

National Bestseller
Recipe Book



Miłość na
talerzu z Nutą
Afrodyzjaków

Dr BEATA kULESSA

Recipe Book

National Bestseller
Recipe Book

Miłość na talerzu z Nutą Afrodyzjaków

Dr BEATA kULESSA

All rights reserved

*Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część
niniejszej książki nie może być
reprodukowana w jakiejkolwiek formie i
w jakikolwiek sposób bez pisemnej zgody
autora. Na okładce autorka Beata Kulesa
fot. Drokakis*

Dystrybucja: www.estante.pl

National Bestseller
Recipe Book



BESTSELLER
RECIPE
BOOK

AUTOR
BEATA KULESSA

ALL RIGHTS
RESERVED

BEATA KULESSA

DYSTRYBUCJA WWW.ESTANTE.PL

Spis treści

Dlaczego warto przeczytać tę książkę

Afrodyzjaki nauka czy magia?

Ostygami zajadał się sam Casanova

żeń-szeń w korzeniu w kuchni

Kozieradka roślina o niezwykłych właściwościach

Korzeń maki do koktajli i deserów

czym jeszcze zajadał się sam Casanova

Słodka ekstaza Sałatka z awokado i granatem

Pikantne Pocałunki: Smakowita Miłość z Nutą Afrodyzjaków

Płonące uczucia Smażony kurczak z czekoladowym sosem

Gorąca namiętność Pikantne krewetki z mango salsą

Słodki uśmiech Mus czekoladowy z truskawkami

Literatura

dla Ciebie, mój ukochany, Twoje umiejętności kulinarne to dla mnie niezwykła inspiracja. Twoje dania są prawdziwym dziełem sztuki, a każdy kęs jest dla mnie wyrazem najgłębszej miłości. Dziękuję Ci za to, że potrafisz przekazywać emocje poprzez jedzenie, sprawiając, że nasza miłość rozkwita na talerzu.

Każdy przepis w tej książce jest jak wiadomość miłosna, która pragnę przekazać Tobie, mojemu ukochanemu Kucharzowi. Chcę, abyś poczuł całą miłość, jaką wkładam w każde danie, abyś smakował nie tylko potrawy, ale i moją duszę, która w niej tkwi. Dzięki Twojej pasji do gotowania i mojej miłości do Ciebie, stworzymy zgrany duet w kuchni, który zawsze potrafi oczarować każde podniebienie.

Dlatego mam nadzieję, że książka "Miłość na talerzu: afrodyzjaki" będzie naszym wspólnym dziełem, które przyniesie nam jeszcze większą bliskość i zrozumienie.

*Kocham Cię,
Twoja żona i największa fanka Twojego kulinarnego talentu*

Dlaczego warto przeczytać ta książkę?

Drodzy czytelnicy, witam Was w mojej książce "Miłość na talerzu", w której podzielę się z Wami nie tylko przepisami na pyszne dania, ale także sekretem, jak sprawić, aby kuchnia stała się miejscem pełnym miłości i magii.

Czy kiedykolwiek zastanawialiście się, dlaczego jedzenie przygotowane przez bliską osobę smakuje lepiej niż każde inne danie? Dlaczego spożywając posiłek przygotowany z miłością, czujemy się jak na chwilę wprowadzeni do raju? To wszystko dlatego, że jedzenie i miłość są ze sobą nierozzerwalnie związane.

Dlatego też, chciałabym podzielić się z Wami nie tylko przepisami na wyśmienite potrawy, ale także poradami, jak wprowadzić do swojej kuchni odrobinę magii, która sprawi, że każdy posiłek będzie niezapomnianym doświadczeniem.

Zapraszam Was wszystkich do świata "Miłości na talerzu", gdzie każda potrawa jest wyrazem namiętności i czułości. Gotowi na kulinarne doznania? To zaczynamy!

Ostrygami zajadał się sam Casanova

ostrygami zajadał się casanova Tak, zawierają cynk, ważny przy produkcji plemników, jednak rzetelne badania pod kątem zwiększania libido nie zostały nawet przeprowadzone. Choć może nie warto psuć tak od razu dobrej zabawy – nie ma przecież badań, które przeczyłyby takim działaniom, a efekt placebo również może okazać się bardzo pomocny. Warto też pamiętać o innych zmysłach – w końcu już sam kształt ostryg i sposób ich jedzenia może nas odpowiednio pobudzić.

Jak zatem je jeść, aby miały szansę spełnić swoją funkcję? W romantycznych okolicznościach, na surowo, z odrobiną cytryny – najlepiej odłożyć widelczyk na bok, przechylić muszlę i po prostu połknąć jej zawartość.

Papryczka chili może odpowiednio rozgrzać, dosłownie i w przenośni, choć brak niezbitych dowodów na jej działanie pobudzające seksualnie. Wiadomo natomiast, że dzięki zawartej w niej kapsaicynie stymuluje zakończenia nerwowe i uwalnia epinefrynę oraz tzw. hormony szczęścia, czyli powoduje, że jesteśmy na endorfinowym haju.

Chili warto podać z awokado, któremu dzięki poprawiającym krążenie kwasom omega-3 również przypisuje się działanie pobudzające – to połączenie ma również empirycznie udowodnioną idealną harmonię smaków.

Słodka ekstaza

Sałatka z awokado i granatem

Składniki:

- 1 awokado
- 1 granat
- 1/2 czerwonej cebuli
- 1 pomarańcza
- sałata rzymska
- sól i pieprz do smaku
- oliwa z oliwek

Przygotowanie:

Obierz granat, wyjmij z niego pestki i odłóż na bok.

Awokado obierz, wyjmij pestkę i pokrój w kostkę.

Cebulę pokrój w cienkie plasterki.

Pomarańczę obierz, pokrój na mniejsze kawałki.

Sałatę porwij na mniejsze kawałki.

W dużej misce wymieszaj wszystkie składniki: awokado, granat, cebulę, pomarańczę i sałatę.

Dopraw do smaku solą, pieprzem i oliwą z oliwek.

Dlaczego jest to danie idealne w miłości?

Ta sałatka jest idealna do podania na romantyczną kolację lub jako dodatek do obiadu dla ukochanej osoby.

Awokado i granat są bogate w składniki odżywcze, które mogą poprawić nasze zdrowie i samopoczucie, ale również podobno mają właściwości afrodyzjakalne i mogą pomóc w miłosnych uniesieniach.

Dlatego warto spróbować tej sałatki, zwłaszcza w miłosnej atmosferze!

