

КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ: ЕДЕМ В ЛИВАН!

16+

# Сваты На кухне

Толка  
№ 10 (108),  
ОКТАБРЬ 2023 Г.

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ  
ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ

УКРАШАЕМ БЛЮДА  
ГОТОВИМ БЫСТРО

# 6

ПРАВИЛ  
ВЫПЕЧКИ  
БИСКВИТА

**СУПЕРФУД:**  
**КВАШЕНКА**  
**В СОБСТВЕННОМ СОКУ**

**НЕОЖИДАННО:**  
**КОНФЕТЫ ИЗ ФАСОЛИ**

**СЛАДОСТИ С ПОЛЬЗОЙ:**  
**ЛИМОННАЯ ТЫКВА**



КАБАЧКОВЫЙ ТОРТ 21

**НА ЗДОРОВЬЕ:**  
**БОРЕМСЯ С ПИГМЕНТАЦИЕЙ**  
**ПЛЮС** ФЕЙХОА ДЛЯ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА

Погнишишь!

ВЫПИСЫВАЙТЕ  
УЖЕ СЕГОДНЯ  
«СВАТЫ НА КУХНЕ»  
НА ВЕСЬ 2024 ГОД  
С ВЫГОДОЙ ЦЕЛЫХ 25%!  
**ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:**  
П8141 «ПОЧТА РОССИИ»,  
04094 «КРЫМ ПОЧТА»  
ИЛИ НА САЙТЕ  
TOLOKA24.RU

## ФАРШИРУЕМ ВСЕ!

- |   |                           |   |                       |
|---|---------------------------|---|-----------------------|
| 7 | ЯБЛОКИ С ЧИЗКЕЙКОМ        | 7 | ПОМИДОРЫ «КЛАССИКА»   |
| 5 | ШАМПИНЬОНЫ «ДЕЛО В ШЛЯПЕ» | 7 | ПЕРЕЦ «КРЫМСКИЙ»      |
| 6 | КАБАЧКИ «НЕБОСКРЕБЫ»      | 6 | КУРОЧКА «ПРАЗДНИЧНАЯ» |

**ВОПРОС ШЕФ-ПОВАРУ: НУЖНО ЛИ ГАСИТЬ СОДУ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ?**