



Салаты

- 13 Салат с виноградом
- 14 Салат с грушами и сыром рокфор
- 15 Салат с сельдью
- 16 Салат «Нисуаз»
- 17 Салат из огурцов и курицы
- 18 Салат «Весенний»
- 18 Салат из запеченной тыквы с ветчиной
- 20 Салат с авокадо
- 21 Салат из бантиков
- 22 Салат из дикого риса с курагой и изюмом
- 23 Салат с козым сыром
- 24 Розовый салат
- 25 Салат из макарон с брокколи
- 26 Салат со стручковой фасолью
- 27 Салат с грейпфрутом
- 28 Салат из перца с фетой и помидорами
- 29 Тайский салат
- 30 Салат из яблок и моркови
- 31 Салат с балыком и руколой
- 32 Азиатский салат
- 33 Салат из шампиньонов и авокадо
- 34 Салат из тунца и фасоли
- 35 Салат из руколы с куриной печенкой
- 36 Салат из семги с лаймом
- 37 Салат из красного перца с моцареллой
- 38 Салат Оливье с домашним майонезом
- 39 Салат из шпината и мяты с лимоном
- 40 Экзотический салат
- 41 «Муравьи, ползущие по веткам деревьев»
- 42 Теплый салат с лисичками
- 43 Теплый салат с яйцом и беконом
- 44 Теплый салат из фенхеля с помидорами
- 45 Теплый салат с луком, беконом и руколой

Овощи и грибы

- 47 Запеченный лук
- 48 Закуска из баклажанов
- 49 Овощи по-китайски
- 50 Тыква, запеченная в фольге
- 51 Запеченные овощи
- 52 Молодая морковь с чесноком
- 53 Темпура
- 54 Пирог из свеклы
- 55 Молодой картофель по-кончаловски
- 56 Морковный пирог
- 57 Оладушки из кабачков
- 58 Картофельный пирог с сыром
- 59 Чечевица со сливками и имбирем
- 60 Картофельные ньокки с соусом из помидоров и базиликом
- 61 Икра из баклажанов
- 62 Овощная лазанья с козым сыром

- 63 Цукини на гриле
- 64 Фаршированные баклажаны
- 65 Закуска из баклажанов с сыром
- 66 Овощные корзиночки
- 67 Запеченная картошка с сыром
- 68 Помидоры и перец, фаршированные диким рисом
- 69 Закуска из моркови
- 70 Тыквенный пудинг
- 71 Картошка с сыром
- 72 Маринованные баклажаны
- 73 Брускетта из цукини со шпинатом
- 74 Хумус из фасоли
- 75 Фасоль с раками
- 76 Лобио
- 78 Фасоль с белыми грибами
- 79 Белые грибы, запеченные с мятой
- 80 Картошка с грибами
- 81 Закуска из грибов шитакэ
- 82 Бифштекс из белых грибов
- 83 Грибы с горчицей, маслом и петрушкой на гриле

Супы

- 85 Щи из щавеля
- 86 Холодник по-польски
- 87 Гаспачо
- 88 Суп-пюре из тыквы
- 89 Борщ из запеченной свеклы
- 90 Итальянский суп
- 91 Луковый суп
- 92 Тыквенный суп с карри
- 93 Суп-пюре из свежей кукурузы
- 94 Холодный суп-пюре из петрушки
- 95 Грибной суп
- 96 Суп из сладкой картошки
- 97 Морковный суп-пюре с кориандром
- 98 Суп вишисуаз
- 99 Суп из белой фасоли
- 100 Тайский куриный суп
- 101 Суп из фасоли с кабачками
- 102 Суп-пюре из цветной капусты
- 103 Гороховый суп
- 104 Куриный супчик
- 106 Суп из шпината и чечевицы
- 108 Суп из чечевицы с перцем и тмином
- 110 Запеченный суп с фасолью и щавелем
- 112 Суп из белой фасоли со сморчками
- 113 Томатный суп с гренками
- 114 Суп из шпината с фасолью

Макароны

- 117 Макароны с помидорами, базиликом и пармезаном
- 118 Спагетти в рыбном соусе
- 119 Макароны в соусе песто
- 120 Тальятелле с лисичками
- 121 Тальятелле с грецкими орехами
- 122 Цветные тальятелле

