

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|-----------------|---|
| ОТ АВТОРОВ..... | 4 |
|-----------------|---|

| | |
|-----------|---|
| ВИНО..... | 6 |
|-----------|---|

| | |
|---|----|
| Законы дружбы: на что ориентироваться при подборе вина к блюду..... | 6 |
| Обнимаем необъятное с Таней Манн..... | 10 |
| Ароматика и стиль популярных сортов винограда..... | 18 |

| | |
|----------|----|
| ЕДА..... | 20 |
|----------|----|

| | |
|-----------------------|----|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ..... | 23 |
|-----------------------|----|

| | |
|--|----|
| Сало «Триколор»..... | 25 |
| Запеченные перцы с яблоком..... | 27 |
| Айсберг-ролл с лососем..... | 29 |
| Скумбрия на картофелем..... | 31 |
| Икра из печеных овощей с пармезаном и авокадо..... | 33 |
| Авокадо-тосты..... | 37 |
| Паштет из говяжьей печени..... | 39 |
| Хенд-роллы..... | 41 |
| Овощные пхали..... | 45 |

| | |
|-------------|----|
| САЛАТЫ..... | 47 |
|-------------|----|

| | |
|--|----|
| Репа с пармезаном..... | 49 |
| Салат с печеным лососем и тыквой..... | 51 |
| Большой зеленый салат..... | 53 |
| Паста-салат с тунцом..... | 55 |
| Салат с картофелем и лососем..... | 57 |
| Тартар из тунца с арбузом..... | 59 |
| Салат с копченым лососем и гаспачо..... | 61 |
| Салат с пастой из авокадо, тунцом и яйцом..... | 63 |
| Салат с рисовой лапшой..... | 65 |
| Цезарь с хрустящим нутом и креветками..... | 67 |

| | |
|----------------------|----|
| ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ..... | 71 |
|----------------------|----|

| | |
|---|----|
| Шампиньоны, запеченные с креветками..... | 73 |
| Лосось со спаржей и кокосово-апельсиновым соусом..... | 75 |
| Баклажаны, запеченные с томатами и фетой..... | 77 |
| Шпинатно-кабачковые оладьи с лососем и гуакамоле..... | 79 |
| Цветная капуста с тунцом и яйцом пашот..... | 81 |
| Мини-голубцы с лососем в кокосовом соусе..... | 83 |

| | |
|--|----|
| Жюльен из морепродуктов..... | 85 |
| Мидии в сидре с томатной сальсой..... | 87 |
| Перцы, фаршированные морепродуктами..... | 89 |

ПАСТА, РИЗОТТО..... 91

| | |
|---|-----|
| Ризотто из сельдерея с морепродуктами..... | 93 |
| Тыквенное ризотто с куриной грудкой..... | 95 |
| Паста из кабачка с креветками и семенами чиа..... | 97 |
| Цветная капуста по-флотски..... | 99 |
| Перлотто с грибами и стейком из печени..... | 101 |
| Гречневая лапша с овощами..... | 103 |
| Брюссельская капуста болоньезе..... | 105 |

БЛЮДА НА КОМПАНИЮ..... 107

| | |
|-----------------------------|-----|
| Рыба а-ля «Веллингтон»..... | 109 |
| Пармантье из баранины..... | 113 |
| Мандариновая утка..... | 115 |
| Печеночный торт..... | 117 |
| Рыба в соли..... | 119 |

ДЕСЕРТЫ..... 121

| | |
|-----------------------------|-----|
| Запеченный грейпфрут..... | 123 |
| Авокадо-мусс..... | 125 |
| Печенье с сухофруктами..... | 129 |
| Шоколадное полено..... | 131 |
| Бланманже..... | 135 |
| Безглютеновая шарлотка..... | 137 |
| ЗОЖные трюфели..... | 139 |

ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... 140

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ..... 142