIRACE

Májový dýchánek



- 29 KUŘECÍ ŠPÍZKY tandoori ●●●
- 30 ČERSTVÍ PSTRUZI v papilotě ●●●
- 31 PIKANTNÍ PSTRUZI pro ostré chlapy ●●●
- 32 RICOTTOVÉ NOČKY s karamelovou omáčkou ●●●
- 33 BUCHTY S MÁKEM upečeme hákem ●●●
- 
- 35 **ZÁBAVA PRO DĚTI**  
LÁSKY ČAS ZNAMENÁ BÝT SPOLU
- 
- 37 **ALBERT BAVÍ MÁJOVÉ PŘEKVAPENÍ**
- 
- 38 **MASO MĚSÍCE** KRKOVIČKA NA JARNÍ GRILOVÁNÍ
- 39 MARINÁDA S BALSAMIKOVÝM OCTEM ●●●
- MARINÁDA S ŘECKÝMI BYLINKAMI ●●●
- MARINÁDA S KORIANDREM A CITRUSY ●●●
- MARINÁDA S MEDEM A ZÁZVOREM ●●●
- 
- 40 **KOLEM SVĚTA ŠPANĚLSKÁ FIESTA**
- 40 ČERVENÁ SALSA Romesco ●●●
- TORTILLA se špenátem ●●●
- 41 TAPENÁDA z oliv a sušených rajčat ●●●
- 42 SALSA VERDE ●●●
- FLAMENQUINES Roláda z jihu ●●●
- FRITÁTA se žampiony ●●●
- 43 TORTILLA Omeleta po španělsku ●●●
- 44 SANGRÍA Elixír slunce ●●●
- 45 PEČENÉ KREVETY s paprikovou majonézou ●●●
- 46 PAELLA s krevetami ●●●
- 
- 47 **ALBERT JSTE VY**  
ŠPANĚLSKÁ VÝZVA
- 
- 48 **PŘÍBĚHY Z ALBERTU** ČAJOVNA U VÁS V KUCHYNI
- 
- 52 **OCHUTNEJTE S NÁMI**
- 52 KUŘECÍ ŠPÍZY po středomořsku ●●●
- 
- 72 **SLADKÁ TEČKA** OVOCNÉ PĚNY
- 73 JAHODOVÁ PĚNA ●●●
- NEBESKÝ DEZERT ●●●
- 74 CITRONOVÝ VÁNEK Mražený mousse ●●●
- 75 NADÝCHANÁ TERINA s lesním ovocem ●●●

20  
RECEPTY  
NA KAŽDÝ DEN40  
KOLEM SVĚTA  
Španělská fiesta





## MÁJOVÝ DÝCHÁNEK

aneb jak chutná  
dámská jízda

MADLENKY  
*s malinami  
a květy*

SNĚHOVÉ  
PUSINKY  
*dvou barev*



MINI KOLÁČKY  
*s chřestem*







*V květnu je čas uvařit šálek čaje, provonět dům čerstvě upečenými slanými i sladkými delikatesami a pozvat nejlepší přítelkyně na kus řeči i něčeho dobrého. Dámy, užijte si jaro s vůní třešňových květů!*



## POHANKOVÉ BLINY s uzeným lososem

## FOCACCIA s cherry rajčátky

*\* Tipy na přípravu čaje najdete v rubrice Příběhy z Albertu na straně 48.*

Foodstyling: Petra Novotná, Adéla Srbová  
Fotografie: Petra Novotná  
Text: Eva Rýznerová, Adéla Srbová  
Nádobí a decor zapůjčil: Butlers



# 1 SNĚHOVÉ PUSINKY

## dvou barev

40  
kusů90  
min

VEGET

**SUROVINY:**

6 bílků  
300 g krupicového cukru  
růžové barvivo  
1 lžičce třtinového rumu

**POSTUP:**

1. Troubu předehřejte na 200 °C. Po dosažení teploty nechte otevřená dvířka a teplotu stáhněte na 100 °C.
2. V robotu vyšlehejte bílky do polotuhého sněhu. Za stálého šlehání přisypávejte po lžících cukr.
3. Plech vyložte pečicím papírem a troškou sněhové hmoty přilepte rohy pečicího papíru k plechu.
4. Připravte si cukrářský sáček. Barvivo rozmíchejte s rumem a pomocí štětce natřete na vnitřní stěny pruhy.
5. Do takto připraveného sáčku vložte sněhovou hmotu a na připravený plech stříkejte pusinky.
6. Pusinky pečte v troubě s otevřenými dvířky asi 1 hodinu.



*Jednu třetinu mouky můžete nahradit rozemletými mandlemi, těsto bude jemnější.*



## 2 MADLENKY s malinami a květy

30  
kusů45  
min

VEGET

**SUROVINY:**

90 g másla  
1 hrst třešňových květů  
50 g malin  
160 g hladké mouky  
1 lžička kypřicího prášku do pečiva  
špetka soli  
2 vejce  
85 g krupicového cukru  
1 citron  
moučkový cukr

**POSTUP:**

1. Troubu předehřejte na 190 °C, horní a spodní ohřev.
2. Formičky na madlenky vymažte 5 g změkhlého másla a do každé formičky vložte malinu a třešňový květ.
3. Rozpusťte zbývající máslo a nechte ho vychladnout na pokojovou teplotu. Do misky prosejte mouku s kypřícím práškem a solí.
4. Vyšlehejte vejce s cukrem, přidejte nastrouhanou citronovou kůru.
5. Po třetinách zapracujte moučnou směs a nakonec přilijte máslo. Vše vymíchejte dohladka a pomocí lžičky plňte formičky, maximálně do  $\frac{2}{3}$ . Nechte pár minut odležet.
6. Lehce bouchněte plechem o kuchyňskou linku a vyklepněte vzduchové bubliny. Pečte 12–15 minut dozlatova.
7. Po vyjmutí z trouby nechte krátce odstát. Madlenky vyklopte do misky s moučkovým cukrem. Ještě teplé je obalte a podávejte.



*Do těsta můžete přidat levanduli  
nebo růžové lístky.*



## PŘEKVAPENÍ v ledu

20  
kostek10  
min+24  
hod  
chlazení

VEGAN

**SUROVINY:**

jedlé jarní květy – sakura, sedmikrásky, fialky, šeršík, petrklíče  
drobné ovoce (borůvky, maliny)  
čerstvé bylinky  
voda

**POSTUP:**

Do tvořítek na led rozdělte květy, ovoce a bylinky.  
Zalijte je vodou a uložte do mrazáku nejméně na 24 hodin.



# MÁJOVÝ DRINK

## pro dámy

1

drink

5

min

VEGET

### SUROVINY:

80 ml růžového sektu  
20 ml minerální vody  
10 ml malinového  
sirupu

čerstvé květy  
na ozdobu  
(květy třešní, šeřík,  
maceška, růže)

### POSTUP:

V šejkru smíchejte sekt s minerální vodou a malinovým sirupem. Rozdělte do skleniček a ozdobte čerstvými květy.



*Do drinku můžete  
přidat ledovou kostku  
se zamraženým kvítkem  
nebo ovocem.*

# BLINY

## s uzeným lososem

16

kusů

30

min

+1  
hod  
kynutí

### SUROVINY:

80 g pohankové mouky  
60 g hladké mouky  
4 g sušeného droždí  
špetka soli  
120 ml vlažné vody

1 vejce  
50 ml slunečnicového  
oleje  
100 ml zakysané smetany  
60 g uzeného lososa  
2 snítky kopru

### POSTUP:

1. Oba druhy mouky smíchejte se sušeným droždím a solí.
2. Ve vodě rozšlehte vejce a postupně je zapracujte do moučné směsi. Nechte 1 hodinu kynout na teplém místě.
3. Pánev vytřete olejem a rozehejte. Naběračkou rozlijte malá kolečka těsta a opečte z obou stran.
4. Hotové bliny ozdobte smetanou, kouskem uzeného lososa a koprem.



# MINI KOLÁČKY s bílým chřestem

4  
kusy40  
min**SUROVINY:**

1 listové těsto  
rozválené  
5 g másla  
2 stonky bílého  
chřestu

80 g cherry rajčat

1 jarní cibulka

80 g anglické  
slaniny180 g zakysané  
smetany

1 vejce

40 g sýru čedar  
sůl, pepř

4 snítky tymiánu

**POSTUP:**

1. Z listového těsta vykrojte kolečka odpovídající velikosti formy na quiche (průměr asi 10 cm). Formy vytřete změklym máslem.
2. Těsto namačkejte na dno formy a propíchejte vidličkou.
3. Chřest oloupejte, odlomte konce (asi 4 cm). Do forem vložte nakrájený chřest, rajčata, nasekanou cibulku a nakrájenou slaninu.
4. Zakysanou smetanu vyšlehejte s vejcem a strouhaným čedarem, osolte a opepřete. Směsí zalijte koláčky a ozdobte tymiánem.
5. Vložte do trouby vyhřáté na 190 °C. Pečte 20 minut.

# FOCACCIA s cherry rajčátky

10  
kusů50  
min+1  
hod  
kynutí

VEGET

**SUROVINY:**

300 g hladké mouky  
4 g sušeného droždí  
½ lžičky soli

100 ml vlažné vody  
100 ml olivového oleje  
200 g cherry rajčat  
pepř

1 snítky  
rozmarýnu  
1 snítky  
tymiánu

**POSTUP:**

1. Mouku smíchejte s droždím a solí.
2. Postupně přidávejte vodu a 80 ml oleje a vypracujte lepivé těsto.
3. Nechte 1 hodinu kynout na teplém místě.
4. Plech o rozměru 40 × 28 cm vyložte pečicím papírem a na něj rozetřete 1 lžici oleje. Rozprostřete těsto.
5. Prsty udělejte do povrchu důlky. Pokladte ho rozpůlenými rajčaty. Opepřete a posypte lístky rozmarýnu a tymiánu. Zakapejte zbývajícím olejem.
6. Pečte 30 minut v troubě vyhřáté na 200 °C.
7. Vychladlou focacciu nakrájejte a podávejte.





# MÁJOVÉ NOVINKY v Albertu

*Jaro svádí k nápadité snídani.  
Vyzkoušejte naše tipy z Albertu a překvapte  
celou rodinu při ranním vstávání. Navíc  
podpoříte svůj zdravý režim.*

## TOFU NATURAL NATURE'S PROMISE VEGGIE



Tofu neboli sójový tvaroh můžete dusit, vařit i péct. Díky pevné struktuře je ideální náhradou masa. Když tofu rozmixujete se lžičkou láku z okurek a hořčice, vyrobíte veganskou majonézu – tofunézu.

## Veganská snídaně

*Na lžici olivového oleje  
osmažte jarní cibulku.  
Přidejte rozdrobené tofu  
a lžičku kurkumy. Ze všech  
stran opečte a podávejte  
s celozrnným chlebem.*



## CAMEMBERT NATURE'S PROMISE FREE FROM

Díky jeho lahodné a vyvážené chuti byste nepoznali, že jde o bezlaktózoý sýr. Tento camembert má pevnější konzistenci a je vhodný pro všechny lidi s alergií či intolerancí na laktózu.



## SÝR COTTAGE NATURE'S PROMISE FREE FROM

Lahodná sýrová zrna obalená ve smetaně si můžete bez obav vychutnat, i když mléčné výrobky nejíte. Sýr cottage je téměř bez laktózy (obsah je nižší než 0,01 g na 100 g) a bez přidaných konzervačních látek.



## SMETANOVÉ JOGURTY ČESKÁ CHUŤ

Jogurty s lahodnou chutí vyrábí pro Albert česká mlékárna s devadesátiletou tradicí. Jsou plné smetany a živých jogurtových kultur. Vybírejte ze čtyř příchutí: čokoláda, malina, jahoda a broskev.



