

Ищите
внутри

В чем готовить: в фольге, пергаменте
или рукаве для запекания?

НАША КУХНЯ

№ 4 (338), апрель 2024 | Подписной индекс – П1204 «Почта России» | E-mail: nk@toloka.com | 16+

7
Блюдо
С ПЕРВОЙ
ЗЕЛЕНЬЮ

правильный выбор:

МУКА

какой сорт лучший для выпечки
и зачем на упаковке есть
буквы и цифры?



ПОГОВОРИЛИ С ДИЕТОЛОГОМ
ОЛЬГЕЙ ГЛУШКО, ПОЧЕМУ
ФОРМУЛА ВЕСА ПО БРОКУ
УСТАРЕЛА И КАК ОБЪЕКТИВНО
ВЫЧИСЛИТЬ СВОЙ ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС

блюдо дня

КУЛИЧ

- С ШАПОЧКОЙ ИЗО «МХА»
- В ПОЛОСОЧКУ
- ТРАДИЦИОННЫЙ
- С СУХОФРУКТАМИ



тема номера

Пасхальный переполох

Толока



5 крем-суп
из черемши



7 канapé
с моцареллой



12 фаршированные
яйца



23 пирог
с шампиньонами

5% СКИДКА НА ПОДПИСКУ НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ С 8 ПО 18 АПРЕЛЯ