

Не раз «Золотые» убеждались: любовь к кулинарии почти всегда начинается с самого детства. Вот и наш юный автор Александр КОРОЛЕВ из с. Катны Смоленской обл. подтверждает эту догадку. Он с младшим братом обожают проводить время на кухне: разумеется, под присмотром мамы. И только полюбитесь, какие оригинальные идеи нам присылает! Клубничный лимонад а-ля мохито (естественно, без алкоголя, но как вкусно!) — ищите рецепт на стр. 8. Сашу за него, конечно же, награждаем званием Мистер номера!

Мистер номера



рубрики выпуска

Тема номера:	Горячие блюда	28-31
Привет, сладкая ягодка! ...	Редакция, я худею!	32-33
Крупным планом	Приглашает читатель	34-37
Салаты и закуски	Переходим на ПП!	38-39
Первые блюда	Несладкая выпечка	40-42
На здоровье!	Сладкий стол	44-48

Наши эксперты и золотые хозяйшкИ



Татьяна Назарук,
кулинарный блогер



Нелли Сяуборова,
диетолог



Марина Снопкова,
интегративный нутрициолог



Ольга Подольничик,
шеф-повар



Елена Сергеева



Нина Минина-Россинская



Екатерина Сивакова



Марина Водолазская

Наши подписные индексы:

П1198 «Почта России», 72652 «Почта Крыма»

СЛОВО РЕДАКТОРА

Можете меня поздравить: если раньше я была только помощницей на даче родителей, то теперь у меня есть собственный огородик. Правда, давно не выдавшая ни лопаты, ни тяпки земля неохотно мирится с тем, что я хочу устроить на ней грядки. Но я не сдаюсь и потихонечку «обживаюсь», и ничего, что масштабы моих посадок пока не впечатляют. Зато и редиской своейской могу похвастаться, и петрушкой да зеленым салатом коллег угостить, а скоро вообще кабачки с помидорами созреют — заживем! Есть на участке и ягодник: клубника, земляника, малина, крыжовник, даже кусты голубики. Урожай, конечно, с них ведрами еще не собираю, но горсть-другую в сезон съесть можно. То ли еще будет! Поэтому тему этого номера «ЗР» мы посвятили рецептам с первыми ягодами: они начинают радовать дачников раньше всего. Пора угощать родню необычными закусками и десертами, а что-то и впрок «припрятать», чтобы полакомиться зимой.

Алена СУХАН