# VTIPNÁ KAŠE

## s ovocem

1  
porce10  
min

VEGET

### SUROVINY:

50 g ovesné kaše s jahodami Nature's Promise  
110 ml vroucího mléka  
1 lžička drcených vlašských ořechů  
50 g malin a jahod  
med nebo javorový sirup

### POSTUP:

1. Ovesnou kaši zalijte vroucím mlékem.
2. Nechte 3–5 minut odstát a ozdobte vlaškými ořechy, malinami a nakrájenými jahodami.
3. Nakonec můžete přelít medem nebo javorovým sirupem.



## OVESNÉ KAŠE S OŘÍŠKY NEBO JAHODAMI NATURE'S PROMISE BIO

Nestíháte ráno? Vyzkoušejte nové ovesné kaše Nature's Promise. Jsou připravené ze surovin v bio kvalitě a snadné na přípravu. Směs stačí zalít vroucí vodou nebo mlékem a vaše snídaně je hotová!





## SÓLO PRO SALÁTY

*Svěží zelená barva salátových listů probudí jaro ve vaší kuchyni. V Albertu si můžete vybrat z mnoha druhů, tak vyzkoušejte kromě hlávkového třeba little gem nebo římský salát.*

### RADY Z TRŽNICE

Saláty vydrží déle čerstvé, když je postavíte v místě košťálu na kávový podšálek s trochou vody a vložíte do lednice. Vybírejte na omak pevné hlávky salátu s nepoškozenými vnějšími listy.

### NÁPADY DO KUCHYNĚ

1. Saláty mají jemnou chuť a dobrou společnost jim dělá zálivka na bázi olivového oleje. Pro větší říz můžete přidat hořčici, rozmačkaný česnek, citronovou šťávu nebo vinný ocet.
2. Pro rozmanitější chuťové variace smíchejte více druhů salátů.
3. Pokud chcete salát jako hlavní jídlo, zkombinujte ho s kuřecím nebo rybím masem. První teplé dny také svádí ke kombinaci se sýry jako mozzarella, balkán nebo feta.
4. Salátové listy můžete přidat do jarního životabudiče: smoothie nebo zelených džusů.

### PŮVOD A ROZŠÍŘENÍ

Za předchůdce listových salátů je považována locika setá. Pravděpodobně má původ ve střední Asii, odkud doputovala až do starověkého Egypta, Řecka a Říma. Do Čech se salát dostal až v 10. století a pěstoval se v klášterních zahradách.

### Little gem

Připomíná zmenšený římský salát. Pevné, po okrajích zkadeřené listy můžete použít k nabírání dipů.



### Little gem červený

Červeně zbarvená varianta obsahuje více karotenoidů, které chrání tělo před volnými radikály. Salát stačí rozebrat na listy a použít do směsi s dalšími druhy zeleniny, kde vytvoří nádherný kontrast.

Sezona:  
Little gem červený  
a hlávkový salát na jaře,  
ostatní saláty celý rok

Vitaminy: C, B, A  
Minerály: draslík,  
vápník, fosfor





## Hlávkový salát

Tradiční jarní salát má křehké listy a nejlepší je čerstvý. Vnější listy zpracujte ihned po nákupu. Zvláštní oblibě se těší srdíčko, které je tužší a příjemně křupavé.

## Římský salát

Poznáte ho díky podlouhlému tvaru hlávky a žebrovaným listům. Je nepostradatelný pro přípravu oblíbeného salátu Caesar. Zkuste ho také na grilu. Hlávku rozpujte, zprudka opečte a zakapejte olejem. Chutná výborně!





## MELOUNOVÉ MÁMENÍ

*Jsou sladké jako med a rozzářené jako slunce. Cukrové melouny jsou jako stvořené k oslavě jara!*

## MELOUN PIEL DE SAPO

*Svým tvarem připomíná míč na ragby. Má zelený, hrbolkatý povrch. Aromatická dužina přímo vybízí k úpravě sladkých dezertů. V létě se výborně hodí na přípravu sorbetů.*

### ALBERT RADÍ, JAK POZNAT ZRALÝ MELOUN

1. Poklepejte na povrch. Když se ozývá dutý zvuk, je meloun zralý.
2. Podívejte se na stopku nebo na místo, které zbylo po jejím odtržení. Je-li zaschlé a hnědé, meloun bude dobrý.
3. Zvláštní pozornost věnujte vůni. Pokud je hodně sladká, meloun je dobře vyzrálý.

## MELOUN GALIA

*Uvnitř je světle zelený až žlutý. Protože není příliš sladký, můžete ho odvážně zkombinovat se sušenou šunkou nebo ovčím sýrem.*

## ŽLUTÝ MELOUN

*Má výrazně žlutou, rýhovanou slupku. Protože má tužší dužinu, vyzkoušejte ho při grilování nebo do míchaných salátů.*

## MELOUN CANTALOUPE

*Když je zralý, má sytě oranžovou dužinu. Cantaloupe voní jako zralé mango nebo papája. Příjemná jarní svačinka!*



# FRESH LIMONÁDA

## z melounů

800  
ml15  
min

VEGAN

### SUROVINY:

½ melounu Piel de sapo  
 ½ žlutého melounu  
 800 ml sodovky  
 1 snítka máty

### POSTUP:

1. Meloun Piel de sapo zbavte pecek a slupky. Dužinu vložte do mixéru společně se 100 ml sodovky. Rozmixujte a propasírujte přes sítko.
2. Žlutý meloun zbavte pecek a slupky. Nakrájejte na malé kostičky. Smíchejte s propasírovanou dužinou z prvního melounu.
3. Dolijte sodovkou a ozdobte lístky máty.



*Pokud máte rádi  
 sladší limonádu,  
 použijte místo sodovky  
 minerálku s ovocnou  
 příchutí.*





# STŘEDOMOŘSKÝ SALÁT

s melounem  
a sušenou šunkou

4  
porce10  
minBEZ  
lepku

## SUROVINY:

1 meloun Cantaloupe  
150 g šunky jamón serrano  
Albert Excellent

50 g rukoly  
1 lžice olivového oleje  
1 lžička balsamického octa  
pepř

## POSTUP:

1. Meloun rozpulte. Pomocí lžice vydlabejte semínka a dužinu nakrájejte na klínky. Každý klínek zbavte slupky a rozkrojte. Meloun rozložte na talíř a přidejte plátky šunky. Ozdobte rukolou.
2. Zakapejte olejem a balsamickým octem. Opepřete a podávejte chlazené.



Salát můžete  
vylepšit  
hoblíčkami  
parmazánu.

JAK NA TO?

Podívejte se na videorecept:





# OSVĚŽUJÍCÍ GAZPACHO

## se žlutým melounem

4  
porce15  
min

VEGAN

### SUROVINY:

4 rajčata

350 g žlutého melounu

½ stroužku česneku

50 ml olivového oleje

½ okurky

sůl, pepř

2 ředkvičky

2 žlutá a 2 červená

cherry rajčata

10 g jarní cibulky

1 snítka bazalky

### POSTUP:

1. Rajčata spařte horkou vodou a oloupejte.
2. Meloun zbavte slupky a pecek a dužinu vložte do mixéru společně s rajčaty, česnekem, olejem a částí oloupané okurky. Rozmixujte dohladka. Osolte a opepřete podle chuti.
3. Na talířích ozdobte plátky ředkviček, polovinami cherry rajčat, jarní cibulkou, zbyvajícím okurkou a lístky bazalky. Posypte pepřem.

\*

*V horkých dnech dejte gazpacho před podáváním vychladit.*



# ŽAMPIONOVÉ RIZOTO se špenátem a ricottou

4  
porce

30  
min

VEGET



*Místo žampionů můžete  
použít hlívu ústříčnou.*

## SUROVINY:

1 šalotka  
50 g másla  
250 g žampionů  
300 g rýže arborio  
250 ml zeleninového vývaru  
100 ml suchého bílého vína

sůl, pepř  
1 lžice olivového oleje  
Albert Quality  
100 g baby špenátu  
4 lžice ricotty  
2 snítky petrželky

## POSTUP:

1. Nakrájenou šalotku osmahněte na másle. Přidejte 200 g nakrájených žampionů, promíchejte a 10 minut restujte.
2. Přidejte rýži, zalijte vývarem a vínem. Osolte a opepřete. Pod pokličkou duste 20 minut.
3. Mezitím opečte na oleji zbývající žampiony nakrájené na plátky a odložte.
4. Do rizota přimíchejte 90 g špenátu a nechte 3 minuty dojít.
5. Před podáváním do rizota vmíchejte 2 lžice ricotty. Ozdobte opečenými žampiony a zbývající ricottou. Posypte čerstvým špenátem a petrželkou.



**EXTRA PANENSKÝ  
OLIVOVÝ OLEJ  
ALBERT QUALITY**

ENERGIE: 446 kcal / 22 %  
BÍLKOVINY: 9 g / 13 %  
TUKY: 16 g / 25 %  
SACHARIDY: 65 g / 25 %  
Hodnoty odpovídají 1 porci.



# SVĚŽÍ SALÁT

## na rychlou večeři

4  
porce10  
min

VEGET

**SUROVINY:**

2 hlávkové saláty

1 salát little gem červený

400 ml acidofilního

mléka Nature's

Promise

1 lžička bílého

vinného octa

1 lžička třtinového cukru

3 lžice kopru

sůl, pepř

**POSTUP:**

1. Saláty rozeberte na listy a přendejte do mísy.
2. Na zálivku smíchejte acidofilní mléko s octem, cukrem, 2 lžicemi nasekaného kopru a vyšlehejte. Osolte a opepřete.
3. Salát přelijte zálivkou a posypte zbývajícím koprem.

# BUDAPEŠŤSKÁ

## pomazánka

4  
porce30  
min

VEGET

**SUROVINY:**

2 červené papriky

200 g ricotty

150 g pomazánkového másla

½ cibule

sůl, pepř

2 celozrnné ciabatty

10 g pažitky

**POSTUP:**

1. Troubu rozehejte na 230 °C a papriky zprudka opékejte po dobu 15 minut. Přendejte je do igelitového sáčku a nechte krátce zapařit.
2. Sloupněte černou slupku, papriky zbavte jádřince. Rozmixujte je s ricottou, pomazánkovým
3. Ciabatty rozpujte, nasucho opečte na grilovací pánvi a na každou polovinu naneste pomazánku. Posypte nasekanou pažitkou a podávejte k salátu.

máslem a nasekanou cibulí. Osolte a opepřete.



ENERGIE: 593 kcal / 30 %  
 BÍLKOVINY: 19 g / 27 %  
 TUKY: 24 g / 38 %  
 SACHARIDY: 73 g / 28 %  
 Hodnoty odpovídají 1 porci.

**ACIDOFILNÍ MLÉKO  
 NATURE'S PROMISE**



# KVĚTÁKOVÝ KRÉM

4  
porce

30  
min

VEGET

## s rukolou

*Květák dokáže překvapit i v polévce.*

*Když ji zjemníte smetanou, budou se malí mlsouni jen olizovat.*

### SUROVINY:

špetka muškátového  
květu  
3 lžíce olivového oleje  
2 jarní cibulky  
400 g květáku  
300 ml zeleninového  
vývaru  
sůl, pepř  
100 ml sladké  
smetany (12 %)  
1 hrst rukoly Albert  
20 g parmazánu

### POSTUP:

1. Na 2 lžících oleje osmahněte nakrájenou cibulku. Přidejte 350 g květáku a zalijte vývarem. Přiveďte k varu a 20 minut vařte.
2. Ochuťte muškátovým květem, osolte a opepřete. Přidejte smetanu a rozmixujte tyčovým mixérem.
3. Na 1 lžici oleje opečte zbývající květák nakrájený na plátky.
4. Porce ozdobte natrhanou rukolou, parmazánem a opečeným květákem.



