

Зміст

Додаткова інформація

Порівняльна таблиця обсягу і маси деяких продуктів у грамах (г).....	7
Види олії.....	8
Оцет.....	10
Спеції та приправи.....	12
Підготовка овочів та інших інгредієнтів.....	16
Алкогільні коктейлі.....	20
Безалкогольні напої.....	22

Салати і закуски з риби і морепродуктів

Салат «Малютко».....	24
Салат «Гострий».....	24
Салат «Морська перлина».....	25
Салат «Аліса» з крабовими паличками.....	25
Салат з копченої скумбрії.....	26
Листковий салат «Рибний торт».....	26
Салат «Інь-ян».....	27
Салат з сьомгою та ікрою.....	27
Салат «Олів'є з тунцем».....	28
Салат «Адміралтейський».....	28
Салат «Єралаш».....	29
Салат «Цезар» із креветками.....	29
Салат зі скляною локшиною і креветками.....	30
Салат з оселедцем.....	30
Салат «Легкий бриз».....	31
Салат «Амелі».....	31
Авокадо, фаршировані морепродуктами.....	32
Салат з тунця і маслин.....	32
Салат з копченим вугром і соусом «Унагі».....	33
Салат «Чуко» (Кайсо) з морських водоростей.....	33
Салат зі шпинату з креветками.....	34
Тартар з лосося з імбиром.....	34
Салат з креветками і манго.....	35
Салат з тунця і стручкової квасолі.....	35
Салат «Оселедцевий».....	36
Кошички із лаваша з салатом.....	36
Салат з лососем і помідорами чері.....	37
Креветки смажені з гострим соусом.....	37
Домашня копчена скумбрія.....	38
Чіпси із закускою.....	38
Канале з оселедцем і запашним маслом.....	39
Кальмари, фаршировані омлетом з грибами.....	39
Маринована скумбрія в яблучному оцті.....	40
Салат з крабовим м'ясом і фунчозой.....	40
Рулет з лаваша з сьомгою, авокадо і зеленою цибулею.....	41
Сирний рулет із сьомгою.....	41
Млинці з сиром рикотта і сьомгою.....	42
Помідори, фаршировані рибним паштетом.....	42
Креветки в індійському стилі з м'ятною райтою.....	43
Салат з руколою і креветками.....	43
Домашній оселедець швидкого засолення.....	44
Оселедець пряного засолу.....	44
Весняний салат з чорним кунжутом.....	45
Салат з ківі та сьомги.....	45
Салат з копченим лососем і руколою.....	46
Салат «Корн».....	46
Салат з ананасами і креветками.....	47
Салат «Креветки на перині».....	47

Закуска «Синхронне плавання».....	48
Салат «Нісуаз».....	48
Салат «Французька ніжність».....	49
Карпаччо з червоної риби.....	49
Рулет із сьомгою і зеленню.....	50
Японські роли, суші та гункани.....	50
Салат із морепродуктів з овочами.....	51
Салат з рибою та овочами.....	51
Воловани з лимонним кремом і сьомгою.....	52
Салат «Овочевий з тунцем».....	52
«Букет» із слабосоленої сьомги з кремом.....	53
Салат «Фуршет».....	53
Фарширована риба.....	54
Салат з червоної риби з «Хіяші вакаме».....	54
Салат «Нісуаз» із бобами.....	55
Рибний салат «Міміза».....	55
Салат із сьомги з овочами.....	56
Салат із квасолею і тунцем.....	56
Салат з оселедцем і яблуком.....	57
Салат з тунцем і гарбузом.....	57
Салат із сьомгою та морськими гребінцями.....	58
Салат «Морський коктейль».....	58
Яйця фаршировані «Краплинка».....	59
Грінки по-середземноморськи.....	59
Тартар з риби.....	60
Гостра закуска з креветок по-каджунськи.....	60
Салат із тунцем.....	61
Огіркові скляночки.....	61
Яйця, фаршировані печінкою тріски.....	62
Салат «Насолода».....	62
Яйця, фаршировані сирним кремом.....	63
Човники з авокадо з креветками.....	63
Салат із сьомгою, полуницею та сиром.....	64
Закуска «Суші-торт».....	64
Салат з морепродуктів.....	65
Салат «Дієтичний».....	65
Салат «Сюрприз».....	66
Салат «Піраміда Хеопса».....	66
«Скарби піратів» з соєво-кунжунним соусом.....	67
Вінегрет з оселедцем.....	67
Салат з грибами та консервованою рибою.....	68
Крабовий салат з кальмарами.....	68
Салат «Гранатовий браслет» зі шпротами.....	69
Салат з морською капустою «Перлина».....	69
Салат фруктовий з креветками.....	70
Салат з кальмарами і лимонною заправкою.....	70
Салат з анчоусами.....	71
Салат із сьомгою «Пікантний».....	71
Салат овочевий з креветками.....	72
Салат із селерою і оселедцем.....	72
Яйця, фаршировані рибною начинкою.....	73
Оселедець під шубою.....	73
Салат з кальмарів з лимонною заправкою.....	74
Бутерброди з анчоусами і помідорами.....	74
Салат «Креветка у відпустці».....	75
Сьомга з огірковим мусом.....	75