- 123 Макароны-ракушки с брокколи
- 124 Спагетти с телятиной и сельдереем
- 126 Спагетти в фольге с белым вином
- 127 Лимонные спагетти
- 128 Макароны с куриной печенкой
- 129 Спагетти с лисичками и оливками
- 130 Макароны со сливками и грибами
- 131 Макароны с водкой
- 132 Макароны с кроликом
- 133 Спагетти с тунцом
- 134 Макароны с соусом из раков
- 135 Макароны с креветками и руколой
- 136 Макароны с баклажанами и фетой
- 137 Спагетти с рыбой, изюмом и кедровыми орешками
- 138 Макароны с баклажанами
- 140 Лазанья с соусом бешамель
- 142 Спагетти с рыбой

Крупы

- 145 Ароматный рис
- 146 Индийский рис со шпинатом
- 147 Бурый рис с грибами и зеленым горошком
- 148 Рисовые бомбы
- 149 Рис с острыми колбасками
- 150 Зеленое ризотто
- 151 Лимонный рис с кешью
- 152 Рисовая каша с корицей, медом и сухофруктами
- 153 Ризотто миланезе
- 154 Лимонное ризотто
- 155 Мускатный рисовый пудинг
- 156 Ризотто с кроликом
- 158 Ризотто с горгонзолой и грушей
- 159 Гречка с тофу
- 160 Гречка по-восточному
- 161 Гречка с черносливом и грецкими орехами
- 162 Гречка с грибами, луком и укропом
- 163 Перловка с зеленью и сыром

Масло. Сыр. Творог. Яйца

- 165 Шафрановое и чесночное масло
- 166 Голубой сыр с грушами
- 167 Закуска из козьего сыра с соусом песто
- 168 Творожные оладьи с ягодами
- 169 Мусс «Мушкетер»
- 170 Закуска из творога с томатами
- 171 Творожный пудинг с помидорами
- 172 Творожно-фруктовый завтрак — два в одном
- 173 Вареники с творогом
- 174 Сырники с вишневым соусом
- 175 Творожные ньокки с базиликом
- 176 Суфле из козьего сыра и тимьяна
- 177 Сырники с тмином
- 178 Омлет с лисичками
- 179 Яйца «Орсини»
- 180 Яичница по-кончаловски
- 181 Яйца с луком

- 182 Омлет в лаваше
- 183 Яйца в тесте с беконом
- 184 Омлет с грибами и куриной печенкой
- 185 Омлет с сельдью
- 186 Яйца со сливками, запеченные в горшочках
- 187 Фриттата с вялеными помидорами, сыром и тимьяном
- 188 Баскский омлет
- 189 Омлет с мятой и зеленым горошком
- 190 Яйца с помидорами и травами
- 191 Сладкий омлет со сметаной и яблоками
- 192 Яйца в шпинате с хлебными крошками и мускатным орехом
- 193 Яйца Пармантье

Мясо

- 195 Телятина в белом вине
- 196 Телятина с белом вине с морковью, сельдереем и помидорами
- 197 Телячьи отбивные на косточке с шалфеем
- 198 Мясная запеканка из Нью-Йорка
- 199 Телячья печень со шпинатом
- 200 Бургиньон из говядины
- 201 Стейк с руколой
- 202 Баранина с кокосом
- 203 Ростбиф с горчичным соусом
- 204 Говядина в пиве
- 205 Говяжий язык с апельсиновым соусом
- 206 Аши по-гречески
- 207 Бараний окорок с картошкой
- 208 Тушеная баранина с баклажанами
- 209 Баранина с чесноком в коньяке
- 210 Баранина с тмином и мятой
- 211 Баранина с фасолью и пореем
- 212 Свинина с яблоками
- 213 Баранина с чечевицей
- 214 Свинина с медом и имбирем
- 215 Свиная рулька, запеченная с картошкой
- 216 Свинина на листьях салата
- 217 Свинина с фенхелем и чесноком
- 218 Свинина с мятой и орехами
- 219 Свинина в перце
- 220 Пряная свинина по-китайски
- 221 Свинина с корицей и горчицей
- 222 Свиные отбивные с розмарином на гриле
- 223 Свиные котлеты с тархуном
- 224 Свиная рулька
- 225 Свинина по-баварски
- 226 Кролик с розмарином в белом вине
- 227 Кролик на гриле
- 228 Кролик с черносливом
- 230 Кролик с оливками
- 231 Йоркширский пудинг
- 232 Красная фасоль с колбасками