RUKOLA ALBERT



*Nahradte květák  
brokolicí a připravíte  
vynikající brokolicový  
krém.*

ENERGIE: 170 kcal / 8,5 %  
BÍLKOVINY: 5 g / 7 %  
TUKY: 14,5 g / 23 %  
SACHARIDY: 7 g / 3 %  
Hodnoty odpovídají 1 porci.



# BURGER

## s modrým sýrem

4  
porce20  
min

*Vyzkoušejte klasiku nově! Nakyslá chuť jablka dodá burgeru svěží jarní chuť.*

### SUROVINY:

450 g mletého vepřového masa  
2 jarní cibulky  
sůl, pepř  
3 lžíce olivového oleje  
1 zelené jablko  
40 g másla  
1 lžička medu

4 hamburgerové bulky Albert  
60 g polníčku

### NA DIP

**Z MODRÉHO SÝRA:**  
210 g modrého sýra  
60 ml smetany (33 %)

### POSTUP:

1. V míse promíchejte maso s nadrobno nakrájenou cibulkou. Osolte a opepřete. Vytvarujte 4 placičky a na oleji opečte z každé strany 3–4 minuty.
2. Jablko nakrájejte na plátky. V pánvi rozeďte máslo s medem a jablka dozlatova opečte.
3. Na dip rozmixujte sýr se smetanou.
4. Bulky rozkrojte a nasucho opečte na grilovací pánvi.
5. Na spodní stranu rozetřete vrstvu dipu, na ni položte burger, plátky jablka a polníček. Přiklopte druhou polovinou bulky s dipem.



*V létě můžete jablko nahradit opečenou nektarinkou.*



**HAMBURGEROVÁ  
BULKA ALBERT**

ENERGIE: 483 kcal / 24 %  
BÍLKOVINY: 24 g / 34 %  
TUKY: 36 g / 57 %  
SACHARIDY: 17 g / 6,5 %  
Hodnoty odpovídají 1 porci.



# ČEVAPČIČI s ajvarem

4  
porce

30  
min

BEZ  
lepku

*Ideální jídlo pro milovníky balkánských chutí. Ajvar vám připomene dovolenou v Chorvatsku!*

## SUROVINY:

450 g mletého vepřového masa Albert  
1 menší cibule  
2 stroužky česneku  
6 lžic ajvaru

sůl, pepř

3 lžíce slunečnicového oleje  
400 g nových brambor  
40 g másla  
20 g pažitky  
2 hrsti směsi salátů

## POSTUP:

1. V míse promíchejte maso s nadrobno nakrájenou cibulí a rozmačkaným česnekem. Přimíchejte 3 lžíce ajvaru. Osolte a opeřete.
2. Mokryma rukama vytvarujte válečky dlouhé 6 cm. Do každého zapíchněte špejli a opékejte na oleji, z každé strany 3–4 minuty. Troubu předehřejte na 180 °C a vložte do ní na 10 minut čevapčiči.
3. Brambory oloupejte, rozpujte a vařte ve slané vodě 15–20 minut.
4. Vařené brambory přelijte rozpuštěným máslem a posypte nakrájenou pažitkou. Čevapčiči podávejte se salátkem a zvlášť servírujte zbývající ajvar.



**MLETÉ VEPŘOVÉ  
MASO ALBERT**

**JAK NA TO?**  
Podívejte se na videorecept:



ENERGIE: 506 kcal / 25 %  
BÍLKOVINY: 24 g / 34 %  
TUKY: 35 g / 56 %  
SACHARIDY: 23 g / 9 %  
Hodnoty odpovídají 1 porci.



# JARNÍ KUŘECÍ ROLKY

## s rukolovým salátem

4  
porce30  
minBEZ  
lepku**SUROVINY:**

4 kuřecí prsní řízky  
sůl, pepř  
4 plátky jamón serrano  
Albert Excellent  
3 lžice olivového oleje

**NA SALÁT:**

200 g rukoly  
80 g žlutých cherry rajčat  
6 ředkviček  
1 lžice olivového oleje  
1 lžička javorového sirupu  
1 lžička citronové šťávy  
sůl, pepř

**POSTUP:**

1. Kuřecí plátky naklepejte, osolte a opeřete.
2. Na každý položte plátek šunky a zarolujte. Zpevněte kuchyňským provázkem.
3. V pánvi rozehejte olej a na mírném ohni opečte kuřecí rolky dozlatova, z každé strany 8–10 minut.
4. Na salát smíchejte rukolu s rozpůlenými rajčaty a ředkvičkami nakrájenými na plátky.
5. Na zálivku vyšlehejte olej, javorový sirup, citronovou šťávu, sůl a pepř. Promíchejte se salátem a podávejte s nakrájenými rolkami.



*Kuřecí plátky naklepávejte přes potravinovou fólii, nepoškodí se tak struktura masa.*



**JAMÓN SERRANO  
ALBERT EXCELLENT**

ENERGIE: 266 kcal / 13 %  
BÍLKOVINY: 28 g / 39 %  
TUKY: 16 g / 25 %  
SACHARIDY: 4 g / 1,5 %  
Hodnoty odpovídají 1 porci.





## S TEBOU MĚ BAVÍ... VAŘIT

Pánská jízda  
na chalupě

*Jaro je tady, hurá na chalupu! Když se tátové domluví, že na pánskou jízdu vyrazí s malými rošťáky sami, nemusí se maminky ničeho bát. Bude postaráno o dobré jídlo a bezva zábavu! Naší partě velí Martin Polačko, a proto se můžete těšit na smršť neotřelých receptů.*



# RAJSKÁ POLÉVKA

## jako od tatínka

4

porce

30

min

BEZ

lepku



### SUROVINY:

1 lžíce olivového oleje  
50 g másla  
1 jarní cibulka  
2 stroužky česneku  
2 konzervy drčených rajčat  
200 ml zeleninového vývaru  
1 hrst čerstvé bazalky  
sůl, pepř  
1 lžička medu  
150 g bezlepkových těstovin  
do polévky Nature's Promise

### POSTUP:

1. Na oleji a máse osmahněte nakrájenou jarní cibulku a rozdrčený česnek. Přidejte rajčata, 15 minut duste a přilijte vývar. Přisypte polovinu nasekané bazalky, ochutíte solí, pepřem a medem. Promíchejte a vařte dalších 10 minut.
2. Mezitím uvařte těstoviny podle návodu na obalu. Před podáváním zamíchejte těstoviny do polévky a posypte zbývající bazalkou.



*V létě můžete připravit  
polévku z čerstvých rajčat.*



Foodstyling: Tomáš Babinec, Martin Polačka  
Fotografie: Tomáš Babinec  
Text: Eva Rýznerová  
Kuchař: Jaroslav Proků



# TÁTOVÉ VAŘÍ na ohni

*Martin Polačko je ten pravý kuchař a táta, kterého byste si přáli na každé pánské jízdě. Jakmile se objeví na chalupě, vaření a vtípky jsou jeho. Ochutnejte dobroty, které připravil na ohni pro své velké i malé kumpány.*



## ŽIVÁŇSKÁ SMĚS

4 porce 1 hod

### SUROVINY:

400 g vepřové krkovice  
100 g anglické slaniny v celku  
1 klobása  
4 lžičky hrubozrnné hořčice  
3 jarní cibulky  
300 g nových brambor  
2 lžičce olivového oleje  
1 lžička kmínu  
sůl, pepř

### POSTUP:

1. Připravte si alobal o rozměru 30 × 40 cm.
2. Maso, slaninu a klobásu nakrájejte na kostky a přendejte do mísy. Přidejte hořčici, na kolečka nakrájené jarní cibulky, brambory nakrájené na čtvrtky, olej, kmín, sůl a pepř.
3. Rukama promíchejte a směs přendejte do středu alobalu. Zabalte a vložte na rošt. Pečte na velmi mírném ohni 40 minut.





# KUŘECÍ ŠPÍZKY tandoori

6  
kusů

30  
min

+30  
min  
na odležení

BEZ  
lepku

## SUROVINY:

400 g kuřecích  
prsích řízků  
2 snítky koriandru

## NA MARINÁDU:

300 ml bílého jogurtu  
6 lžiček koření  
tikka masala  
1 lžíce sezamového oleje

## NA MÁTOVÝ DIP:

400 ml bílého jogurtu  
1 hrst máty  
1 lžička olivového oleje  
sůl, pepř

## DOMÁCÍ KOŘENÍ

### TIKKA MASALA:

1 lžička mletého římského  
kmínu, sladké papriky,  
kurkumy, sušeného  
zázvoru, koriandru a chilli

## POSTUP:

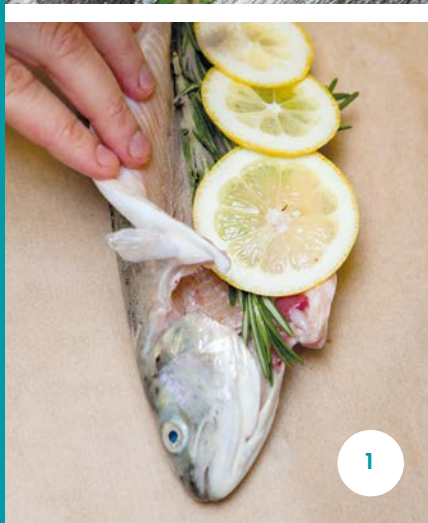
1. Maso nakrájejte na dlouhé proužky. Na marinádu smíchejte všechny suroviny a na 30 minut do ní vložte maso.
2. Poté maso vyndejte a napíchejte na špejle.

Zprudka opékejte na  
grilovacím roštu a stále  
otáčejte.

3. Na mátový dip smíchejte jogurt s nasekanou mátou, olejem, solí a pepřem.
4. Maso podávejte s dipem a čerstvým koriandrem.







## ČERSTVÍ PSTRUZI v papilotě

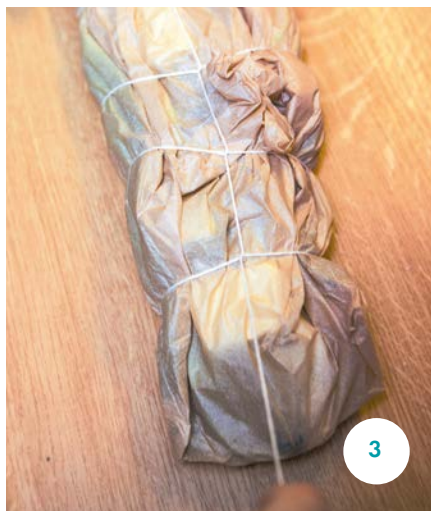
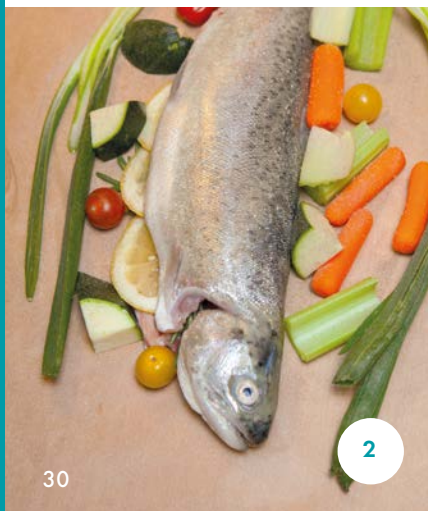
4  
porce

40  
min

BEZ  
lepku

### SUROVINY:

2 vykuchaní pstruzi  
sůl, pepř  
1 citron  
4 snítky rozmarýnu  
100 g červených a žlutých cherry rajčat  
2 jarní cibulky  
1 cuketa  
8 baby mrkví  
2 stonky řapíkatého celeru  
80 g másla



### POSTUP:

1. Pstruhy opláchněte a osušte papírovou utěrkou. Osolte a opepřete je na povrchu i uvnitř. Do břišní dutiny vložte kolečka citronu a snítky rozmarýnu.
2. Na každého pstruha si připravte pečící papír o rozměru 40 × 40 cm. Doprostřed čtverce vložte pstruha a obložte ho zeleninou. Přidejte plátky másla.
3. Papír zabalte tak, abyste vytvořili pevné balíčky. Zpevněte je kuchyňským provázkem a přesuňte na grilovací tácek nebo pekáč. Ten umístěte na rošt a na mírném ohni grilujte 30 minut.





