

«Вкуснятина. Лучшие рецепты для вас!»
№9 (35).

Сентябрь 2018

Выход в свет: 06.09.2018

Выходит ежемесячно
с октября 2015 г.

Учредитель и издатель:
ООО «Собеседник-Медиа»
105318, г. Москва,
ул. Зверинецкая, д. 13.,
этаж 2, комн. 26.

Зарегистрировано
в Федеральной службе
по надзору в сфере
связи, информационных
технологий и массовых
коммуникаций
(Роскомнадзор):

ПИ №ФС 77-71660
от 23.11.2017 г.

Редактор: Н. В. Ванденко.

Художник:
Марина Слипченко.

Авторы:
авторский коллектив
ООО «Собеседник-Медиа».

Фото: «Русский взгляд»,
Shutterstock, фотобанк
Лори, архив редакции.

Подписано в печать
22.08.2018 г.

По графику – 9.00,
фактически – 9.00.

Тираж 76.200 экз.

Цена – свободная.

Пишите нам:
127220, Москва, а/я 44,
«Собеседник»,
«Вкуснятина».

Служба распространения:
8 (495) 685-08-80
e-mail: sale@sobesednik.ru

Служба рекламы:
8 (495) 685-28-45
e-mail:
reklama@sobesednik.ru

Служба подписки:
8 (495) 685-76-45,
e-mail: podp@sobesednik.ru

Подписной индекс:
«Вкуснятина. Лучшие
рецепты для вас!»

П2255 (Официальный
каталог Почты России).

© ООО «Собеседник-Медиа»

Использование
материалов возможно
только с разрешения
издателя и со ссылкой
на «Вкуснятину».

Отпечатано
в ООО «Возрождение»
214020, Смоленск,
ул. Бабушкина, д. 8, офис 1.
Заказ №

Свежий номер в продаже
два раза в месяц.
Спрашивайте в киосках
печати и на почте.

За содержание рекламных
материалов редакция
ответственности не несет.

ОСЕНЬ — ПОРА ПЕРЕМЕН

Если в вашей жизни не происходит изменений, утверждают психологи, она становится пресной и скучной, превращается в рутину, и вы перестаете получать удовольствие. Чтобы этого не происходило, нужно время от времени менять устоявшиеся привычки, пусть и не кардинально: выбирать другую дорогу к работе, покупать новые шарфики или туфельки, готовить и пробовать новые блюда. Понимать, что доставляет вам радость, и делать это как можно чаще.

Готовить для вас, пробовать, отбирать лучшие рецепты — несомненное удовольствие для нас. И мы решили, что можем позволить доставлять его себе (и вам) чаще. С сентября журнал будет выходить два раза в месяц вместо одного, и, что конечно же очень приятно, стоить будет в два раза ДЕШЕВЛЕ. Мы оставили все любимое и проверенное, добавили новое, сделали продуктовую корзину номера бюджетнее и готовы

на деле доказать, что вкусная, разнообразная и полезная еда совсем не обязательно должна быть дорогой.

Изюминкой обновленного номера станет тематическая вкладка «Скатерть-самобранка». В ней мы будем обсуждать самые актуальные и горячие темы сезона. Накормить семью полноценным, но недорогим завтраком, обедом и ужином, приготовить первое, второе и третье за 30 минут, собрать перекус для школьника, устроить романтический вечер для любимого, организовать детский праздник, дружеское застолье или посиделки с родственниками, накрыть стол к торжеству — идей и рецептов хватит для всех!

Уверены, вам полюбятся новые номера, потому что их делала команда профессионалов, которая знает толк в еде и готовит ее с любовью. Снимайте первую пробу!

По-прежнему ВАША Ванденко НАТАША

РЕКОМЕНДАЦИЯ АСТРОЛОГА:

на какие
продукты
стоит обратить
внимание
в сентябре



32

ПЕРВЫЕ БЛЮДА:

уха рассольная
и овощные супчики



12-13

ОСТАТКИ СЛАДКИ:

ничего не пропадет,
даже из корок
можно приготовить
деликатес



30

ЕДИМ И ХУДЕЕМ:

7 простых
принципов
правильного
питания



27