Птица

- 235 Курица с грибами
- 236 Курица с секретом

- 237 Зеленое карри с курицей
- 238 Пряная курица
- 239 Курица по-мароккански
- 240 Пирог с курицей
- 241 Цыплята в йогурте на гриле
- 242 Цитрусовые куриные крылышки
- 243 Цыпленок с кардамоном
- 244 Цыпленок с чесноком, тимьяном и лимоном
- 245 Куриная печенка с яблоками
- 246 Курица в томатном соусе с грибами и картошкой
- 247 Цыпленок в соевом соусе
- 248 Котлеты из индейки с фасолью
- 250 Индейка с пастернаком и клюквенным соусом
- 252 Куропатки с шалфеем
- 253 Утка по-польски
- 254 Утка с шалфеем и имбирем
- 256 Пьяная утка
- 257 Утиные грудки с пюре из свеклы
- 258 Рождественский гусь с яблочным пюре

Рыба и морепродукты

- 261 Маринованная рыба на гриле
- 262 Рыбный пирог со шпинатом
- 264 Рыба, запеченная с кедровыми орешками и изюмом
- 265 Скумбрия с зеленым горошком
- 266 Рыба с шафраном и кедровыми орешками
- 267 Белая рыба, томленная в белом вине
с кедровыми орешками и петрушкой
- 268 Рыбные пудинги
- 269 Рыба, запеченная с оливками и каперсами
- 270 Белая рыба на шпажках
- 271 Сибас, запеченный в духовке
- 272 Скумбрия в вине
- 273 Семга на гриле
- 274 Семга с хреном
- 275 Треска с розмарином и каперсами
- 276 Семга с соусом тартар
- 278 Семга в виноградных листьях на гриле
- 279 Семга, запеченная в бумаге
- 280 Маринованная семга на гриле с хлебом и салатом
- 281 Семга, запеченная в соли
- 282 Биточки из форели
- 283 Рулетки из семги с творожно-огуречной начинкой
- 284 Форель по-французски
- 285 Форель с овощами
- 286 Креветки на гриле
- 287 Фаршированные кальмары

Выпечка

- 289 Кукурузный хлеб
- 290 Домашний хлеб
- 291 Фокачча
- 292 Пицца с козьим сыром
- 294 Пирожки с помидорами
- 295 Пирог с рыбой
- 296 Пирог из кабачков с мятой

297	Сливовый пирог
298	Пирог со шпинатом и щавелем
299	Лимонный пирог
300	Персиковый пудинг
301	Яблочный пирог
302	Яблочный пирог с корицей
303	Груши с клюквой под хрустящим тестом
304	Пирог «Летняя песня»
306	Рождественский пирог
307	Пирог «Зебра»
308	Рулет с шоколадным кремом
309	Фокачча с черешней
310	Ватрушки
311	Песочное печенье с орехами pekan
312	Песочные кексы с финиками
313	Кексы с голубикой
314	Лимонные тарталетки
315	Гречневое печенье
316	Шоколадные кексы с грецкими орехами
317	Имбирное печенье
318	Кукурузное печенье с клубничным соусом
319	Овсяное печенье с изюмом
320	Эклеры
321	Кокосовые тучки
322	Торт «Почти Павлова»
323	Клафути с черносливом
324	Шоколадный торт «Два ореха»
325	Кексы с вишней
326	Лимонный торт с миндалем
327	Марокканский торт
328	Торт «Клубничный лес»
329	Шоколадный торт с имбирем
330	Торт «Черный лес»
332	Ореховый торт со сливами
333	Маковый торт с вареньем и взбитыми сливками
334	Булочки с изюмом

Десерты

337	Клубничный десерт
338	Ягодный десерт
339	Запеченные фрукты
340	Запеченные яблоки
341	Чернослив в чае
341	Маскарпоне с малиной
342	Десерт "Зимняя вишня"
343	Сливы, запеченные в вине
344	Марокканский десерт из сухофруктов
345	Клубничный мусс с белым шоколадом
346	Освежающий десерт на завтрак
346	Домашние конфеты
347	Шоколадный мусс
348	Миндаль в шоколаде
349	Мусс из белого шоколада
350	Тирамису
351	Творожный торт
352	Баварский крем с ягодным соусом
353	Панна котта

- 354 Ягодное желе с кокосовыми крекерами
- 355 Апельсиновое желе
- 356 Желе из джин-тоники
- 357 Лимонное сорбе
- 358 Грейпфрутовое сорбе с Campari
- 359 Черешневое сорбе
- 360 Черносмородиновое сорбе
- 361 Сорбе из красного вина с клубникой
- 362 Сорбе из персиков
- 363 Мороженое «Семифреддо»
- 364 Карамельное мороженое
- 365 Шоколадное мороженое с виски
- 366 Персиковое мороженое
- 367 Мороженое с сухофруктами, орехами и ромом
- 368 Карамелизированные помидоры со сметанным мороженым
- 369 Кофейное мороженое
- 370 Мороженое с перцем
- 371 Йогуртовое мороженое с козинаками
- 372 Семифреддо по-русски, или Хлебное мороженое

