

ОТ РЕДАКТОРА



ЕКАТЕРИНА
ЗУБРИЦКАЯ,
E-MAIL:
NK@TOLOKA.COM

Пригласив подруг на летний мини-девичник, решила приготовить что-то особенное. Тщательно продумала меню, купила все необходимые ингредиенты... и в последний момент поняла, что забыла про сливки для десерта. Паника! Магазины закрыты, а подружки уже едут!

К счастью, взгляд упал на корзинки с манящей клубникой и скороспелой малиной, которые купила на рынке «про запас» — уж слишком они были ароматны! В голове родилась идея быстрого ягодного десерта, который не просто выручил, но и стал главным хитом вечера.

Разломала песочное печенье крупными кусочками, выложила в широкие бокалы. Сверху — слой творожного сыра, смешанного с медом и ванилином. Затем — ассорти промытых и обсушенных ягод. Украсила миндальными лепестками. Быстрый и легкий трайфл готов! В очередной раз удостоверилась: иногда оказываются самыми удачными. В вашей семье есть такие же находки? Скорее делитесь ими в рамках конкурса «Мой фирменный рецепт», ищите свое письмо на страницах «Нашей кухни» и становитесь претендентом на достойные денежные подарки!

А чтобы не пропустить ни одного номера, оформите подписку на второе полугодие 2025 года — еще есть время!



МЕНЮ НОМЕРА

Салаты и закуски

6 «Восторг»

салат из печенки с... клубникой — оригинальный дуэт легкости и насыщенности

Горячие блюда

9 Куриные рулетики с черносливом

каждый компонент дополняет друг друга, создавая идеальный тандем

Блюдо дня. Уха

14 «Сливки общества»

суп с изысканным вкусом и нежной текстурой

Сладкий стол

25 Торт «Гауда»

австрийский десерт для почитателей чизкейка во всех его проявлениях

18



ВОЗДУШНЫЙ КЛАФУТИ, КИСЛО-СЛАДКИЙ СОУС И ДАЖЕ СУПЕРПОЛЕЗНЫЙ САЛАТ — ИЗ ЧЕРЕШНИ МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ НАСТОЯЩИЕ ШЕДЕВРЫ!



Без углеводов никуда, ведь этот макронутриент «заботится» о правильном функционировании нашего организма. Но какие же углеводы считаются «хорошими», а какие — «плохими»? И в какое время, в каких количествах их стоит включать в рацион? Узнаем у диетолога Марии КАПРАЛОВОЙ.

ПОДПИСКА — ЭТО ВЫГОДНО!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! УСПЕЙТЕ ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2025 ГОДА! ПОСПЕШИТЕ НА ПОЧТУ ПРЯМО СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ВЫПИСАТЬ «НАШУ КУХНЮ» С ВЫГОДОЙ!

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ РОССИИ

С выгодой 10%:
П1205 «Почта России»,
80115 «Почта Крыма».
Только до 13 июня —
со скидкой 5%.
Либо на сайте
TOLOKA24.RU,
где по промокоду
лето25 скидка 15%.

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ БЕЛАРУСИ

С выгодой 8% — 00228
Только до 20 июня
действует специальный
индекс 21004
со скидкой 12%.
Либо на сайте
TOLOKA24.BY,
где по промокоду лето25
скидка 10%.