Čerstvé pstruhy ulovíte v Albertu. Na grilu můžete udělat i jiné druhy ryb, třeba pražmu nebo filety z lososa.



# PIKANTNÍ PSTRUZI

pro ostré chlapy

4  
porce

20  
min

BEZ  
lepku

## SUROVINY:

2 vykuchaní pstruzi  
1 zelená chilli paprička  
1 žlutá chilli paprička  
1 červená chilli paprička  
5cm kousek zázvoru

1 lžice sezamového oleje  
2 lžičky medu  
1 lžice limetkové šťávy  
3 snítky koriandru  
1 citron

## POSTUP:

1. Pstruhy opláchněte a osušte papírovou utěrkou. Všechny druhy chilli papriček nakrájejte na šikmá kolečka, zázvor na tenké plátky. Smíchejte s olejem, medem, limetkovou šťávou a nasekaným koriandrem.
2. Bříšní dutiny pstruhů otevřete a naplňte směsí.
3. Pstruhy vložte do roštu na ryby a přidejte kolečka citronu. Opékejte na ohni, z každé strany asi 8 minut.





# RICOTTOVÉ NOČKY s karamelovou omáčkou

4  
porce

20  
min

VEGET

## SUROVINY:

300 g ricotty  
200 g hladké mouky  
1 vejce  
40 g borůvek  
40 g malin  
40 g jahod  
1 snítka máty

## NA KARAMELOVOU OMÁČKU:

150 g krupicového cukru  
200 ml smetany ke šlehání (33 %)  
100 ml mléka

## POSTUP:

1. Smíchejte ricottu, mouku a vejce a vypracujte těsto.
2. Do rendlíku dejte vařit vodu. Dvěma lžicemi vykrajujte nočky a vkládejte je do horké vody. Až vyplavou na povrch, jsou hotové.
3. V pánvi se silným dnem rozehejte za stálého míchání cukr. Až se začne rozpouštět, přidejte smetanu a mléko. Míchejte a 2 minuty považte.
4. Na talíři přelijte nočky karamelovou omáčkou. Ozdobte borůvkami, malinami a nakrájenými jahodami.





# BUCHTY S MÁKEM

## upečeme hákem

25  
kusů

50  
min

+1  
hod  
kynutí

VEGET

### SUROVINY:

400 g polohrubé mouky  
10 g sušeného droždí  
špetka soli  
80 g moučkového cukru  
200 ml vlažného mléka  
100 g másla

3 vejce  
5 g másla  
1 lžíce hrubé mouky

### NA MAKOVOU NÁPLŇ:

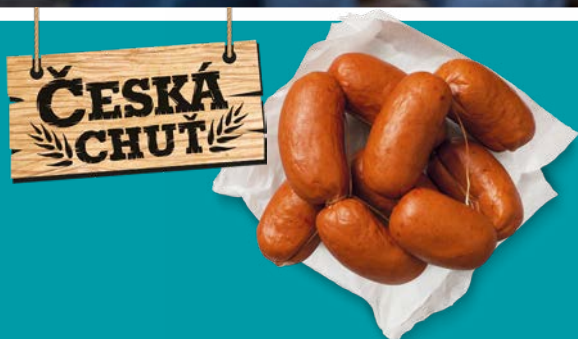
250 g mletého máku  
180 ml mléka  
50 g moučkového cukru

### POSTUP:

1. Smíchejte mouku s droždím, solí a 75 g cukru. Zvlášť prošehejte vlažné mléko s rozpuštěným máslem a 2 vejci. Tekutou směs postupně přidávejte do syké směsi a vypracujte hladké těsto. Nechte hodinu kynout.
2. Na náplň smíchejte v rendlíku mák s mlékem a cukrem. Přiveďte k mírnému varu. Povařte 15 minut a nechte vychladnout.
3. Těsto vyklopte na vál a odkrajujte z něj malé kousky. Prsty roztáhněte do šířky tak, abyste získali 5 cm široké kolečko. Doprostřed dejte lžičku náplně a zabalte.
4. Litinovou pánev o průměru 30 cm a pekáček o rozměrech 25 × 20 cm vymažte máslem a vysypte moukou. Buchtičky vyskládejte do pečicích nádob spojem dolů. Povrch potřete rozšlehaným vejcem.
5. Vložte do trouby vyhřáté na 180 °C a 25 minut pečte.
6. Nechte vychladnout a posypte zbývajícím cukrem.







## RETRO ŠPEKÁČKY Z ALBERTU

Vyzkoušejte farmářské špekáčky s 95% podílem masa, které chutnají jako z dětství.

## JAK NAŘEZAT špekáček?

### JAKO PRAVÍ ZÁLESÁCI

Je něco lepšího než buřt opečený na ohni? Děti se shodnou – není! Plápolání dřeva a pozorování plamenů, hvězdy nad hlavou, to jsou chvíle, na které se nezapomíná!

čertík



ježek



tulipán nebo  
chobotnička



špíz





# LÁSKY ČAS

znamená být spolu

*Jaro je čas lásky, i té k jídlu.*

*Malí kuchaři, vyzkoušejte svůj důvtip s májovou zábavou.*

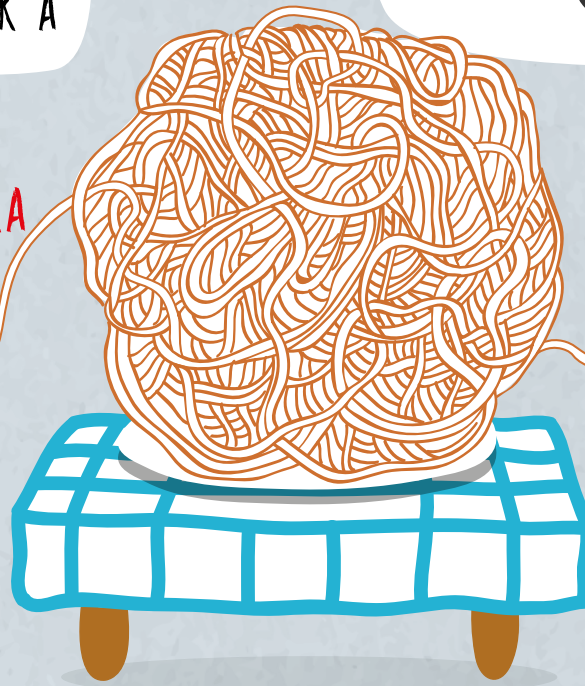
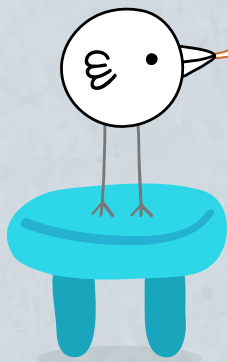
## 2 OSMISMĚRKA

Zkus najít všechna slova ze seznamu! Mohou být umístěna: zleva doprava, zprava doleva, shora dolů, zdola nahoru nebo diagonálně všemi 4 směry. Po vyškrtání ti zůstane tajenka.

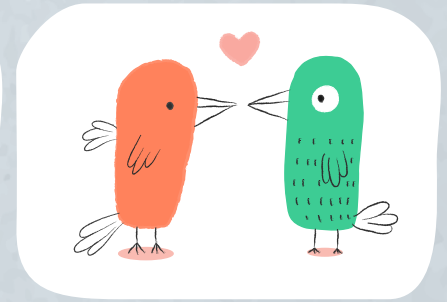
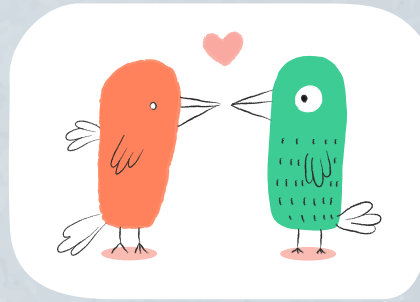
J A R O L M R A K Y  
 Á S K O E K M Í Č A  
 C O P P L R F O O T  
 C H S Á L E K Z Í Ř R  
 K A J A K J A A Á E  
 Ž A Á T T L S U D P  
 L E M K R A D E K K  
 E M A A O B L A K A

*Co, elektro,  
 fík, jaro,  
 jáma, kajak,  
 lem, míč,  
 mraky,  
 moře,  
 oblaka, oko,  
 oplatka,  
 osa, pejsek,  
 rolka,  
 řád, řasa,  
 trepka.*

## 4 KTERÁ ŠPAGETA SPOJUJE PEJSKA S PTÁČKEM?



## 1 NAJDI 5 ROZDÍLŮ



## 3 OBJEVÍŠ 2 STEJNÁ ZVÍŘÁTKA?





# MAGNUM

- Magnum je číslo jedna na trhu impulsních zmrzlin (nanuků) a nyní k dispozici i ve veganské variantě\*
- Obsahuje hrachový protein



\*Zdroj: Odhad společnosti Unilever na základě kumulativních dat RetailZoom za období YTD OCT 2018 + Nielsen dat v kanálu total market za období MAT NOV 2017 (value sales).

# SOLERO

BIO  
VEGAN



- Bio ovocná zmrzlina s přírodními bio surovinami
- Šťavnaté, měkké a sladké jádro
- Udržitelné zemědělství, které přispívá k ochraně ovoce nejen pro dnešní den, ale i pro další generace
- Žádný odpad z ovoce
- Minimální použití plastů nejen při výrobě, ale i přepravě



## OCHUTNEJTE NOVÉ ZMRZLINOVÉ TRENDY



- Mléčné bílkoviny přirozeně pocházející z tvarohu a dalších mléčných surovin
- Míša Protein je bez lepků
- Tvaroh, smetana i cukr pochází z ČR

PROTEIN



...A ANO, ČÍSLOVKA UVEDENÁ NA OBALU JE SKUTEČNĚ POČET KALORIÍ. V CELÉ PINTĚ!



NOVÁ ZMRZLINA

# BEZ VÝČITEK

K DOSTÁNÍ VE VÍCE VARIANTÁCH

- SE SNÍŽENOU ENERGETICKOU HODNOTOU
- SE SNÍŽENÝM OBSAHEM CUKRU\*
- S VYSOKÝM OBSAHEM BÍLKOVIN
- A HLAVNĚ SE SKVĚLOU CHUŤÍ!

\*O 30 % MĚNĚ CUKRU PŘI POROVNÁNÍ S PODOBNÝMI VÝROBKY

MÁLO  
KALORIÍ



## BAVTE SE PŘI VAŘENÍ!

Vyhrát můžete poukázku na nákup v síti prodejen  
Albert v hodnotě 300 Kč

Jak se zapojit? Vyluštěte květnovou křížovku a tajenku zašlete do 20. 5. 2019  
na adresu redakce Albert magazínu: Podkovářská 2, Praha 9, 190 00.

Nebo tajenku vyplňte přímo do formuláře na webu [www.albert.cz/tajenka](http://www.albert.cz/tajenka).

