



Vás srdečně zve k ochutnávce a diskusi na téma:

JÍDLA JAKO DELIKATESA: JAK JE PŘIPRAVIT BEZ LEPKU, MLÉKA, VAJEC?

25. LEDNA 2010 • KAVÁRNA SPOLEK • ORLÍ 22, 602 00 BRNO

CELODENNÍ PROGRAM:

V DOBĚ OBĚDA SE BUDE PODÁVAT **DENNÍ MENU**

PŘIPRAVENÉ PODLE RECEPTŮ Z KNIHY ZUZANY KOBÍKOVÉ

Vařím s láskou: bez lepku, mléka, vajec:

- DRŮBEŽÍ VÝVAR Z KRŮTÍHO STEHNA
- PAPRIKOVÁ TOFU SMĚS S RAJČATY NA KOŘENÍ HARISSA, JÁHLY
- KRŮTÍ PLÁTKY DUŠENÉ NA VÍNĚ A ESTRAGONU, VAŘENÉ BRAMBORY
- PERNÍK S JABLKÝ, SKOŘICÍ A BADYÁNEM
(vše je připraveno bez lepku, mléka, vajec)

v **18.30** JE NA PROGRAMU

DEBATA O VAŘENÍ BEZ LEPKU, MLÉKA, VAJEC

S AUTORKOU KNIHY *Vařím s láskou: bez lepku, mléka, vajec*

v **19.00** JAKO SLADKÁ TEČKA

OCHUTNÁVKA SRDCE Z PERNÍKU V OBLEŽENÍ CUKROVINEK:

- PERNÍKOVÝ ŘEZ PLNĚNÝ MEDOVÝM KRÉMEM,
OBLOŽENÝ ROZMANITÝMI DRUHY ČAJOVÉHO PEČIVA
(připraveno bez lepku, mléka, vajec)

O KNIZE **VAŘÍM S LÁSKOU: BEZ LEPKU, MLÉKA, VAJEC**

Na začátku ledna vychází podruhé sto třicetistránková kuchařská kniha Zuzany Kobíkové, *Vařím s láskou: bez lepku, mléka, vajec*. Určena je především čtenářům, kteří se ze zdravotních důvodů potřebují naučit vařit úplně nově, bez potravin obsahujících jednak **lepek** (obsažený v pšenici, žitu, ječmeni, ovsu), dále **kravské mléko** a do třetice i **slepičí vejce**.

„I bez nich lze připravit opravdové delikatesy, pro které se slovo dieta, jež bere chuť k jídlu, nehodí. Já jsem chuť všech pokrmů uvedených v knize ‘testovala’ na svých známých. Ovšem až když jsem se důkladně zeptala na to, jak jim chutnalo, a zda jim v jídlu něco nechybělo – vše si pochvalovali – svěřila jsem jim, že od polévkového knedlíčku, přes obalovaný řízek až po palačinku bylo vše připravené bez lepku, mléka, vajec. Důležité je přistupovat k jídlu bez předsudků a mít chuť poznávat nové,“ říká Zuzana Kobíková.



Bližší informace Vám ochotně poskytne:

Mgr. Zuzana Kobíková – ZOOZ
Doležalova 3, 616 00 Brno
e-mail: kobikova@centrum.cz
gsm +420 773 578 536

Další informace včetně tiskové zprávy najdete na:

www.varimslaskou.cz

Minutové VIDEO najdete na:

<http://www.youtube.com/watch?v=EfYpQRW7Pzs>