

ПОДПИСКА НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ: ИЩЕМ ВЫГОДУ И ЖДЕМ ПОДАРКИ!

16+

Сваты На кухне

Телекст
№ 5 (103),
МАЙ 2023 Г.

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ
ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ

УКРАШАЕМ БЛЮДА
ГОТОВИМ БЫСТРО

НЕОЖИДАННЫХ
5 РЕЦЕПТОВ
С ЗЕЛЕНЬЮ

ТЕМА НОМЕРА:
ТВОРОЖНЫЕ
ИЗЫСКИ —
ОТ КОНФЕТ
ДО КОТЛЕТ

СОВЕТЫ
ШЕФ-ПОВАРА:
КАК СВАРИТЬ
ИДЕАЛЬНЫЙ
РЫБНЫЙ БУЛЬОН

ХИТ СЕЗОНА:
МАЛОСОЛЬНЫЕ
ОГУРЧИКИ «БОМБА»

НА ЗДОРОВЬЕ:
ДИЕТА ДЛЯ ГИПЕРТОНИКОВ
ПЛЮС ЛЕЧИМ ТЕЛО ЧИСТОТЕЛОМ

Подпишись!

ВЫПИСЫВАЙТЕ
«СВАТЫ НА КУХНЕ»
НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ
2023 ГОДА ПО
ПОЛУГОДОВОМУ ИНДЕКСУ
С ВЫГОДОЙ 11%,
А С 5 ПО 15 ИЮНЯ ЕЩЕ И
СО СКИДКОЙ 5%!
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС —
ПОЗ93 «ПОЧТА РОССИИ»

ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

- | | | | |
|----|---------------------------|----|--------------------|
| 7 | СОЧНИКИ С ОВСЯНКОЙ | 14 | КОТЛЕТКИ ДЛЯ ДЕТОК |
| 8 | САЛАТ «ЛЕТО ЗОВЕТ» | 19 | ОМЛЕТ «ЗЕЛЕНУШКА» |
| 11 | ПАСТА ИЗ ЧЕСНОЧНЫХ СРЕЛОК | 22 | ДОМАШНИЙ ХУМУС |

ПОЧЕМУ ДРОЖЖЕВАЯ ВЫПЕЧКА ТВЕРДЕЕТ? ИСПРАВЛЯЕМ ОШИБКИ

