

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| От автора | 7 |
| Необходимый инвентарь | 9 |
| Продукты, которые нам понадобятся | 12 |
| Подготовка мяса | 16 |
| Виды прожарки и как их определить | 19 |
| Какие стейки будем жарить на сковороде... | 23 |
| ...И какие приготовим на гриле | 25 |

ВРЕМЯ ЖАРИТЬ

| | |
|--------------------------|----|
| Жарим на сковороде | 31 |
| Антрекот | 31 |
| Чак-ролл | 34 |
| Фланк | 37 |
| Топ-блейд | 38 |
| Ковбой | 41 |
| Жарим на гриле | 45 |
| Денвер | 51 |
| Стриплойн | 52 |
| Вырезка | 55 |
| Три-тип | 56 |
| Ковбой | 59 |
| Фланк | 60 |
| Топ-блейд | 63 |

РЕЦЕПТЫ

| | |
|---------------------------------|----|
| Пельмени с говядиной | 71 |
| Салат «Вы и Бон» | 74 |
| Салат с апельсинами | 77 |
| Крем-суп из брокколи | 78 |
| Картофельный крем-суп | 80 |
| Мясной пирог | 82 |
| Улитки с мясом | 85 |
| Фименный соус «Вы и Бон» | 86 |
| Остро-сладкий соус | 89 |
| Луковая карамель | 90 |
| | |
| История вместо заключения | 94 |

