

\* **chvilka jen pro mě**



**Kuchyně**

## Macešky k mlsání

Zatímco podomácku kandovanými fialkami sice potěšíte, ale neohromíte, u stejné použitých macešek sklídíte obdiv. Jejich kuchyňské využití je mnohem méně známé, přitom jako jedlá dekorace dezertů vypadají se svými pestrými barvami naprosto úchvatně. Jejich chuť je jemná a mají jemné aroma. Hodí se jako ozdoba na šlehačkové a ovocné poháry, pudinky, muffiny a dorty. Využit se dají jak čerstvé, tak i kandované a obalené v cukrové krustě.

### JAK NA TO?

- Rozpustíme 100 g cukru v 80 ml vody, aby vznikl hladký sirup.
- Dobře omyté a lehce osušené květy namáčíme do sirupu a držíme je za stonek. Necháme okapat a dáme prosychat na síto nebo pergamenový papír.
- Necháme trochu zaschnout a ponožování opakujeme. Kvítky dobře rozevřeme, aby se sirup dostal všude. Znovu necháme prosychat na teplém místě.

- Než sirup úplně zaschne, a dokud je ještě lepkavý, posypeme květy cukrem. Krystalky se nesmí rozpustit, takže nejdříve zkusíme, je-li sirup dost ztuhlý.
- Necháme dokonale proschnout, což trvá 2 až 5 dní. Za vlhkého počasí můžeme šetrně dosušit v troubě.
- Cukrové květy je nutné uchovávat v uzavíratelné nádobě, ponechané přístupu vlhkosti budou měknout a slepovat se.



## PRO OCHLAZENÍ PO SLUNĚNÍ

Kysané mléčné výrobky, ať už mléko, jogurt, kefir nebo tvaroh, jsou od nepaměti tradičním lidovým prostředkem pro zklidnění kůže po nemírném slunění. Ale pomáhají skutečně, nebo jen chladí? Pomáhají – musíte ale použít výrobky plnotučné, protože pleť zjemňuje právě mléčný tuk. To ale není jediný účinek, protože kyselina mléčná současně přispívá k vyrovnaní pH pokožky. Kůže se tedy může ochlazovat, nabírat ztracenou vlhkost a zahnat tak hrozbu nastupujícího zánětu.

**Zdraví**

**Wellness**



*Co je havajská masáž?*

Lomi Lomi Nui, jak se jí říká na havajských ostrovech, je masáž, která se provádí prsty, dlaněmi i celým předloktím. Přesto je nenásilná a příjemná, provádí se jen jemným tlakem. Cílem je podle původních představ Havajanů uvolnění bloků, které brání plynulému proudění energie v těle. Tím se má odstranit napětí, strnulost, bolest svalů. V každém případě Lomi Lomi Nui působí blahodárně na psychiku, a to i díky vonným olejům, kterými se kůže natírá, a rytmické havajské muzice.

**Letní hit**



## Veselé ponožky Dedoles

### 7 důvodů, proč si je zamilujete

1. jsou každá jiná, ale přece tvoří dokonalý pár
2. jsou příjemné na nošení
3. je to originální dárek pro blízkého člověka
4. velký výběr motivů
5. stálost barev i po praní
6. je to zdravá závislost
7. kvůli firmě, která je vyrábí ☺



**VE KTERÝCH SI VYCHUTNÁTE LÉTO VY?** Všechny vzory najdete na [www.dedoles.cz](http://www.dedoles.cz)



**Šperky**

## RUČNÍ PRÁCE? MÁ SVÉ SLABINY

A to doslova. Ručně vyráběný zlatý prsten je totiž choulostivější než strojová výroba. Slabinou je už vlastní letovaný spoj, kvůli němuž je ruční práce vždy zranitelnější než prsten vyráběný na moderních programovatelných strojích. Další rozdíl je v materiálu. Pro strojovou výrobu se používají zlaté polotovary, vyráběné pokročilou technologií, díky níž má zlato pak větší hustotu a tím je pevnější a odolnější. K takovému prstenu pak dostanete ve zlatnictví pětiletou záruku, protože jeho kvalita tomu odpovídá.

**A jaké jsou trendy?** Na vrcholu oblíbenosti se stále drží bílé zlato, asi 80 % snubních prstenů se vyrábí právě z této suroviny, případně pak v kombinaci s červeným zlatem. Zájem je o prsteny s černou keramickou aplikací, která vypadá velmi efektně. Jen se takový prsten už nedá dodatečně rozšířit, oproti kovu je keramika pevná a neroztažitelná.