

Vsak torek v **Večeru** in **Primorskih novicah**

Kapučino

Juhuhu, prazniki so tu

Kako se uspešno pripraviti na prihajajoče praznične večere, da bodo ob čim manj stresa takšni, kot smo si jih zamislili

Z vami bomo dekorirali prostor, aranžirali mizo, okrasili božično smrečico, zavili darila, vas oblekli za ples ali za večerjo pri prijateljih in vam olajšali kulinarčne skrbi, ob vsem pa upoštevali še sodobne smernice.

Okrasimo smrečico in zavijmo darila



Slovenci smo že od nekdaj v

predprazničnem času radi krasili svoja domovanja z zelenjem in okrasjem, z namenom odganjanja zlih duhov. Kako v skladu z letošnjimi modnimi smernicami okrasiti božično smrečico? Najboljša izbira bodo bele ali srebrne kroglice z nekaj pridiha modrine. Dobrodošla je tudi večna klasika v kombinaciji rdečih in zlatih okrasov. Živahne dekoracije roza in vijoličnih barv so preteklost. Zaželeni so še leseni ali doma izdelani okraski.

Če še niste nakupili daril, je namig za sodoben izbor naslednji: pri izbiri daril velja skrbno premisliti, kaj si oseba zares želi, da jo darilo resnično razveselili. Povabimo babico in dedka na kakšno prireditev ali izlet in s tem poklonimo čas, ljubezen in pozornost, kar je največ, kar lahko damo starejšim ljudem. Otrokom podarimo knjige ali didaktične igrice, ženske razvajajmo s plačilom masaže, moške z adrenalinskim presenečenjem. Tudi pri nas se vedno bolj uveljavlja miselnost, da je zelo osebno in pozorno, če darilo naredimo sami.

Helena Pehant, oblikovalka notranje opreme, svetuje, kako darila zavijemo in dekoriramo v skladu sodobnimi smernicami. "Darila letos zavijte z enobarvnim ovojnim papirjem in okrasite s svežnjem cimetovih palic ali z delom korenine ali veje, ki jo obarvajte s srebrnim ali belim sprejem. Dodajte majhno kroglico, povežite s

Vsebina priloge Bonbon:

Sezona gripe in prehladov - kaj lahko naredimo sami?

Med ljudmi je še vedno pogosto prepričanje, da se prehladimo na mrazu in da je zato bolje v hladnih dneh ostajati v zaprtih prostorih. Znanstvene raziskave so to prepričanje že zdavnaj ovrgle. Res je sicer, da se najpogostejši virusi prehlada hitreje razmnožujejo ob višji zračni vlagi, to pa je običajno jeseni in pozimi...

Sosedje in prijatelji

"Si lahko misliš, kaj mi je rekel, ko sem ga prosila, naj končno že popravi kapljajočo pipo v kuhinji?" je prijateljica pol kričala, pol jokala v telefon, "da midva, ker nisva poročena, pravzaprav nisva v sorodu in da bi s popravilom povzročil nelojalno konkurenco drugim pravnim in samozaposlenim osebam, ki svojo dejavnost opravljajo na legalen in registriran način!"

trakom... Skratka, naj vas pri okraševanju vodita osebni okus in stil vašega doma, domišljiji pa pustite prosto pot."

Božična smrečica je okrašena, darila smo zavili in postavili pod smrečico. Pripraviti moramo še mizo, da bo estetsko in slovesno okrašena vabila k večerji. "Da bo večerja res slovesna, lahko jedilno mizo okrasimo z LED-lučkami, tako da jih razporedimo po sredini in jih ovijemo s prosojno belo tkanino (organco), zraven položimo okraske, ki se ujemajo s tistimi na jelki. Dodamo srebrne okrasne krožnike, barvne kozarce... Povabljenca lahko očarate z namiznim kaminom, ki je letos zelo trendovski, pogrnete mizo z vijoličnim prtom, dodate majhne smrečice in figurice jelenčkov ali angelčkov, mizo posujete z srebrnimi okrasnimi kamenčki in ne pozabite na ujemačo se serviete. Enostavna, a zmeraj prava, je tudi steklena posoda za sadje, ki jo napolnite z rdečimi in zlatimi okraski, te pa razporedite tudi po mizi. Dodate sveče, na kozarce s pecljem zvežete ozke rdeče trakove, jedilne krožnike pa podložite z rdečimi okrasnimi krožniki. Vzdušje popestrite z okraski, pritrjenimi na zavese. Na okenske police pa naložite sveče, iz papirja izrežite snežinke in jih prilepite na okna, na okna pritrдите svetlobne LED-verige..." še svetuje Pehantova.