Напитки

- 375 Молочный коктейль с манго
- 376 Сливочно-клубничный коктейль
- 376 Сливочный коктейль
- 377 Джин с гранатом
- 377 Виноградно-грушевый сок
- 378 «Джунгли»
- 378 Campari Orange
- 379 Ягодно-банановый коктейль на завтрак
- 379 Коктейль из огурцов, киви и граната
- 380 Яблочно-имбирный сок «Иммунитет»
- 380 Витаминный напиток с яблоком и сельдереем
- 381 Домашний лимонад
- 381 Пряный яблочный сок
- 382 «Канарейка»
- 382 Зимняя мята
- 383 Сангрия
- 384 Грог
- 384 Коктейль «Черный русский»
- 385 Коктейль «Белый русский»
- 385 Коктейль Rosso Royal
- 386 Коктейль Bellini
- 387 Коктейль «Кровавая Мэри»
- 388 Коктейль «Мохиито»
- 389 Средиземноморский мартини
- 390 Зеленый чай с джином
- 391 Имбирный чай
- 391 Чай с апельсином
- 392 Мой чай
- 393 Чай с кардамоном
- 393 Чай с персиками
- 394 Яблочно-смородиновый чай с медом и корицей
- 395 Вишневый чай с медом, апельсиновой цедрой и пряностями
- 396 Кофе по-ирландски
- 396 Кофе эспрессо с шоколадом и взбитым молоком
- 397 Горячий шоколад
- 397 Горячий шоколад с мускатным орехом

- 13 Салат с виноградом
- 14 Салат с грушами и сыром рокфор
- 15 Салат с сельдью
- 16 Салат «Нисуаз»
- 17 Салат из огурцов и курицы
- 18 Салат «Весенний»
- 18 Салат из запеченной тыквы с ветчиной
- 20 Салат с авокадо
- 21 Салат из бантиков
- 22 Салат из дикого риса с курагой и изюмом
- 23 Салат с козым сыром
- 24 Розовый салат
- 25 Салат из макарон с брокколи
- 26 Салат со стручковой фасолью
- 27 Салат с грейпфрутом
- 28 Салат из перца с фетой и помидорами
- 29 Тайский салат
- 30 Салат из яблок и моркови
- 31 Салат с балыком и руколой
- 32 Азиатский салат
- 33 Салат из шампиньонов и авокадо
- 34 Салат из тунца и фасоли
- 35 Салат из руколы с куриной печенькой
- 36 Салат из семги с лаймом
- 37 Салат из красного перца с моцареллой
- 38 Салат оливье с домашним майонезом
- 39 Салат из шпината и мяты с лимоном
- 40 Экзотический салат
- 41 «Муравьи, ползущие по веткам деревьев»
- 42 Теплый салат с лисичками
- 43 Теплый салат с яйцом и беконом
- 44 Теплый салат из фенхеля с помидорами
- 45 Теплый салат с луком, беконом и руколой



Салат с виноградом

4 порции

время приготовления 25 мин.

2 пучка листового салата

200 г винограда без косточек

100 г твердого козьего сыра

1 пучок тархуна

**3 луковицы шалота (или 1 небольшая красная
луковица)**

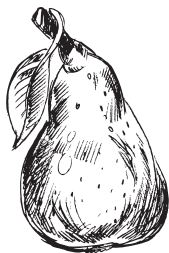
5–6 ст. ложек оливкового масла

5 ст. ложек винного уксуса

щепотка свежемолотого черного перца

щепотка морской соли

1. Лук порезать тонкими полукольцами и замочить в уксусе на 10 минут.
2. Листья салата мелко нарезать, добавить виноград и листья тархуна.
3. Козий сыр натереть на терке.
4. Сделать заправку из уксуса, в котором мариновался лук, оливкового масла, соли и перца. Если слишком остро, добавить масла.
5. Полить салат заправкой, тщательно перемешать, сверху посыпать козьим сыром.



Салат с грушами и сыром рокфор

4 порции

время приготовления 40 мин.

