

### Targi MobileExpo 2009

W dniach 10 i 11 października w Centrum Targowym Chemobudowa w Krakowie przy ul. Klimeckiego 14 odbędą się III Targi Pojazdów Terenowych i Turystycznych MobilExpo 2009.

Do udziału w targach zaproszeni są producenci i sprzedawcy kamperów, przyczep, pojazdów terenowych, pojazdów typu SUV i Crossover, quadów, motocykli i skuterów oraz firmy, które zajmują się ich wypożyczaniem. Na targach prezentowane będą najważniejsze marki kamperów i przyczep oferowane na polskim rynku. Nie zabraknie firm, które dostarczają podzespoły i wyposażenie, m. in.: przedsiionki, rolety i markizy, klimatyzatory, urządzenia grzewcze oraz podstawowy sprzęt turystyczny, nawigację GPS oraz telewizję satelitarną.



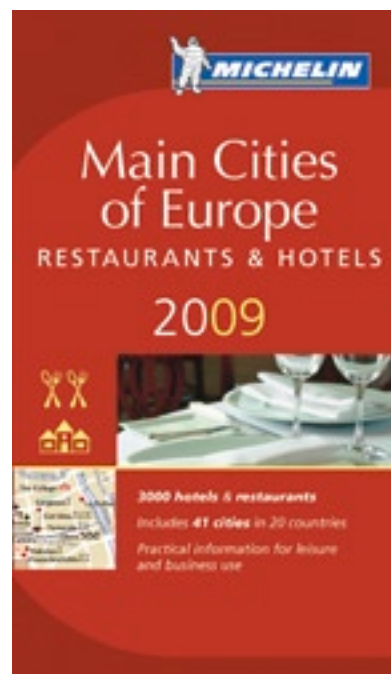
Na targach zobaczymy również kilkanaście marek samochodów z napędem 4x4. Będą prezentowane użytkowe po-

jazdy przeznaczone do poruszania się w trudnym terenie, sportowe auta terenowe startujące w rajdach i wyścigach oraz auta wyprawowe. Zobaczymy pojazdy drogowo-terenowe oraz pojazdy z dołączanym napędem jednej osi, najlepsze pojazdy do holowania przyczep kempingowych. Podczas targów odbędzie się zlot użytkowników pojazdów terenowych i turystycznych oraz liczne pokazy i konkursy. Więcej informacji na: [www.mobilexpo.pl](http://www.mobilexpo.pl).

### Polskie restauracje w Przewodniku Michelin Main Cities of Europe 2009

Pojawiła się kolejna edycja Czerwonego Przewodnika Michelin „Main Cities of Europe 2009”. To katalog najlepszych europejskich hoteli i restauracji, znajdziemy w nim także adresy polskie.

W najnowszym wydaniu znalazło się 16 restauracji z Warszawy i tyle samo z Krakowa, czyli o trzy restauracje więcej niż rok temu. 195 europejskich lokali (wśród nich warszawska restauracja „U Kucharzy”) zostało oznaczonych symbolem Bib Gourmand. Wyróżnia się nim lokale oferujące najwyższej jakości produkty i zapewniające kameralną, rodzinną atmosferę oraz niższe ceny dań. Póki co, żadna z polskich restauracji nie otrzymała prestiżowej gwiazdki Miche-



lina – najwyższego odznaczenia jakości. W Europie może się nim poszczycić 324 restauracje. 28 edycja słynnego przewodnika Michelin po miastach europejskich, zawiera informacje na temat 43 miast w 20 krajach. W tym roku do grona wyróżnionych miast dołączyły dwie włoskie miejscowości – Florencja i Turyn. Tegoroczny przewodnik powinien trafić do polskich księgarni najpóźniej w końcu marca. Więcej na [www.michelin.pl](http://www.michelin.pl).

## Dwa włoskie przepisy

Na Cobb BBQ System można grillować, smażyć i wędzić. Oto kolejne przepisy na potrawy, jakie warto na nim przyrządzić. Tym razem kuchnia włoska.



Cobb to praktyczne urządzenie dla caravaningowej kuchni. Poza wielofunkcyjnością wyróżnia go mała waga oraz to, że nie nagrzewa się i nie dymi podczas używania.

### Frittata

Do przyrządzenia potrzebujemy następujące składniki: 10 pomidorów „kockajlowych”, ok. 300 g pieczarek, 100 g wędzonej/podsuszonej szynki, 200 g sera mozzarella, 150 g sera żółtego, 5 młodych cebul, 5 jaj, oliwa z oliwek, świeża bazylia, sól i pieprz.

Sposób przyrządzenia: pomidory kroimy na pół, siekamy pieczarki w plastry, szatkujemy szynkę, mozzarellę i ser. Cebulę kroimy w kostkę albo paski. Na Cobbie rozgrzewamy patelnię z łyżeczką oliwy. Podsmażamy pieczarki. W oddzielnym naczyniu mieszamy jaja aż osiągną jednolitą konsystencję, dodajemy pozostałe warzywa (nie gotowane), następnie do smaku przyprawiamy solą i pieprzem. Jak grzyby staną miękkie, doda-

jemy naszą miksturę i smażymy ok. 5 minut, aż osiągnie stałą konsystencję.

### Risotto z dynią i serem feta

Do przyrządzenia tej potrawy potrzeba: 2 szklanki / torebki ryżu, 450 g sera feta, 3 szklanki podgotowanej dyni (kostki), 150 g liści szpinaku, 4 szklanki bulionu warzywnego, 1 posiekana czerwona cebulka, 1-2 ząbki czosnku, 1 łyżeczka oliwy z oliwek, sól i pieprz.

Sposób przyrządzenia: w woku COBB rozgrzewamy oliwę z oliwek, podsmażamy cebulkę i czosnek (1-2 minuty). Dodajemy ryż i mieszamy z oliwą i cebulką aż się obtoczy, następnie wlewamy bulion ciągle mieszając, gotujemy aż ryż wchłonie cały wywar. Do smaku przyprawiamy solą i pieprzem, a następnie dodajemy ser feta i liście szpinaku, mieszamy i podajemy.

Więcej: [www.foodlovers.pl](http://www.foodlovers.pl)

Frittata – prosta i „wiosenna” potrawa, w sam raz na caravaningowy weekend.