Lepe na slovesni večer

Letošnja svečana moda je ženskam prijazna, saj dovoljuje individualno noto in veliko domišljije. Ni nujno, da si obrusimo pete z iskanjem nove modne svečane obleke. Morda je rešitev prav blizu, v vintage oblačilih, oblačilih s pridihom preteklosti. Tjaša Gračner, predstavnica za stike z javnostmi pri projektu Vintage vikend, svetuje: "Za prijetno večerjo v družbi svojih najdražjih pobrskajte po omari svoje mame ali babice. Letos so spet moderne hlače na korenček, ki jih kombinirajte z lepo svileni bluzo in vrtoglavo visokimi petami. Da bi oblačilo dobilo svečan pridih, mu dodajte zanimivo broško ali uhane, ki so prehajali v vaši družini iz roda v rod ali pa ste jih odkrili na sprehodu po starinarnicah. Seveda se ni treba obleči od nog do glave v rabljena oblačila, da bi dosegli vintage učinek. Včasih je dovolj že, če sicer povsem moderni kombinaciji dodate kos "z zgodovino"."

Letošnje večerne obleke so sicer zaželeni v svetlih tonih, v kratkih različicah, v hollywoodskem glamurju ali z živalskimi in cvetličnimi potiski. Modna oblikovalka Nina Štajner nas ureja za najdaljšo noč: "Letošnja zimska modna sezona nam že v vlogi vsakdanjih oblačil ponuja ogromno dramatičnih svetlečih se materialov, perja, krzna, resic, koktajl prstanov, ogromnih ogrlic. Vse to pomeni, da bo za najdaljšo noč letos vsekakor zaželeno pretiravanje! Pretiravate lahko tako z volumni kot z materiali. Tako moderna močna rdeča barva je lahko popolna izbira za obleko, ki jo boste oblekli na službeno praznično zabavo. Zaželeni so tudi vsi drugi odtenki barv draguljev... Črna je letos dovoljena le v majhnih količinah! Navadne kose garderobe lahko s premišljenim kombiniranjem naredite zelo glamurozne - navaden pulover oblecite v kombinaciji s krilom do tal in ogromnimi visečimi uhani, kavbojke kombinirajte z vrtoglavimi petami in bleščičastim suknjičem. Dovoljeno je okrog vratu nositi prav vse ogrlice, ki jih premoremo, in si na ustnice nanesti najbolj živo šminko. Letos je moda naklonjena tipični ženstveni postavi in nas vabi k poudarjanju oblin s preščiipnjenimi pasovi in širokimi krili v stilu 50-ih. Tudi oblika večernih torbic, vrnitev brošk in krzna nas spominjajo na nostalgijo preteklosti."

Svečani kulinarčni užitki

Uredimo si najdaljšo noč tako, da ne bomo žrtve loncev in kahalnic. Hladni bife za prijatelje, ki smo jih povabili na večerjo, je več kot odlična rešitev. Še boljše se izkaže, če se s prijatelji dogovorimo, da vsak pripravi kaj domiselnega za pod zob in prinese to s seboj. Hladni bife omogoča, da nismo časovno odvisni od priprave posamezne hrane

Delo za življenje

Živimo torej predolgo. Statistike kažejo črno na belem, da se je od leta 1950 do danes pričakovana življenjska doba podaljšala za 13 let. Meni se to ne zdi dosti, toda v ponorelem svetu, kjer se mora vse vrteti hitro in poceni, je človeška dolgoživost postala predraga.

Dobrodelnost

Le kdo ne pozna Maje Ferme, priznane slovenske modne oblikovalke, ki je polepšala najpomembnejše dneve v življenju mnogih žena, podarila Monici Bellucci dragocen nakit, oblekla mnoge znane Slovence...