Výherkyně křížovky z čísla 4/2019: Milena Mihálová, Brno

# MÁJOVÉ PŘEKVAPENÍ

## Křížovka na květen

Informace o zpracování osobních údajů společnosti Albert Česká republika, s.r.o., naleznete v „Podmínkách zpracování osobních údajů“ uverejněných

	PRIMÁT	1. DÍL TAJENKY	ROSTLINNÝ HMYZ		JEDNOTKA INFORMACE	INICIÁLY HERCE KOHOUTA	STLANÍM ULOŽIT		UCHAZEČ	OTEC (obecně)	JMÉNO PĚVKYNĚ DESTINNO- VÉ	IMUNITNÍ SYSTÉM (zkratka)	ŽÁBA	DEHET	ÚŘAD (zastarale)	
2 x 4				ŠERÍK SLŮVKO POHRDÁNÍ			BEZVÉREC									
POKRM Z MLETÝCH JATER																
	LUPEN PLUKOV- NIK (zastarale)				PODLEC OCHUCO- VAT SOLÍ							PORUB (slangové) ÚDER TÁGEM				
DĚDINY					OTISK OPIS						SPORTOVNÍ ZKRATKA DRACI			4. DÍL TAJENKY	ZEMĚDĚL- SKÝ TAHAČ	
VČELA (anglicky)				POBÍJET UKRAJIN- SKÁ PÍSEŇ (zdrobněle)						MĚSTO (německy) BIOGRAF						
DRČIVÝ ZVUK			AMERICKÁ MĚNA ZNAČKA ČOKOLÁDY						VOLÁN KRÁTKO- NOHY KŮN							
PŘÍSTOU- PIT								AMERICKÁ ZPĚVAČKA JMÉNO HER- WINSLET					POSMEŠEK TALISMAN			
VŠEKAZ							VALAŠÍ NÁPŘENKA ZÁSTĚRY (obecně)					CHLUPATÁ ROSTLINA OSLOVENÍ TRAMPA				
	OLDFIELDO- VO JMÉNO PAPÍRENSKÉ SDRUŽENÍ				TAŽNÝ PROVAZ SLANINA						DVEŘNÍ ZÁVĚS SELENOVÁ SŮL					
MEXICKÝ FOTBALOVÝ BRANKÁŘ					ODĚV PROTIVA					NĚMECKÁ ZEMĚ PŘÍTLUNÝ ČLOVĚK						
TANEČNÍ KROK				PŘEDKUPNÍ PRAVO DRAVÝ PTÁK					ŘÍMSKÝ BŮH OBCHODU SAMUEL (domácky)							
CHEMICKÁ ZNAČKA PLATINY			ZNAČKA NĚMEC- KÝCH AUT PODMÍTAT					ZŮSTATEK NA ÚČTĚ MOHAME- DÁN						YKONAT VOLBU	TRVALÝ	
LYŽAŘSKÁ VĚTROVKA							KOPT IZÁKOVA ŽENA					STROJIREN- SKÝ PODNIK V KŮŘIMI OBROZENÍ				
UZENKA					CHAPADLO SRANDA (z němčiny, zastarale)									ZNAČKA DECITUNY PRAVIDELNÝ NAKUP		
	NOREK AMERICKÝ	CHEM. ZN. HLINÍKU SMĚNEČNÝ RUČITEL			ZNAK V AZBUCE ČASNĚ			NETUČNÁ (PEČINKA) BYLINNÉ ODVARY								
ŠACHOVÉ ZAKONČENÍ				HORNÍK PŘÍVLAST- NOVACÍ ZÁJMENO						UZEL Z VLASŮ TI (slovensky)						
ŘÍMSKÁ ČTYRKA			STRÍKÁNÍM POSKVRNIT PÍPÁNÍ PTÁKŮ								ZAKULA- CENÝ IN. HERCE PÍŠKULY					
2. DÍL TAJENKY															POMŮCKA: BEE, JUKS, KÁTE, MIKE, OCHOA, OSPAP, PINK, STADT	
FRÁZE						ZESÍLENÝ ZÁPOR				NOTOVÝ ZÁPIS HLASU						



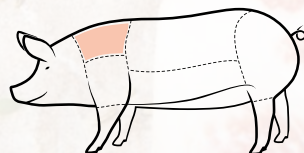
# KRKOVIČKA

## na jarní grilování

*Krkovice je křehký a šťavnatý kousek vepřového masa, který se skvěle hodí pro start grilovací sezony. Díky šťavnatosti je jedním z nejoblíbenějších druhů vepřového masa v české kuchyni.*



ROZPALTE GRIL



**KRKOVIČKA** je libová část vepřového masa zahrnující horní část krku. Je vhodná k dušení, uzení, grilování i pečení. Pamatujte, že se při pečení může ztratit až 30 % objemu masa.



**ŘEZNÍK Z ALBERTU RADÍ:**  
Před grilováním krkovičky zpevněte kuchyňským provázkem. Udrží lépe tvar a maso se rovnoměrně propeče.



## S BALSAMIKOVÝM OCTEM



**4x**  
**MARINÁDA**  
na grilovanou  
krkovičku

4  
porce

5  
min

**SUROVINY:**

150 ml olivového oleje  
60 ml balsamikového octa  
3 lžičky dijonské hořčice  
6 stroužků drceného česneku

1 lžička soli  
1 lžička pepře  
2 lžičky drceného chilli  
2 lžičky sušeného  
rozmarýnu

## S ŘECKÝMI BYLINKAMI

**SUROVINY:**

200 ml olivového oleje  
8 lžic citronové šťávy  
2 lžičky citronové kůry  
1 lžička soli

1 lžička pepře  
60 g čerstvého rozmarýnu  
2 lžičky sušeného oregana  
6 stroužků nakrájeného  
česneku

## S KORIANDREM A CITRUSY



Tyto 4 marinády  
jsou tak snadné  
a přitom přidají  
spoustu chuti!  
Maso v nich naložte  
aspoň na 30 min.,  
ideálně 2–4 hod.  
v chladu.

**SUROVINY:**

200 ml olivového oleje  
4 lžice limetkové šťávy  
1 pomeranč nakrájený  
na plátky

1 hrst koriandru  
1 lžička soli  
1 lžička pepře  
3 stroužky nakrájeného  
česneku

## S MEDEM A ZÁZVOREM

**SUROVINY:**

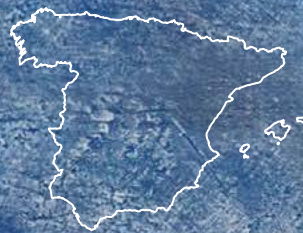
200 ml olivového oleje  
2 lžičky sójové omáčky  
2 lžice medu  
4 stroužky česneku

4 lžice červeného  
vinného octa  
1 lžice nakrájeného zázvoru  
1 lžice nasekané jarní cibulky  
1 lžička pepře



# ŠPANĚLSKÁ FIESTA začíná! Olé!

Ohnivě Španělsko nabízí přímořská letoviska, hory i nekonečné večery v rytmu flamenska. Než odjedete na dovolenou, vyzkoušejte uvařit místní speciality u vás v kuchyni a vychutnejte si je jako temperamentní Španělé – v dobré společnosti a s požitkem.



Španělsko



1

1

## ČERVENÁ SALSA Romesco

1 miska

15 min

VEGET

### SUROVINY:

50 g oloupaných mandlí	1 nakládaná paprika
2 lžice olivového oleje	1 lžička mletého chilli
2 plátky toustového chleba	150 ml červeného vína
4 stroužky česneku	1 lžice bílého vinného octa
1 plechovka konzervovaných rajčat	1 lžička mleté červené papriky
	sůl, pepř

### POSTUP:

1. Mandle opražte na 1 lžici oleje dozlatova.
2. Toustový chléb nakrájejte na kostičky a nasucho opečte.
3. Rozmixujte toustový chléb se zbývajícím olejem a postupně přidávejte další suroviny. Podávejte na opečeném chlebu nebo k masu.



2

## TORTILLA se špenátem

4 porce

20 min

VEGET

### SUROVINY:

2 lžice olivového oleje	4 brambory
1 cibule	5 vajec
500 g baby špenátu	100 g piniových oříšků
	sůl, pepř

### POSTUP:

1. Na oleji opečte na kostičky nakrájenou cibuli.
2. Přidejte špenát a syrové nastrouhané brambory.
3. Vejce rozšlehejte a smíchejte s piniiovými oříšky. Osolte, opepřete a nalijte do pánve.
4. Na pánvi opékejte 5 minut. Otočte a opékejte další 3 minuty.

2





DO ŠPANĚLSKA  
ZA TAPAS

V každém správném španělském baru si můžete objednat tapas, drobné občerstvení připravené z místních surovin. Čím pestřejší a plnější stůl, tím více zábavy.

3



3

## TAPENÁDA

### z oliv a sušených rajčat

1  
miska5  
min

VEGET

**SUROVINY:**

1 stroužek česneku  
125 g vypeckovaných  
černých oliv

50 g sušených rajčat  
1 lžice olivového oleje  
sůl a kajenský pepř

**POSTUP:**

1. Rozdrťte česnek a promíchejte ho s nadrobno nasekanými rajčaty a olivami.
2. Přidejte olej, sůl a kajenský pepř. Promíchejte a podávejte s bagetkou.





1

2



3

3



## FRITÁTA se žampiony

4 porce

20 min

VEGET

### SUROVINY:

200 g žampionů  
2 lžičce česnekového oleje  
sůl, pepř  
5 vajec  
2 lžičce slunečnicového oleje

### POSTUP:

1. Nakrájené žampiony pokapejte česnekovým olejem, osolte a opepřete.
2. Rozšlehejte vejce a smíchejte je se žampiony.
3. Rozehřejte slunečnicový olej, přidejte směs a 5 minut opékejte.
4. Když vejce začnou tuhnout, přiklopte pánev talířem a fritátu na něj překlopte.
5. Vraťte fritátu do pánve neopečenou stranou a 5 minut opékejte z druhé strany.

1

## SALSA VERDE

1 miska

15 min

VEGET

### SUROVINY:

3 vejce  
250 ml olivového oleje  
1 cibule  
1 palička česneku  
2 hrsti hladkolisté petrželky  
150 ml zeleninového vývaru

### POSTUP:

1. Vejce uvařte natvrdo (asi 10 minut) a oloupejte.
2. Na oleji osmahněte cibuli a rozdrcené stroužky česneku.
3. Do nádoby mixéru vložte vařená vejce, opečenou cibuli, česnek, petrželku a vývar. Rozmixujte dohladka. Podávejte na opečeném chlebu nebo k masu.



2

## FLAMENQUINES [čti flamenkínes] Roláda z jihu

4 porce

20 min

### SUROVINY:

4 baby mrkve  
4 stonky zeleného chřestů  
10 plátků šunky  
10 plátků polotvrdého sýra  
1 hrst hladkolisté petrželky  
2 vejce  
sůl  
4 lžičce strouhanky  
300 ml slunečnicového oleje na smažení

### POSTUP:

1. Mrkev a chřest spařte ve slané vařící vodě.
2. Na plátek šunky položte plátek sýra, stonky chřestů a špalíček mrkve. Posypte petrželkou a zaviňte. Po stranách zpevněte párátky.
3. Vejce rozšlehejte a osolte. Závitky obalte ve vejci a strouhance. V rozpáleném oleji smažte dozlatova a nakrájejte na kousky.



# TORTILLA

## Omeleta po španělsku

4  
porce30  
min

### SUROVINY:

4 větší brambory typu B  
2 lžíce olivového oleje  
1 menší červená cibule  
3 stroužky česneku  
100 ml kuřecího vývaru  
250 g klobásy chorizo  
2 lžíce hladkolisté petržele  
8 vajec  
1 lžička mleté papriky  
sůl a pepř  
40 g parmazánu

### POSTUP:

1. Brambory oloupejte a nakrájejte na 4mm kolečka. V pánvi vhodné do trouby pečte 5 minut na oleji brambory, cibuli a rozmačkaný česnek.
2. Přilijte kuřecí vývar, priklopte pokličkou a vařte 12–15 minut, dokud brambory nezměkknou.
3. Přidejte nakrájenou klobásu a petrželku. Promíchejte a vařte další 2 minuty.
4. Vejce rozmíchejte s mletou paprikou, solí, pepřem a nalijte na brambory. Zesilte plamen a duste asi 3 minuty.
5. Pánev vložte do trouby rozežháté na 200 °C a pečte asi 10 minut. Posypte strouhaným parmazánem a nechte 2 minuty dopéct.





