

ВЫБИРАЕМ АРБУЗ, ЧТОБЫ НЕ ВЫШЕЛ КОНФУЗ

16+

Сваты На кухне

Телокат
№ 7 (117),
ИЮЛЬ 2024 Г.

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ
УКРАШАЕМ БЛЮДА

ЭКОНОМНОЕ МЕНЮ
ГОТОВИМ БЫСТРО



Мастер-класс

МЕРЕНГОВЫЙ
РУЛЕТ

5

отменных
рецептов
ИЗ КАБАЧКОВ

ИЗУМРУДНЫЕ ЗАПАСЫ:

ЗАМОРАЖИВАЕМ
И СУШИМ ЗЕЛЕНЬ

Полное
лукошко:
ОПЯТА

«СКОРОСПЕЛЫЕ»

СУПЕРЭКОНОМНО:

ЗАКУСКА
ИЗ КОЖУРЫ
ОГУРЦОВ

ПОДПИСКА!

ТОЛЬКО ДО 31 АВГУСТА

МОЖНО ВЫПИСАТЬ

«СВАТЫ НА КУХНЕ» НА ПЕРВОЕ
ПОЛУГОДИЕ 2025 ГОДА ПО ЦЕНАМ
ПРЕДЫДУЩЕГО ПОЛУГОДИЯ!

ПОЗ93 «ПОЧТА РОССИИ»,
86231 «КРЫМ ПОЧТА»

На здоровье:

ЗАЧЕМ ПИТЬ ЧАЙ
ИЗ МЯТЫ?

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА
«БЕЗДРОЖЖЕВОЙ»
ДИЕТОЙ:
ПРАВДА ИЛИ МИФ?

ДОМАШНИЕ
ЗАГОТОВКИ:
ЛЕТНЯЯ
КОЛЛЕКЦИЯ

ISSN 2312-2145



9 772312 214673

2 4 0 0 7 >