Čarobne sadne sladice

Četudi sneg in sonce vabita v naravo, boste morebiti le našli kaj časa tudi za to, da svoje najdražje presenetite s sadnimi sladicami, ki bodo s čarobnim vonjem napolnile vaš dom.

(Ne)zaupanje v kiropraktiko

Ob nenehnih bolečinah v križu in neizprosne glavobolu, ki lahko posameznika ovirajo že pri vsakdanjih opravilih in mu

in le-to uživamo, kadarkoli nam ustreza. Če niste navdušeni nad hladnim bifejem, nam mladi Denis Munda, bodoči kuharski mojster, ki je kuharsko znanje nabiral tudi v Italiji pri Michelinovem kuharju z eno zvezdico, predlaga: za predjed goveji carpaccio s popečenim radičem, nato čebulna juha s topljenim sirom na popečenem kruhu, za glavno jed svinjska pečenka s sadnim nadevom ter žemeljnimi cmoki, za desert pa malinova kava in čokoladna krema. Sliši se prav slastno, sama priprava pa ne bo vzela pretirano časa. Kako v 25 minutah pripravimo carpaccio za štiri osebe po Denisovem receptu? Potrebujemo: 1 kg govejega fileja, 4 radiče vitlof, 50 g masla, kisle kumare, 1 čebulo, kapre, olivno olje, slane sardelne fileje, 2 dl pomarančnega soka, timijan, sol in poper.

Pljučni file v kosu damo v zamrzovalnik. V mešalniku zmeljemo čebulo, kisle kumarice, kapre in slane fileje. Maso preložimo v posodico in zalijemo z navadnim ali olivnim oljem. Olja naj bo vsaj dvakrat več kot mase. Pred pripravo carpaccia vzamemo pljučni file iz zamrzovalnika, da se malenkost odtaja, saj se tako lažje reže. Na krožnik položimo pečen radič. Na salamoreznico narežemo zelo tanke lističe mesa in jih polagamo na krožnik. Nato meso popoprano, posolimo in z žlico prelijemo s pripravljeno maso v olju. Pazimo, da začini vse meso. Pečico segrejemo na 230 stopinj Celzija. Radič očistimo, prerežemo po dolgem na pol in še prepolovimo polovičke. V vroči ponvi približno 4 minute na maslu pražimo radič s timijanom in ščepcem soli. Dodamo pomarančni sok in zavremo. Zatem vse skupaj prestavimo v pekač, prekrijemo z alufolijo in pečemo 10 minut v pečici. Zatem folijo odstranimo in odkrito pečemo še 10 minut. Po potrebi še dosolimo.

Če pa vam nista všeč ne hladni bife in ne svečana večerja ter si želite svoj ljubi mir, bosta pravšnja tudi pica in vrček piva. Naj se praznovanje prične.

Maja Čebulj

onemogočijo kakovostno življenje, se marsikdo, ko tradicionalna medicina omaga, obrne na kiropraktika.

Človeški genom: genetska preiskava

V zadnjih letih se je pričelo aktivno trženje molekularnogenetskih analiz. Gre predvsem za podjetja, ki omogočajo genetske preiskave direktno ljudem v bolj poenostavljeni in preprosti luči, kar naj bi bilo primerno za vsakogar, ne glede na znanje genetike.

Baročni čudež na 50 hektarjih

Schloss Hof je bil nekaj posebnega že v 17. in 18. stoletju in ostaja še danes, ko je skorajda v celoti obnovljen. Edinstven je zaradi dimenzij, saj se dvorec in pristava razprostirata na 50 hektarjih zemljišča, česar ni dosegel noben dvorec v habsburški monarhiji.

Za sproščeno zimsko hojo

V toplejših dneh leta je drugače in bolj enostavno. Nosimo zračno in lahko obutev, ki je noga skoraj ne občuti, pogosto smo bos.

Nesmrtnost Coco Chanel

Pravzaprav se vse, kar je povezano z imenom Chanel, odlično prodaja.



Arhiv:



 **Gemius**
Gemius.com

Naslov: VEČER
Priloga bonbon
Svetozarevska 14
2504 Maribor
Slovenija

W: www.vecer.com/bonbon
E: bonbon@vecer.com
T: 02 / 23 53 500
F: 02 / 23 53 368

Copyright (c) **Večer**
Maribor - februar 2006
Splošni pogoji uporabe Vecer.com