# SANGRÍA

## Elixír slunce

1  
litr10  
min+1  
hod  
chlazení

VEGET

**SUROVINY:**

1 pomeranč  
1 citron  
1 jablko  
60 ml španělské  
brandy  
240 ml pomerančového  
džusu

60 g třtinového cukru  
700 ml španělského  
červeného vína  
1 celá skořice  
led

**POSTUP:**

1. Pomeranč a citron nakrájejte na kolečka. Polovinu dejte do džbánu, druhou odložte stranou. Jablko nakrájejte na kostičky. Polovinu dejte do džbánu, druhou chladit do lednice.
2. Do džbánu nalijte brandy, pomerančový džus a přidejte

- cukr. Promíchejte, přidejte víno a skořici. Uložte do lednice a nechte hodinu chladit.
3. Před podáváním vložte do sklenice pár kostek ledu, přidejte zchlazené ovoce a přelijte sangrií.





# PEČENÉ KREVETY s paprikovou majonézou

4  
porce30  
minBEZ  
lepku**SUROVINY:**

75 ml olivového oleje  
2 stroužky česneku  
1 lžice citronové šťávy  
sůl  
500 g krevet

**NA PAPIKOVOU MAJONÉZU:**

2 žloutky  
1 lžička uzené papriky  
1 lžice citronové šťávy  
200 ml slunečnicového oleje  
pepř

**POSTUP:**

1. Olej smíchejte s rozdrčeným česnekem, citronovou šťávou a solí.
2. Promíchejte s krevetami. Vložte do zapékačí nádoby a pečte 20 minut na 180 °C.
3. Žloutky vyšlehejte s uzenou paprikou a citronovou šťávou. Po kapkách přidávejte olej a stále šlehejte, až vznikne majonéza. Osolte a opepřete. Krevety podávejte s majonézou.

*Vyzkoušejte výběr  
španělských vín  
z Albertu.*





# PAELLA [čti paeja]

## s krevetami

4  
porce40  
min

### SUROVINY:

2 lžíce olivového oleje  
200 g klobásy chorizo  
3 stroužky česneku  
1 cibule  
1 červená paprika  
1 rajče

300 g kuřecích prsních řízků  
300 g rýže na rizoto (např. arborio)  
900 ml kuřecího vývaru  
1 balení šafránu (0,12 g)  
400 g krevet  
1 hrst fazolových lusků  
1 hrst hladkolisté petrželky

### POSTUP:

1. V pánvi rozehejte 1 lžici oleje. Přidejte na kolečka nakrájenou klobásu chorizo, opečte ji a vyjměte. Do pánve přidejte další lžici oleje, krátce opečte česnek a cibuli.
2. Přidejte nakrájenou papriku a rajče, dále na proužky nakrájené kuřecí maso a opečte. Přidejte rýži a promíchejte. Do pánve vraťte klobásku, pár kousků odložte na ozdobu.
3. Zalijte vývarem, zasypte šafránem a za stálého míchání 3 minuty zprudka duste. Plamen stáhněte a 10 minut vařte bez míchání.
4. Přidejte krevety, fazolové lusky a povařte 7 minut. Přidejte zbytek klobásky a posypte nasekanou petrželkou.

JAK NA TO?  
Podívejte se  
na videorecept:





# TY NEJLEPŠÍ JARNÍ CUPCAKY z dubnové výzvy



Děkujeme všem za záplavu jarních fotek a gratulujeme! Každý z autorů vybraných snímků získává 1000Kč poukázku na nákup v Albertu.



SDÍLEJTE NA INSTAGRAMU

## ŠPANĚLSKÁ VÝZVA: PAELLA

- Paella je španělské národní jídlo, jehož tajemství spočívá v postupném přidávání pestrých surovin.
- Inspirujte se naším receptem na str. 46 a uvařte svoji paellu.
- Dle fantazie přidejte zeleninu, kuřecí maso, ryby nebo krevety.
- Pochlubte se. Vyfoťte finální jídlo.
- Sdílejte fotku na Instagramu pod hashtagem #albertmagazin nebo nám ji pošlete do redakce.

### Redakce Albert magazínu:

Podkovářská 2, Praha 9, 190 00, albertmagazin@albert.cz

Nejlepší inspirace zasláné do 15. 5. 2019 se objeví v červnovém čísle.

Podrobná pravidla měsíční magazínové výzvy naleznete na [www.albert.cz](http://www.albert.cz).



3x VÝHRA  
ŠPANĚLSKÉ VÝZVY:

POUKÁZKA NA NÁKUP  
V ALBERTU V HODNOTĚ  
1 000 Kč!



# ČAJOVNA U VÁS V KUCHYNI

## Z dalekých plantáží do Albertu

*Příběh čaje se začal psát už před 4000 lety v jihovýchodní Asii a dnes je jedním z nejoblíbenějších nápojů. Inspirujte se, jak na správnou přípravu čaje, a tipy, jak si připravit dýchánek s čaji Albert Excellent.*



### ČAJ ROOIBOS

• Rooibos je nápoj připravovaný z keře. Je typicky červený a v Africe ho pijí dochucený cukrem a mlékem. Zkuste kombinaci s citronovou trávou a skořicí z řady Albert Excellent.



CITRONOVÁ TRÁVA A SKOŘICE  
Čaj rooibos

### ČERNÝ ČAJ

• Čerstvě nasbírané čajové lístky se nechají zavadnout, srolují se a fermentují. Tím získá čaj typickou vůni a černou barvu. Černý čaj vás povzbudí podobně jako káva. Albert Excellent má v řadě sypaný čaj z Indie se směsí maracuji, chrpy a citronové kůry.



MARACUJA  
Černý čaj





## BÍLÝ ČAJ

• Je nejjemnější ze všech čajů, vyrobený z pupenů a nezralých lístků čajovníku. Nedochází k rolování ani fermentaci a výsledný čaj má bíle nazlátlou barvu. V pyramidových sáčcích řady Albert Excellent najdete směsi zeleného a bílého čaje doplněné o jasmín a jahody nebo o pomeranč a zázvor.



SVĚŽÍ MÁTA  
Zelený čaj

## ZELENÝ ČAJ

• Základem zelených čajů jsou lístky čajovníku, ale na rozdíl od černého čaje nedochází k fermentaci a lístky zůstávají zelené. Zelený čaj uvolňuje tein pomaleji než černý a povzbudí vás na delší dobu. Pozor, nezalévejte ho vařící vodou.



POMERANČ A ZÁZVOR  
Zelený a bílý čaj



### CERTIFIKACE

• Všechny čaje z Albertu mají UTZ certifikaci. To znamená, že podporujeme globální program pro udržitelné pěstování kávy, kakaa a čaje. Cílem certifikace je sladit produkci s férovými požadavky na pracovní podmínky, správnou zemědělskou praxí a životním prostředím.



JAHODY A JASMÍN  
Zelený a bílý čaj



BRUSINKA A GRANÁTOVÉ JABLKO  
Zelený čaj





# ALBERT RADÍ, jak na domácí čajový rituál

*Čaj tvoří dvě základní suroviny: čajové lístky a voda.  
Proto byste jim měli věnovat pozornost.  
Vodu použijte přefiltrovanou nebo odstátou, aby byla zbavená chlóru  
a tvrdosti.*

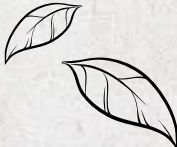


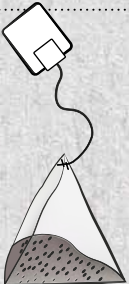











MARACUJA  
Černý čaj

Sypaný černý čaj Albert Excellent pochází až z daleké Indie a stejně exoticky i chutná díky směsi maracuju, chrpy a citronové kůry. Vyzkoušejte ho pro přípravu indické verze čajového nápoje masala chai přidáním kardamomu, skořice, hřebíčku, badyánu, zázvoru, mléka a medu.



# JAK SI PŘIPRAVIT správně čaj

TYP ČAJE	ČERNÝ	ZELENÝ	BÍLÝ	ROOIBOS
				
TEPLOTA VODY	 100 °C	 60-80 °C	 70-80 °C	 100 °C
DOBA LOUHOVÁNÍ	 2-4 MIN.	 1-3 MIN.	 3-5 MIN.	 5-10 MIN.

## ALBERT RADÍ, jak si doma udělat pravou čajovnu

### POMALÁ RITUÁLNÍ PŘÍPRAVA:

Připravte si dvě konvice. První konvici vypláchněte horkou vodou a na dno rozprostřete sypaný čaj. Zalijte horkou vodou. Přiklopte pokličkou, aby neunikly aromatické látky, a nechte louhovat podle návodu na obalu. Mezitím vypláchněte druhou konvici horkou vodou a čaj do ní přes sítko přelejte. Ihned podávejte.

### RYCHLÁ PŘÍPRAVA PRO VŠEDNÍ DEN:

Konvici propláchněte horkou vodou a vložte do ní sáček s čajem. Nechte louhovat podle návodu na obalu. Sáček vyndejte a čaj podávejte horký.



# KUŘECÍ ŠPÍZY po středomořsku

4  
porce

30  
min

BEZ  
lepku

## SUROVINY:

400 g kuřecích  
stehenních řízků  
Středomoří  
1 cuketa  
1 lilek  
sůl, pepř  
2 lžíce olivového  
oleje

## NA TZATSIKI OMÁČKU:

1 okurka  
300 g řeckého jogurtu  
2 hrsti čerstvého kopru  
4 stroužky česneku  
2 lžíce citronové šťávy  
2 lžíce olivového oleje  
sůl, pepř  
100 g černých oliv

## POSTUP:

1. Maso nakrájejte na kousky o velikosti 3 × 4 cm.
2. Cuketu a lilek nakrájejte na kolečka. Osolte a opepřete.  
Na špejle napíchejte maso, cuketu a lilek. Zakapejte olejem.
3. Opečte ze všech stran na grilovací pánvi.
4. Na tzatziki oloupejte okurku a nastrouňte ji na nudličky.
5. Smíchejte jogurt, okurku, nakrájený kopr, rozdrčený česnek, citronovou šťávu a olej. Osolte, opepřete a nechte odležet v lednici.
6. Před podáváním posypte omáčku olivami.

## VYZKOUŠEJTE VODŇANSKÉ SPECIALITY NA GRIL:



KUŘECÍ STEHENNÍ  
ŘÍZEK STŘEDOMOŘÍ



KUŘECÍ GRILOVACÍ  
SET MARENGO



KACHNÍ PRSA  
NA ROZMARÝNU



KUŘECÍ MIX  
FLAMENGO



## JEŠTĚ LEPŠÍ GRILOVAČKA s Vodňanským kuřetem

- maso pochází z uzavřených a přísně kontrolovaných českých chovů
- maso stačí vyndat z praktického obalu a rovnou použít na gril
- vybrat si můžete z několika kombinací koření a bylinek



# OCHUTNEJ

# NESKUTNEČNÝ

# CIDER Kingswood



POUZE PRO STARŠÍ 18 LET  
[www.alkoholsrozumem.cz](http://www.alkoholsrozumem.cz)

18+




# Nature's Promise

KDYŽ ZDRAVÍ CHUTNÁ

SMOOTHIE  
VÁS POSÍLÍ  
PORCÍ VITAMÍNŮ  
A VLÁKNINY  
NA JAŘE  
DVOJNÁSOB



[www.naturespromise.cz](http://www.naturespromise.cz)

f  → @naturespromise.cz

EXKLUZIVNĚ PRO

 albert





UDĚLEJTE SVÉ  
**MAMINCE RADOST**  
KE DNI MATEK

Neděle  
12. 5.



