

# BLESK | VAŠE RECEPTY

DUBEN 2026 / 26,90 Kč, SR: 1,20 €

**Moderní česká kuchyně  
podle Filipa Sajlera**  
strana 32–37

**Pečeme sekanou**  
strana 38–39

**Začíná sezona  
chřestu**  
strana 42–43

# Milujeme těstoviny

INZERCE



Doplněk stravy

USNĚTE S MELATONINEM!



# Jídlo pro dva

## PROČ SI NÁDOBÍ POŘÍDIT

- Hodí se pro úspornou přípravu jídla, šetří váš čas a energii.
- Jídlo má přirozenou chuť.
- Připravíte v něm pohodlně dvě velké porce.
- Nádobí se snadno umývá a udržuje.



RÁDI BYSTE SI UVAŘILI NĚCO DOBRÉHO PRO SEBE A SVÉHO PARTNERA? ZKUSTE S NÁMI PRÉMIOVOU ŘADU NEREZOVÉHO NÁDOBÍ, VE KTERÉM TO BUDE HRAČKA.

**M**y jsme měli možnost vyzkoušet dva kousky z nové řady nádobí Zepster Zest, které je vyrobeno z kvalitní nerezové oceli. Rukojeti jsou navíc vybaveny odnímatelnými prvky, takže je možné nádobí použít nejen na všechny typy vařičů, ale i vkládat do trouby.

### JÍDLO ZA PÁR MINUT

Prvním kouskem byla pánev o průměru 20 cm s litrovým objemem. Je opatřena inovativním třívrstevným nepřilnavým povrchem Peek, který neobsahuje teflon. Pánev je vhodná pro rychlou přípravu minutkových jídel pro dva.

Na pánvi se dá smažit zcela bez tuku, my jsme však použili kapku olivového oleje. Na něj jsme nejdříve dali zesklivatět nadrobno

nakrájenou šalotku, přidali plátky česneku a nechali je rozvonět. Pak jsme do pánve rozložili velké očištěné krevety, přidali dvě lžice sladkokyselého chilli omáčky, chilli vločky a špetku mořské soli. Krevety potřebovaly osmahnout jen pár minut a jídlo bylo hotové. A jaké jsou naše zkušenosti? Pánev se prohřívá rovnoměrně, jídlo se nepřipaluje a na jeho přípravu postačí jen chvilka. Ocelová rukojeť s odnímatelným prvkem zůstává i během vaření chladná, takže nemusíte používat chňapku. Vzhledem k nepřilnavému povrchu doporučujeme použít dřevěné nebo nylonové vařečky namísto kovových. Ačkoli se pánev dá mýt v myčce nádobí, nám postačilo opláchnout ji teplou vodou a utřít dosucha čistou utěrkou.





Naše příprava domácí rajské s těstovinami.

kteřá dokáže odolávat opotřebení i korozi. Stejně jako pánev se hrnec snadno udržuje a hodí se pro všechny typy vařičů včetně indukce. Má dokonale těsnící poklici, která šetří čas při přípravě jídla. Hrnec je vhodný na přípravu polévek, omáček, dušených jídel, ale dá se v něm také ohřát již uvařené jídlo, a to bez připalování.

## VAŘÍME OMÁČKY

Dalším kouskem, který jsme měli možnost vyzkoušet, byl hrnec Zepter Zest o objemu 3 litry a průměru 20 cm, ten je opět ideální pro přípravu jídel pro dvě osoby. Je vyroben z vysoce kvalitní chirurgické nerezové oceli 316L,

My jsme v hrnci uvařili přední hovězí s kořenovou zeleninou a kořením jako základ na rajskou omáčku. A jaký byl výsledek? Příprava jídla trvala kratší dobu a nebylo potřeba často dolévat vodu. Pokrm se vařil stejnoměrně a nepřipaloval se.



## BEZ PŘIPÁLENÍ

*Nepřilnavý povrch Peek neobsahuje teflon a během tepelné přípravy jídla se z něj neuvolňují škodlivé látky. Materiál se využívá například při výrobě lékařských nástrojů a elektroniky, v automobilovém průmyslu nebo letectví. Je odolný proti oděru, mechanickému poškození i chemikáliím a je samozhášivý.*

INZERCE



**NOVÁ  
APLIKACE**

# SIM za 50 Kč

## s kreditem 150 Kč

### Mít BLESKmobil nikdy nebylo výhodnější