3 груши

2 пучка листового салата (лучше всего руколы)

150 г сыра рокфор

горсть мяты

10 очищенных грецких орехов

сок 1/2 лимона

4 ст. ложки оливкового масла

1 ст. ложка меда

щепотка свежемолотого черного перца

щепотка морской соли

1. Обжарить в меду грецкие орехи, выложить их на тарелку или металлический противень, чтобы они не слиплись.
2. Листья салата мелко порезать.
3. Груши нарезать тонкими ломтиками и слегка сбрызнуть соком лимона, чтобы они не потемнели.
4. Нарезать сыр кусочками.
5. Смешать груши с листьями салата, добавить сыр и мяту.
6. Приготовить заправку, соединив оставшийся лимонный сок, оливковое масло, соль и свежемолотый перец.
7. Полить салат заправкой, перемешать, сверху посыпать орехами.

Салат с сельдью

4 порции

время приготовления 30 мин.

1 большая жирная сельдь

10 перепелиных яиц

1 пучок листового салата (подмосковный, рукола или другой)

1 пучок молодого зеленого лука

50 г твердого сыра типа пармезана или российского

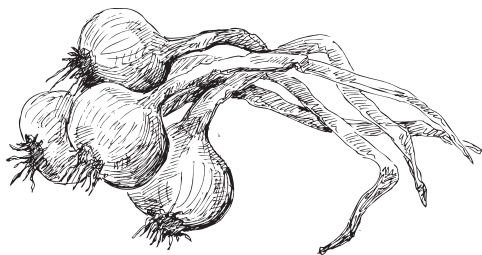
3–4 ст. ложки подсолнечного масла

сок 1/2 лимона

щепотка свежемолотого черного перца

щепотка морской соли

1. Перепелиные яйца сварить вкрутую, залить холодной водой, а затем аккуратно очистить от скорлупы и разрезать пополам.
2. Сельдь почистить и нарезать небольшими кусочками.
3. Салат и зеленый лук порезать довольно мелко.
4. Сыр натереть на терке.
5. Выложить салат на большую тарелку, сверху разложить половинки яиц и кусочки сельди.
6. Посыпать зеленым луком и натертым сыром.
7. Приготовить заправку, смешав подсолнечное масло с лимонным соком, солью и перцем, и полить салат.





Салат «Нисуаз»

6 порций

время приготовления 1 ч.

1 упаковка замороженной стручковой фасоли (450–500 г)

300 г тунца в оливковом масле

10 маленьких молодых картофелин

2 сладких перца

10–15 помидоров черри

8–10 перепелиных яиц

небольшой пучок зеленого лука

15–20 каперсов

1/2 красной луковицы

сок 1/2 лимона

6 ст. ложек оливкового масла

1 ст. ложка винного уксуса

1 ст. ложка дижонской горчицы

щепотка свежемолотого черного перца

щепотка морской соли

1. Фасоль приготовить, как указано на упаковке.
2. Молодую картошку отварить в мундире.
3. Перепелиные яйца тоже сварить.
4. Сваренную картошку разрезать на четыре части, смешать с фасолью, добавить 2 ст. ложки оливкового масла.
5. Срезать с перца кожуру, удалить семена, тонко нарезать и перемешать с салатом.
6. Красный лук тонко нарезать.
7. Зеленый лук мелко искрошить.
8. Яйца и помидоры разрезать пополам, положить

в салат, посыпать каперсами, красным и зеленым луком. Все перемешать.

9. Тунца раскрошить вилкой и выложить сверху.
10. Сделать заправку: смешать горчицу с соком лимона, добавить уксус, 4 ст. ложки оливкового масла, соль и перец, слегка взбить вилкой.

Подавать заправку отдельно.

Салат из огурцов и курицы

2 порции

время приготовления 15 мин.

1/2 небольшой тушки отварного цыпленка без кожи

5 огурцов

горсть нарезанной мяты

сок 1 лайма

2 ст. ложки соевого соуса

1 ст. ложка кунжутного масла

1 ст. ложка коричневого сахара

2–3 горошины черного перца

2 маленьких сушеных перца чили

щепотка морской соли



1. Огурцы нарезать вдоль длинными полосками. Полоски должны быть тонкие и прозрачные. Можно использовать нож для чистки картошки.
2. Мясо курицы порвать на длинные тонкие волокна.
3. Сделать заправку: черный перец, чили, сахар и соль растереть в ступке, добавить мяту, сок лайма, соевый соус и кунжутное масло, перемешать.
4. Соединить мясо курицы с огурцами, влить заправку и все тщательно перемешать.

Сразу же подавать на стол.