WWW.MODREZNEBE.CZ





# NEJLÉPE CHUTNÁ POMALU

od roku 1905



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.

nové balení

0,5 l



# LEHKÝ DRINK S TĚŽKÝM JMÉNEM

*[kuantró fiz]*



## COINTREAU FIZZ

- ✓ naplňte sklenici ledem
- ✓ přidejte 4 cl Cointreau [kuantró]
- ✓ vymačkejte šťávu z 1/2 limetky
- ✓ dolijte 10 cl sody
- ✓ promíchejte a dozdobte měšičky limetky



4 cl  
[kuantró]



1/2  
limetky



10 cl  
sody





17  
VÝHER



# VYHRAJ S NESCAFÉ AZERA iPHONE 8

Kup jakékoliv balení NESCAFÉ AZERA  
a hraj o **17** telefonů iPhone 8.

AKCE PLATÍ OD 1. 5. DO 28. 5. 2019  
VE VŠECH HYPERMARKETECH A SUPERMARKETECH ALBERT.  
PODMÍNKY SOUTĚŽE NALEZNEŠ V ODDĚLENÍ KÁVY NEBO NA [WWW.NESTLE.CZ](http://WWW.NESTLE.CZ)

It all starts with a  
**NESCAFÉ**

## TVŮJ KÁMOŠ JE



## KDYŽ MÁ HLAD



## #DEJMUSNICKERS

JAKÉ PŘÍZNAKY HLADU SEDÍ NA TVĚH KÁMOŠE? VYFOT SE SE SVOJÍ TYČINKOU A #DEJMUSNICKERS. FOTKU ZVEŘEJNI ONLINE. OZNAČ SVĚHO KÁMOŠE. NEJTIPNĚJŠÍ FOTKA VYHRÁVÁ.  
VÍČ O CENÁCH A PRAVIDLECH NA [WWW.VYHRAJESNICKERS.CZ](http://WWW.VYHRAJESNICKERS.CZ). SOUTĚŽ TRVÁ OD 22. 4. DO 16. 6. 2019.



# Léto za půlmega

Láďa Grileman



➤ **CHRAŇ S NÁMI NAŠI PLANETU** ◀

KUP COKOLI OD L.GRILEMANA A SNADNO  
VYHRAJ JEDNU Z 1000 CEN V HODNOTĚ

# 500.000 Kč

➤ Hrajeme 15.5. - 31.8.2019 ◀

NEOLITUJES.CZ



KRÁL GRILU A GRILEMÁNŮ  
SEK LÁĎA  
**GRILEMAN**  
- GRILUJE A RADÍ -

CHRAŇME NAŠI PLANETU  
**-70%**  
PROTI PLASTU  
OPROTI BALENÍ VE VANIČCE

Najdete ve vybraných prodejnách Albert.

## BERNARD INDIA PALE ALE [IPA]

**SVRCHNĚ KVAŠENÉ  
PLNÉ SVĚTLÉ PIVO**

Dopřejte si výjimečný zážitek se svrchně kvašeným pivem Bernard India Pale Ale. Hlavu Vám zamotá svůdné aroma, které Vás pohladí ovocnými tóny kontrastujícími se silnější hořkostí a 5,6 % alkoholu.

Zapojte všechny své smysly a naše IPA si vás okamžitě získá. Nechte se pohit explozí hořkosti a vychutnejte si i Vy nezaměnitelný charakter Bernard India Pale Ale.



## BERNARD BOHEMIAN ALE [EJL]

**SVRCHNĚ KVAŠENÉ  
KVASNICOVÉ  
SILNÉ SVĚTLÉ PIVO**

Okořeňte si i Vy svůj den svrchně kvašeným speciálním pivem Bernard Bohemian Ale [čti ejl], jenž lze v nadsázce nazvat „sektem mezi pivy“. Dokvašuje totiž přímo v lahvi, a to díky kvasnicím, které jsou do lahve během stáčení přidány. I přes svých 8,2 % alkoholu má svěží ovocnou vůni, čistou sladovou chuť se špetkou pikantního koriandru a jemnou hřejivost v dozvání.



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



# STK PRO CHLAPY

Akční ceny od 22. 5 do 18. 6. 2019.

 **Nakupte produkty**

**Gillette**  **head & shoulders**  **Old Spice**  **Oral-B**

STK  PRO CHLAPY  
obdrží **2 %** z ceny  
zakoupených produktů

**Minulý rok jsme vybrali 217 tisíc.**

- STK pro chlapy se věnuje **prevenci rakoviny varlat** prostřednictvím **seminářů** a **vzdělávací roadshow**.
- Cíl je přivést chlapce a muže na preventivní prohlídku k lékaři **včas**.

Akce platí v hypermarketech i supermarketech Albert.



**NOVINKA**

DEJTE SVÝM VLASŮM  
**NOVÝ ŽIVOT**

**90% PŘÍRODNÍ PŮVOD\***

**0%** • PARABENŮ • SILIKONŮ\*\*  
• BARVIV • PARAFÍNU  
• LEPKU

 **Cruelty-Free**

~~139,90~~  
**119,90**

**-14%**

Herbal Essences  
šampon, kondicionér  
na vlasy

- 360-400 ml
- Vybrané druhy

Herbal  
Essences  
bio-renew



**NYNÍ V AKCI**

\*nitrovaná voda a přírodní materiály získané minimálním zpracováním  
\*\*ve vybraných šamponech



# Z LÁSKY K FOTBALU



## VYHRÁVEJ KAŽDÝ DEN!

Už za **jeden kód** můžeš vyhrát vstupenky pro sebe a svého kámoše na **xpás české reprezentace**. Každý den pak losujeme výherce PlayStation 4 a dalších originálních fotbalových cen. Navíc za 11 nahraných kódů získáš balíček od O<sub>2</sub> TV.

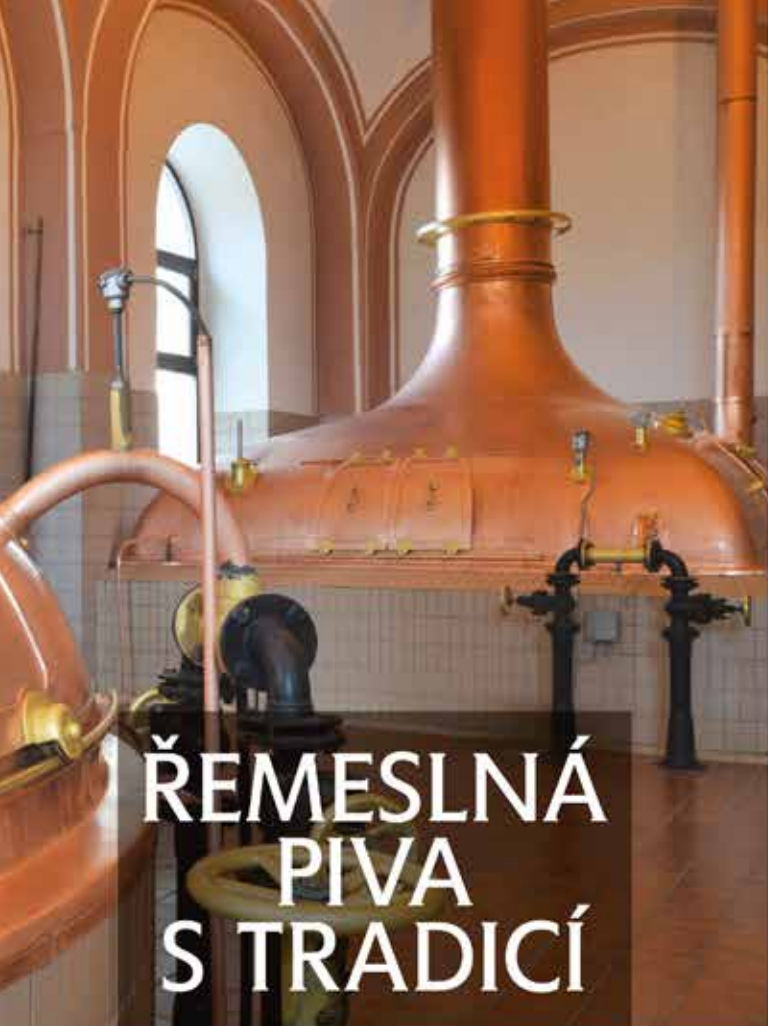
### JAK NA TO?

- 1 Od 1. 4. do 31. 5. 2019**  
nakup 0,5 l Pepsi, 7up nebo Mirindy ze soutěžní fotbalové edice.
- 2** Sbírej kódy zpod víček.
- 3** Nahraj je na náš web a zapoj se do slosování o špičkové ceny a získaj garantovaný dárek. Zapoj se

[pepsi-fotbal.cz](http://pepsi-fotbal.cz)







# ŘEMESLNÁ PIVA S TRADICÍ



## KLÁŠTER PREMIUM

Je klasický představitel piva českého typu s lahodnou harmonickou chutí a výraznější hořkostí. Při jeho výrobě nedochází k tepelnému ošetření pasterací, a proto chutná jako ve sklepích pivovaru vytesaných ve skále.

Alk. max. 5,0 % obj.,  
hořkost 28 IBU



## JEŽEK 11 %

tento ležák je charakteristický vyváženou plnou chutí a výraznou hořkostí, doplněnou výjimečnou chmelovou vůní jemných žateckých odrůd.

Alk. 4,8 % obj.,  
hořkost 32 IBU





Až se léto zeptá...

Také se vám zdá, že se vaše oblíbené jarní a letní oblečení přes zimu trochu srazilo? Tak to je nejvyšší čas poohlédnout se po kvalitních bílkovinách s minimem tuku. To vám potvrdí každý výživový poradce. A přesně tento požadavek splňují Olomoucké tvarůžky. S obsahem bílkovin 28 % a tuku pouhých 0,4 % nemají konkurenci. Vyzkoušejte jednoduchý recept – je bezlepkový a vegetariánský. A je jen na vás, jakou přílohu zvolíte.

Inspiraci jsme čerpali z Tvarůžkové kuchařky, která je na pultech knihkupectví už od listopadu 2017. Obsahuje padesát tvarůžkových receptů rozdělených do osmi kapitol. Všechny recepty mají ovšem něco společného. Využívají jedinečných vlastností Olomouckých tvarůžků.

Přejeme vám dobrou chuť!

[www.tvaruzky.cz](http://www.tvaruzky.cz)



## Salát z červené řepy s tvarůžky a rukolou

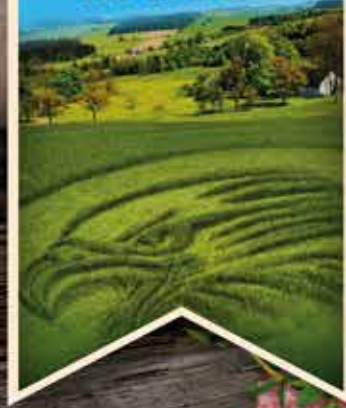
300 g vařené červené řepy, 125 g Olomouckých tvarůžků Kousky, 150 g rukoly, polovina salátové okurky, 1 lžička koriandrových semínek

Dresink: 3 lžice olivového oleje, 2 lžice balzamického octa, 1 lžice tekutého medu, 1 malá šalotka, sůl a pepř

Uvařenou řepu nakrájejte na centimetrové plátky a přesuňte do mísy. Na dresink pokrájejte šalotku na drobné kostičky a smíchejte s olivovým olejem, medem a balzamikovým octem. Přidejte trochu čerstvě mletého pepře a špetku soli. Dobře prolehejte, nalijte k řepě a promíchejte. Škrabkou na brambory udělejte okurkové plátky. Přidejte do salátu spolu s rukolou a tvarůžkovými kousky. Nakonec posypte koriandrovými semínky a podávejte.

