

STONKOVÁ ZELENINA



PŘÍPRAVA A VAŘENÍ ARTYČOKŮ

Artyčoky mají na spodní straně dlouhý stonk. Tento stonk odstraníme tak, že artyčok přidržíme pevně jednou rukou na hraně stolu a silným tlakem druhé ruky stonk odломíme. Tím se vytáhnou tuhá vlákna ze dna artyčoku. Dužnaté lůžko neboli dno poté zarovnáme nožem.

Citron nakrájíme na silnější plátky, a ty upevníme provázkem ke dnu artyčoku. Tak si dno artyčoku při vaření zachová svou světlou barvu. Artyčoky vaříme v dostatečném množství slané vody s trochou citrónové šťávy a octa. Artyčoky jsou hotové tehdy, dají-li se lístky lehce vytrhnout.

DNO ARTYČOKU K OBKLÁDÁNÍ

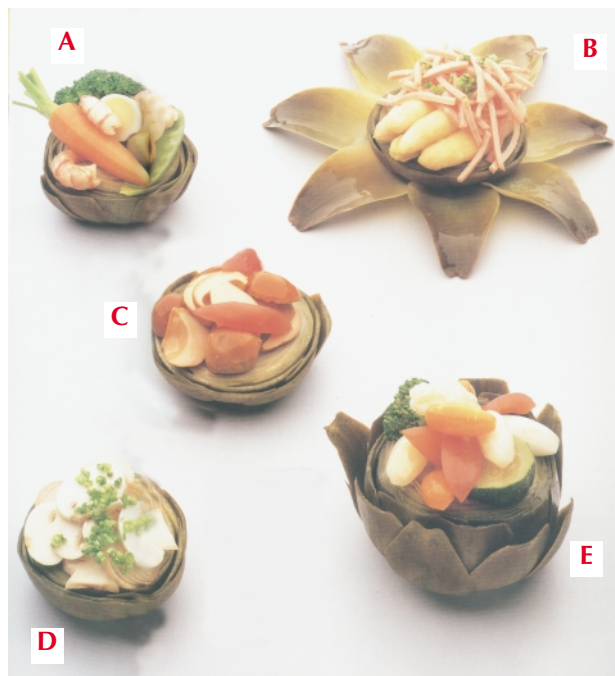
Artyčok skrojíme asi 4 až 5 cm ode dna ostrým nebo vlnitým nožem. Potom vybereme lžičkou pozorně středové zárodky květů, tzv. "seno", a odstraníme 2 až 3 řady spodních ztvrdlých listů. Získáme tak lahodné artyčokové dno s vrstvou listů.

ARTYČOKOVÁ MISKA K PLNĚNÍ

Začneme od středu artyčoku a vytrháváme listy, až zbudou asi dvě řady vysokých listů. Pak vybereme opatrně lžičkou vnitřek. Vznikne tak miska k plnění.

- 1 Odlomení stonku
- 2 Zarovnání artyčokového dna
- 3 Příprava k vaření
- 4 Odstraňování středových zárodků květů, tzv. "sena"
- 5 Artyčoková miska k plnění

- A Artyčokové dno se salátem z garnáta, karotky, lusků hrášku, křepelčích vajec, oliv a brokolice.
- B Artyčokové dno s chřestem a šunkovým salátem na listové hvězdici.
- C Artyčokové dno s hřibky a tomatovými lupínky.
- D Artyčokové dno s plátky cibule, žampionů a s pažitkou.
- E Artyčoková miska s turnýrovanou karotkou a celerem, cuketou, brokolicí a tomatovými lupínky



Zdroj: OBLOHY A ZDOBENÍ
Nakladatelství Svojtka&Co.

TV PROGRAM

family
Prima



20.15 **Bezva ženská na krku**
komedie

- 6.20 **Nexo Knights IV (2)**
Dánský animovaný seriál (2017)
- 6.50 **Powerpuff Girls**
Americký animovaný seriál (2016)
- 7.20 **M*A*S*H (138)**
Americký válečný seriál (1972-1982)
- 8.15 **M*A*S*H (139)**
Americký válečný seriál (1972-1982)
- 8.45 **Siska VII (1)**
Stín ženy
Německý kriminální seriál (2006).
- 10.00 **Rosamunde Pilcher: Rackové ve větru**
Německý romantický příběh (1999).
- 12.00 **Polední zprávy**
- 12.15 **Siska VII (2)**
Requiem za anděla
Německý kriminální seriál (2006).

