

ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК КАЖДОМУ ПОДПИСЧИКУ!

16+

Сваты На кухне

Телерадиотелекомпания
№ 11 (109),
НОЯБРЬ 2023 Г.

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ
ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ

УКРАШАЕМ БЛЮДА
ГОТОВИМ БЫСТРО

11 ПРОДУКТОВ
НА ЗАМЕНУ
ДЕЛИКАТЕСАМ

МАСТЕР-КЛАСС:
КАНАПЕ «ПАРУСА»

РЕЦЕПТ ОТ ШЕФ-ПОВАРА:
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

КАЛЕНДАРЬ ПИТАНИЯ
В РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ПОСТ



САЛАТ «ПЕНЕК»

11

НА ЗДОРОВЬЕ:
ТЫКВА ДЛЯ КРАСОТЫ И МОЛОДОСТИ
ПЛЮС ЧУДО-РАСТЕНИЕ ЛАБАЗНИК

ПОДПИСКА!

С 4 ПО 14 ДЕКАБРЯ
МОЖНО ВЫПИСАТЬ
«СВАТЫ НА КУХНЕ»
НА 2024 ГОД
С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
СКИДКОЙ 5%!
ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:
П8141 «ПОЧТА РОССИИ»,
04094 «КРЫМ ПОЧТА»



СОГРЕВАЕМСЯ СУПАМИ

5 КУРИНЫЙ С СЫРОМ

6 «ГРУЗИНСКИЙ»

7 СОЛЯНКА «ПОСЛЕПРАЗДНИЧНАЯ»

7 РАССОЛЬНИК С БАРАНИНОЙ

5 «ОСТРЯЧОК» С ФАСОЛЬЮ

6 В ЧЕМ СИЛА БУЛЬОНОВ?

В ГОСТЯХ У ЧИТАТЕЛЕЙ: ГОТОВИМ СУПЕРБЛЮДА ИЗ КРОЛЬЧАТИНЫ