

JÍDLO

in.ihned.cz/jidlo

# Odlehčené lahůdky

I PO VÁNOČNÍM A SILVESTROVSKÉM HÝŘENÍ SI LZE POCHUTNAT

Se zajímavou myšlenkou přišel pražský restaurátér Roman Řezníček. Spolu se šéfkuchaři připravil do svých restaurací speciální pokrmy, které si mohou bez obav dopřát i lidé zmožení svátečním přejídáním.

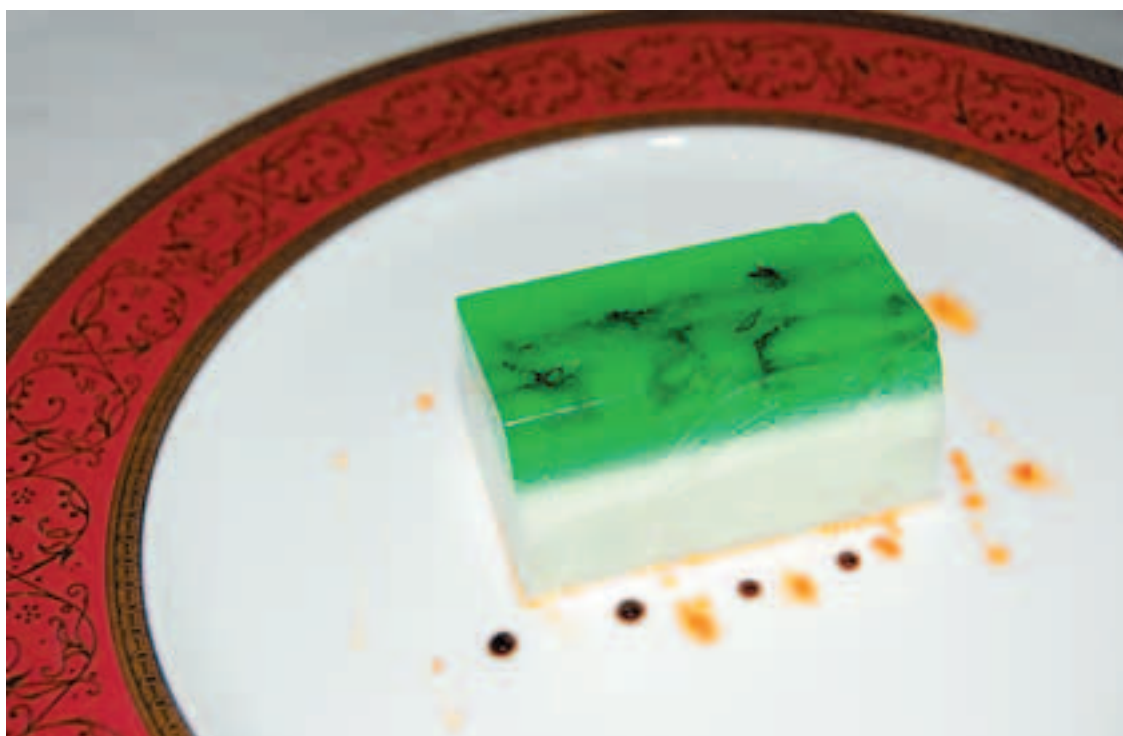


FOTO: ARCHIV

Aloe vera parfait

**V**e světě gurmánů i gurnetů většinou platí, že nejlepší je to, co není zrovna nejzdravější. Třeba taková husí játra nebo pěkně prorostlé vepřové rozhodně žádného dietologa nepotěší. Pokud jste se během uplynulých svátečních dnů oddávali podobným pochoutkám, možná vám přijde vhod lehčí jídlo, které pročistí váš organismus. Nabízí ho třeba pražské restaurace Romana Řezníčka Pálffy Palác, Sovovy mlýny nebo U Malířů.

„Detoxikační menu jsme sestavovali tak, aby všechny pokrmy a nápoje byly pokud možno co nejzdravější, odlehčené a plné antioxidačních surovin,“ říká Roman Řezníček. „Všichni tři šéfkuchaři projevili notnou dávku kreativity a dokázali, že i zdravé pokrmy mohou být opravdovou lahůdkou.“

## Maso? Samozřejmě

Zájemci se nemusejí chystat na nějaké vegetariánské orgie. V nabídce je dostatek nej-

různějších druhů mas, která jsou ovšem připravována bez použití tuků a olejů. Všechna tři menu, která se v uvedených restauracích budou podávat v lednu a únoru, přinášíme v rámečku na další stránce.

Kdyby vám snad tahle vybraná krmě nepomohla, můžete sáhnout třeba po novém volně prodejném přípravku Noblem, který pomáhá zmírňovat příznaky kocoviny a revitalizovat organismus. Nebo použít šumivé tabletky s názvem Vyprošťovák. Ovšem takové bio kotletky na polentovém dortíku a ananasové carpaccio s mátovým želé a jemným tartarem z papáji je rozhodně lepší...

## Delikatesy přes ulici

Detoxikační menu není jediným nápadem restaurátéra Romana Řezníčka. Od podzimu připravuje jeho šéfkuchař Lukáš Vácha v restauraci Pálffy Palác lákavé pokrmy, které si zájemci mohou koupit ve speciál-

ních zavařovacích sklenicích i v dárkovém balení. Nemusejí pak vážit cestu na oběd či večeři do špičkové restaurace, a přesto si mohou v klidu domova pochutnat na gur-