**OPRAVNA OBUVI,
BRAŠNÁŘSKÉ OPRAVY
A VÝROBA KLÍČŮ**

www.opravnaobuvi.cz

provádíme veškeré
obuvnické práce a drobné
brašnářské opravy, čištění
peří a výroba péřových dek,
čištění a oprava
oděvů, opravy deštníků,
doplňkový prodej



**NEZAPOMEŇTE!
I VAŠE OBUV
JE VIZITKA**

- 13.30 **Policie Hamburk VII (1)**
Pod hladinou
Německý kriminální seriál (2012).
- 14.30 **Komisař Rex III (7)**
Vražda v hypnóze
Německý kriminální seriál (1996).
- 15.30 **Komisař Rex III (8)**
Pátrání po mrtvé
Německý kriminální seriál (1996).
- 16.35 **Odpolední zprávy**
- 16.50 **Policie v akci**
Čtyři případy, čtyři lidské osudy.
Reální policisté, případy ukazující
skutečný život a volání o pomoc
- 17.50 **Prostřeno!**
- 18.55 **Zprávy FTV Prima**
- 19.25 **Krimi zprávy**
- 19.40 **Divošky**
- 19.55 **TOP STAR**
- 20.15 **Bezva ženská na krku**
Když se sympatická Eliška dozví, že její muž čeká dítě s jinou, rozhodne se postavit na vlastní nohy a začít učit v zapadlé vesničce. To ale netuší, že jí nastěhují k nerudnému hrobníkovi, který nemá rád ženy...
Česká romantická komedie (2016).
- 22.20 **Temný bojovník**
Křížák Jacob se při svém putování dostane až do Číny. Čeká ho nejenom jiná kultura, ale i bratrovražedný boj dvou princů o moc nad místním královstvím. Jacob si musí vybrat, za koho z princů se postaví...
Americko-čínský akční film (2014).
- 0.15 **Policie v akci**
- 1.15 **Komisař Rex III (7)**
- 2.15 **Komisař Rex III (8)**

inzerce

Vánoční osvětlení celého domu!

Pohádkově osvětlený dům, nebo jeho část vyvolá nejen v malém dítěti nádherný nostalgický pocit a vykouzlí úžasnou vánoční atmosféru, i když počasi Vánocům třeba právě nepřeje.

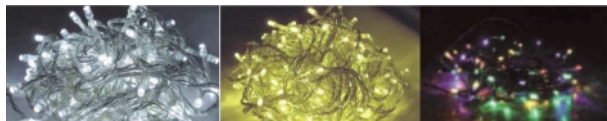
Vybrat správné, kvalitní a nízkonákladové osvětlení je základem úspěchu, aby se Vaše vánoční svátky neproměnily v hrozný sen v podobě požáru. V zásadě nekupujte žádná světla na trhu, nebo u prodejců, kteří nabízejí zboží pochybné kvality.

Kupujte pouze kvalitní bezpečné zboží, které nemusí být nutně výrazně dražší, ale splňuje základní požadavky pro bezpečnost, kvalitu a úspornost. Levně a pohodlně zakoupíte vše potřebné z pohodlí domova na internetu. V současné době je nejprodávanější osvětlení s LED diodami. S minimem příkonu získáte maximální výkon!

Pohon může být buď s transformátorem (včetně adaptéru do zásuvky), nebo na tužkové baterie (zpravidla kratší řetězy, nebo LED dekorace). Při nákupu si dejte pozor, zda je adapter již součástí ceny a balení zboží.

Mezi nejprodávanější barevná provedení patří podle uváděného odstínu světla:

- studená bílá (neboli ledově bílá), světlo může mít i nepatrně namodralý vzhled
- teplá bílá (tj. nažloutlá, někdy označovaná i jako "čirá")
- barevný mix (střídavě různobarevné led diody, např. střídavě červená-modrá -zelená-žlutá LED dioda)



LED diodami můžete rozzářit:

- Okna, balkony (led závěsy)
- Dekorace (led řetězy na baterie, světelné předměty- hvězda, stromek, apod.)
- Obvodové zdi či střechu domu (led řetězy, popř. i led závěsy)
- Pergoly (led sítě, led řetězy, led závěsy)
- Stromy (led sítě, led řetězy)
- Vstup do domu (led na baterie, led dekorace)
- Osvětlení vánočního stromku (led řetězy)

**Kompletní nabídka
vánočních dekorací
a světel na
E-BABYLAND.com.**

U nás máte od 3000 Kč
DOPRAVU ZDARMA.