



**Střechy
Toula**

František Toula
Chotýšany-Městečko 26, 257 01



HY TOULLA

Nové střechy | Rekonstrukce a opravy šikmých i plochých střech

+420 604 264 543
toula.frantisek@seznam.cz

www.strechytoula.cz



MARTINÁSEK *Lampy šité na míru...*

OSVĚTLENÍ STROJŮ www.martinasek.cz

Firma Martinásek byla založena v roce 1994. Zúročila zkušenosti s kusovou a malosériovou výrobou. Dlouhodobě se zabývá vývojem, zakázkovou výrobou a distribucí zejména pracovního osvětlení. V současné době vyrábí a dodává lampy a svítidla zejména na:

- ▶ šicí stroje ▶ obráběcí stroje ▶ pracovní a kreslicí stoly ▶ laboratorní a vyšetřovací stoly
- ▶ nemocniční lůžka ▶ gynekologická křesla ▶ kancelářské stoly ▶ notové pulty
- ▶ kosmetická a tatérská pracoviště ▶ prodejní stojany, výlohy apod. výstavní síně a galerie

Dodáváme kovové flexibilní trubky o průměrech 6, 8, 10, 12, 15, 18 a 21 mm. Tyto trubky nacházejí uplatnění při konstrukci svítidel, mikrofonů a dále jako nosné podpůrné prvky ve zdravotnictví, průmyslu a reklamě.







Školní 349, 683 54 Otrnice, Česká republika, tel./fax: 544 240 128, mobil: **776 248 086**, martinasek@martinasek.cz

- nou, abychom jej zbavili hořkosti.
4. Olivový olej prošleháme s prolisovaným česnekem, nasekanými sušenými rajčaty, solí, pepřem, tymiánem a rozmarýnem.
5. Směsí pokapeme zeleninu a důkladně promícháme.
6. Rozložíme na plech a dáme péct zhruba na 15 minut.
7. Mezitím uvaříme těstoviny dle návodu na obalu.
8. Promícháme je s pečenou zeleninou, posypeme parmezánem, bylinkami a ihned podáváme.

TYP JÍDLA: Obědy a večeře
ZPŮSOB PŘÍPRAVY: Pečení
STRAVOVACÍ STYL: Vegetarian

Autor: Lucie Pospíšilková



Nejlepší domácí kečup bez konzervantů

Patříte-li mezi labužníky či milovníky italské kuchyně, jistě vás potěšíme receptem na domácí kečup z poctivých surovin, bez zbytečné chemie. Chutná skvěle a od kupovaného ho stěží rozeznáte!

CELKOVÝ ČAS: 40 minut

Ingredience

- 1 cibule
- 1 šalotka
- 1 stroužek česneku
- 3 velká rajčata
- ½ červené papriky
- ½ lžičky sušené bazalky
- ½ lžičky sušeného oregana
- ½ lžičky sušené šalvěje
- ½ lžičky sušené saturejky

Postup

1. Cibuli i šalotku nakrájete nadrobno.
2. Česnek prolisujte.
3. Papriku nakrájete na menší kostky, rajčata na půlměsíčky.
4. Na nepřilnavé pánvi orestuj-