K dostání na vybraných prodejnách Albert.

Vítejte  
na území  
dravce



K dostání  
ve vybraných  
prodejnách Albert



## Princ šlechtic mezi salámy





# VODA



# DŽUS



bez přidaného cukru

bez konzervantů



## VYHRAJ

mini countryman  
a další ceny



soutěžní  
kód uvnitř  
obalu



[www.horalkysedita.cz](http://www.horalkysedita.cz)  
od 1. 5. do 30. 6. 2019.



# JARNÍ DEN

V PŘÍRODĚ



## Od snídaně až po večerní grilování

AKČNÍ CENY JSOU PLATNÉ OD 8. 5. DO 4. 6. 2019 VE VYBRANÝCH SUPERMARKETECH A HYPERMARKETECH ALBERT.



Coca-Cola

TASTE THE FEELING

Logo Coca-Cola a TASTE THE FEELING jsou registrované obchodní známky společnosti The Coca-Cola Company.

## VYHRAJ KURZ GRILOVÁNÍ S ROMANEM VAŇKEM

18x kurz pro 2 osoby

Kup 2 balení 6x330 ml plech nebo 4x330 ml plech  
**a vyhraj.**



Více info na [www.coca-cola-souteze.cz/albert](http://www.coca-cola-souteze.cz/albert)

Soutěž probíhá 15. 5. – 11. 6. 2019 na všech hypermarketech a supermarketech Albert.





Tatrá



K dostání ve vybraných prodejnách Albert.



### Kravík je nyní ve formě :-)

- Nová receptura mlék Kravík obsahuje méně cukru.
- Mléko je zdrojem plnohodnotných živočišných bílkovin a vápníku.
- V jedné 250 ml krabičce mléka Kravík je obsaženo 35 % denní referenční hodnoty příjmu vápníku.
- Bílkoviny obsažené v mléce přispívají k růstu svalové hmoty.
- Vápník obsažený v mléce je potřebný pro udržení normálního stavu kostí a zubů.

[www.tatramleko.cz](http://www.tatramleko.cz)

## OBJEV LAHODNÉ SPOJENÍ CHUTÍ

Poznej také exkluzivní novinku v prodejnách Albert. Zelený čaj marakuja bez cukru.



Ochutnej kombinaci chutí sladké broskve, voňavých ibiškových květů a silného černého čaje.



Vyzkoušej i další příchutě Fuzetea.



fuzetea

Plati na vybraných hypermarketech a supermarketech Albert.



  
*Tchibo*  
**BARISTA**



**Nyní sleva  
minimálně 20 %  
na tyto výrobky**



K dostání na vybraných prodejnách Albert od 8. 5. do 4. 6. 2019.





# ZPEVŇUJE KONTURY A ZLEPŠUJE PRUŽNOST PLETI



AKTIVUJE PLEŤOVÉ BUŇKY A PRODUKCI VLASTNÍ  
Kyseliny hyaluronové, kolagenu a elastinu

**NOVINKY**



Sortiment k dostání na prodejních místech Albert hypermarket.

*Monica Bellucci*



[www.drwitt.cz](http://www.drwitt.cz)

L-KARNITÍN

B1

B3

B6

B12

C

ENERGIE:

3 kJ  
1 kcal  
/100 ml

# DrWitt

Máme na to recept

**NOVINKA**



**MINERÁLNÍ  
VODA  
S PŘÍDAVKEM VITAMINŮ**

Zařazeno na vybraných provozovnách Albert







Perfektní porce lahodné chuti

**PURINA**  
**GOURMET**  
mon *Petit*

nově  
50g e



**PURINA**  
**felix**  
Play  
Tubes



Svým tvarem  
podporuje aktivitu  
kočky a její přirozený  
instinkt lovit potravu.

**PURINA**  
**ONE**  
Viditelné zdraví dnes a zítra  
DualNature

**SE SPIRULINOU**  
PRO SILNÝ IMUNITNÍ SYSTÉM



NOVĚ  
PRO KASTROVANÉ  
KOČKY

**PURINA**  
**Dentalife**  
DAILY ORAL CARE

OMEZUJE TVORBU  
ZUBNÍHO KAMENE

ČISTÍ BEZ CHEMIE



Vyzkoušejte  
**NOVINKY!**



**PURINA**  
**Beyond**

GRANULE PRO PSY  
S PŘÍRODNÍMI SUROVINAMI

- ✓ JEHNĚČÍ, LOSOS NEBO HOVĚZÍ JE VE SLOŽENÍ **NA 1. MÍSTĚ**
- ✓ **BEZ PŠENICE**
- ✓ **BEZ UMĚLÝCH AROMAT, BARVIV A KONZERVANTŮ**
- ✓ **S VITAMÍNY A MINERÁLY**

**PURINA**

S nadšením pro vaše miláčky.



Naše **č.1** proti **připáleninám**



-  ČISTIČÍ PROSTŘEDEK
-  OCHRANA SKLA
-  PROTI SKVRNÁM OD ČAJE A KÁVY
-  OPLACHOVAČ
-  FUNKCE SOLI
-  RYCHLE ROZPUSTNÉ
-  PROTI ZÁPACHU
-  PŮSOBÍ PŘI 40°C
-  OCHRANA VZORŮ
-  LESK NEREZOVÉHO NÁDOBÍ
-  EFEKT SCHNUTÍ
-  EFEKT ODMAČENÍ

## Pečujte o svou myčku s našimi aditivy



### Sůl

- ✓ Brání usazování vodního kamene
- ✓ Zvyšuje výkonnost myčky
- ✓ Změkčuje vodu



### Leštadlo

- ✓ Pro vysoký lesk sklenic
- ✓ Proti usazeninám od vodních kapek
- ✓ Pomáhá rychlejšímu schnutí

### Čistič myčky

- ✓ Pro pravidelné čištění myčky
- ✓ Proti mastnotě a vodnímu kameni
- ✓ K použití v naplněné myčce



### Intenzivní čistič myčky

- ✓ Pro hygienickou čistotu
- ✓ Proti mastnotě a vodnímu kameni
- ✓ Pro delší životnost vaší myčky



### Osvěžovač myčky

- ✓ Zajišťuje dlouhotrvající svěžest
- ✓ Pomáhá neutralizovat zápach
- ✓ Ke každodennímu použití





# OVOCNÉ PĚNY

## aneb zkuste sladké „mousse“

*Znáte ten pocit, když se vám na jazyku rozplyne něco lehkého, jemného a sladkého. Přesně tak chutnají pěnové dezerty, kterým se také říká po francouzsku „mousse“ (čti mus).*

*Foodstyling: Adéla Srbová, Petra Novotná*

*Fotografie: Petra Novotná*

*Text: Adéla Srbová, Eva Rýznerová*

*Nádobí a decor zapůjčil: Bella Rose*





1

# JAHODOVÁ PĚNA

4  
porce10  
min

VEGAN

## SUROVINY:

1 plechovka kokosového mléka  
(vysoké procento tuku)

1 balení mrazem sušených jahod  
2 lžice javorového sirupu  
50 g čerstvých jahod  
2 snítky máty

## POSTUP:

1. Plechovku s kokosovým mlékem vložte přes noc do lednice dnem vzhůru.
2. Mrazem sušené jahody rozdrťte na prach.
3. Lžící vyjměte do mísy ztuhlý kokosový tuk, přidejte javorový sirup a jahodový prach.
4. Do sklenic vložte plátky čerstvých jahod.
5. Kokosovojahodovou směs vyšlehejte do pěny a rozdělte do sklenic. Ozdobte mátou a dejte ztuhnout do lednice alespoň na 2 hodiny.



2

# NEBESKÝ DEZERT

10  
porcí30  
min

## SUROVINY:

2 plátky želatiny  
1 balení piškotů  
200 g máslových sušenek  
50 g mražených malin

1 balení mrazem sušených malin  
700 ml smetany ke šlehání  
80 g třtinového cukru  
100 g čerstvých malin

## POSTUP:

1. Želatinu nechte nabobtnat ve studené vodě dle návodu. Piškoty a sušenky rozdrťte na drobenku.
2. Mražené maliny rozvařte a zredukujte na omáčku. Přidejte želatinu, a až se rozpustí, ¾ omáčky nalijte k sušenkové směsi.
3. Rozdrčené sušenky vložte do pekáčku vyloženého pečicím papírem a vtlačte na dno tenkou vrstvu korpusu.
4. Mrazem sušené maliny rozdrťte na prach.
5. Smetanu vyšlehejte do husté pěny s cukrem. Opatrně do ní vmíchejte malinový prach a zbytek malinové omáčky.
6. Směsí přelijte sušenkový základ a dejte chladit na 2 hodiny. Nakrájejte na kostky a zdobte čerstvými malinami.



*Každou porci můžete ozdobit lístky čerstvé máty.*



2

**JAK NA TO?**  
Podívejte se na videorecept:





# CITRONOVÝ VÁNEK

## Mražený mousse

6

porcí

20

min

+4  
hod  
mraženíBEZ  
lepku

### SUROVINY:

1 plátek želatiny  
4 žloutky  
90 g moučkového cukru  
3 bio citrony  
2 lžice bílého třtinového rumu  
200 g smetany ke šlehání

### POSTUP:

1. Plátek želatiny nechte nabobtnat ve studené vodě dle návodu.
2. Žloutky promíchejte v misce s moučkovým cukrem, citronovou šťávou a kůrou. Část kůry odložte na zdobení.
3. Misku vložte nad vodní lázeň a za stálého míchání zahřívejte do zhoustnutí. Vyndejte z vodní lázně a chvilku šlehejte, až směs zchladne do pokojové teploty.
4. Nabobtnalou želatinu vložte spolu s rumem nad vodní lázeň a zahřívejte do úplného rozpuštění.
5. Vmíchejte do vyšlehaných žloutků.
6. Smetanu vyšlehejte do polotuha. Po třetinách ji zapracujte do žlutkové směsi a lehce promíchejte.
7. Mousse plňte do silikonových forem a dejte na 4 hodiny zamrazit. Před podáváním vyklopte z forem. Zdobte citronovou kůrou a šlehačkou.





# NADÝCHANÁ TERINA

## s lesním ovocem

12  
porcí30  
min+4  
hod  
chlazení

VEGET

### SUROVINY:

500 g mraženého lesního ovoce  
100 g třtinového cukru  
1 balení světlého toustového chleba  
300 g zakysané smetany  
200 g smetany ke šlehání  
100 g borůvek  
100 g malin  
150 g jahod



### POSTUP:

1. Formu na terinu vyložte potravinářskou fólií tak, aby dostatek fólie spadal přes hrany.
2. Mražené ovoce svařte s třtinovým cukrem.
3. Z toustového chleba odkrojíte okraje.
4. Chléb namočte v ovocné omáčce a rozložte na dno formy a podél boků, až vytvoříte souvislou vrstvu. Odložte si toustový chleba na vršek a uzavření teriny.
5. Vyšlehejte oba druhy smetany. Přidejte polovinu zbylé omáčky a lehce promíchejte.
6. Na dno nalijte malou vrstvu ochucené smetany. Přidejte čerstvé ovoce a opět přelijte smetanou.
7. Uzavřete odloženým toustovým chlebem a přelijte zbývající ovocnou omáčkou. Fólii z okrajů přehněte do středu a terinu zabalte.
8. Odložte na 4 hodiny do lednice. Pak fólii rozbalte a terinu vyklopte na táč.
9. Podávejte nakrájené na plátky, zdejte čerstvým ovocem.



*Tato pochoutka perfektně  
ozdobí váš stůl a zaručujeme, že  
z ní budete u vytržení stejně jako  
my v redakci!*





NOVINKA

# OSVĚŽUJÍCÍ CHUŤ BEZ KALORIÍ

LIPTON zero

