

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	11
----------------	----

Весеннее меню

Спаржа с яйцом пашот и голландским соусом.....	14
Драники из цукини.....	16
Салат с черемшой.....	17
Щавелевый суп	18
Гребешки с ризотто.....	20
Коулслоу	22
Салат с жареной ботвой, полбой и фундучным соусом.....	24
Мидии в сливочном соусе.....	26
Дорада на пару с молодым зеленым луком.....	27
Салат с крабами и капустой	28
Фарфалле с креветками и фасолью	30
Овощное рагу с вешенками и рисом	32

6

Летнее меню

Бриошь с клубникой и страчателлой	36
Итальянский салат.....	38
Идеальный гаспачо	39
Бабагануш и кефирные пышки от моей мамы	40
Шакшука с нутом	42
Плато из морепродуктов	44
Лосось с птитимом в сливочном соусе	45
Кальмар с рисом.....	46
Поке с лососем, авокадо, эдамаме и капустой пак-чой.....	48
Фиш&чипс без чипсов, или треска в японском кляре.....	50
Паста с лисичками	52
Перцы фаршированные с мини-картофелем.....	53

Осеннее меню

Брюссельская капуста с козьим сыром.....	56
Салат с запеченной тыквой, хурмой и фермерским творогом.....	58
Лосось «Гравлак»	60
Французский луковый суп	62

Цветная капуста с йогуртовым соусом на основе тахини, с эстрагоном и перцем чили + запаренный кускус	64
Утиная ножка конфи с картофельным пюре	66
Запеченные корнеплоды – тыква, пастернак, батат с греческой намазкой	68
Филе сибаса с пюре из корня сельдерея и пастернака, с каперсами и розмарином	70
Инжир с горгонзолой и сливами	72
Кукуруза с соусом песто	73
Картофельные маффины с беконом и брокколи.....	74
Блинчики с мясом.....	76
Шоколадная бабка.....	78

Зимнее меню

Тост с ростбифом, гуакамоле и ялтинским луком	82
Картофельные драники с рикоттой.....	84
Равиоли с рикоттой и шпинатом.....	86
Оссобуко.....	88
Азиатский суп с креветками	90
Форель с капустой.....	92
Паста с митболами в белом соусе.....	94
Курица с нутом в кокосовом соусе	96
Еще одни митболы в томатном соусе с фасолью.....	98
Спагетти с морепродуктами	100
Утиная грудка с полбой и апельсиновым соусом	102
Вафли с беконом, чеддером и вялеными томатами.....	103
Апельсиновый пирог без муки	104

Круглый год

Луковый пирог «Писсаладьер»	108
Скрэмбл с крабом	110
Эдамаме с мисо-майонезом	112
«Усиленная» карбонара.....	114
Жареный халуми.....	115
Яйцо кокот	116
Кокосовые сырники.....	118
Ванильное мороженое	120
Канеле.....	122
Жареный камамбер с облепиховым соусом.....	123
Благодарность	125