Салати і закуски з м'яса і птиці

Салат «Bonito».....	76
Салат «Копчений».....	76
Святковий салат.....	77
Салат «Очманілий».....	77

Салат «Свіжість».....	78
Салат «Полі-Polly».....	78
Салат з кореня селери та курки.....	79
Салат «Радість чоловіків».....	79
Салат «Огірковий» з шинкою.....	80
Салат з печінкою «Пікантний».....	80
Салат «Швидкий».....	81
Салат «Черепаха».....	81
Салат з куркою і сухариками.....	82
Салат «Грецька смаківниця».....	82
Салат з курячою печінкою і беконом.....	83
Салат м'ясний з оливками.....	83
Салат хрусткий з куркою.....	84
Салат із шинки з сиром.....	84
Салат з куркою і яблуками.....	85
Салат м'ясний з морквою по-корейськи.....	85
Салат з яловичини з овочами.....	86
Салат «Празький».....	86
Салат «Лісова галявина».....	87
Салат «Оригінальний» з оливками.....	87
Салат «Помідорчик».....	88
Салат «Язиката Хвеська».....	88
Салат із курки з беконом.....	89
Салат «Улюблений».....	89
Салат-паштет з печінки з грибами.....	90
Салат «Апельсинове задоволення».....	90
Куряче філе з грибами і сиром.....	91
Закуска з інжиром і пармською шинкою.....	91
Салат «Бадьорий».....	92
Салат зі смаженою індичкою.....	92
Буженина пряна.....	93
Кошки з помідорів з салатом із курки.....	93
Салат-закуска «Банкет» в еклерах.....	94
Салат «Беліссімо».....	94
Буженина в медовому соусі.....	95
Салат «Вікторія».....	95
Салат з медовою свининою і пармезаном.....	96
Салат з куркою та авокадо.....	96
Салат з овочами та куркою під сметанним соусом.....	97
Рулет із свинини з сиром фета і шпинатом.....	97
Салат із савойської капусти з куркою.....	98
Салат з чіпсами із лаваша.....	98
Хрусткий салат зі шпинатом і беконом.....	99
Салат з курячою печінкою.....	99
Салат з куркою, виноградом і маслинами.....	100
«Пастрома» з індички з томатною пастою.....	100
Курячий рулет з сиром і грибами.....	101
Салат «Південний берег».....	101
Сальтисон (зельц).....	102
«Техаський» гострий салат.....	102
Рулет курячий з омлетом і шинкою.....	103
Рулет із м'яса з паштетом.....	103
Курячий рулет із грибами.....	104
Салат з курячих шлуночків.....	104
Запечена рулька.....	105
Салат «Східний» з персиками.....	105
Салат з копченою куркою «Зимовий вечір».....	106
Салат з курки і винограду.....	106
М'ясний салат з яблуком.....	107
Салат «Гранатовий браслет».....	107
Рулети із хамону (бекону) з грушею.....	108
Салат «Башта».....	108
Салат «Осінній».....	109
Салат «Везувій» з цикорієм.....	109
Салат «Тарзан».....	110
Салат з курки з помідорами в лаваші.....	110

Салат «Калейдоскоп».....	111
Салат «Вишуканий».....	111
Салат «Строкатий».....	112
Салат з яйцем, беконом і сухариками.....	112
Салат з куркою та ананасом.....	113
Салат з шинкою, селерою і сухариками.....	113
Салат «Хрусткий» з куркою.....	114
Салат овочевий з грінками.....	114
Салат з інжиру, моцарелли і пармської шинки.....	115
Салат «М'ясне асорті».....	115
Салат з курячої печінки.....	116
Салат «Зелений з помідорами».....	116
Салат «Медова курка».....	117
Салат з м'ясом і руколою.....	117
Салат з шинкою і маринованими огірками.....	118
Рулетики з хамону з сирним кремом.....	118
Теплий салат зі спаржею.....	119
Апетитний колодязь.....	119
Рулет з печінкового паштету.....	120
Закусочні кульки.....	120
Салат м'ясний з ананасами.....	121
Салат з печінки «Жадання».....	121
Салат з курячою грудинкою «Ніжніше за ніжне».....	122
М'ясний салат з баклажанами.....	122
Рулетики з шинки.....	123
М'ясний рулет з перцем і оливками.....	123

Салати і закуски з овочів

Салат з маринованими грибами.....	124
Салат з редькою.....	124
Салат-коктейль.....	125
Салат із білої редьки з сиром.....	125
Салат із селери з яблуками і горіхами.....	126
Салат «Хорятіки».....	126
Салат «Уолдорф».....	127
Салат з кавуном і сиром фета.....	127
Салат «По-адигейськи».....	128
Салат «Французький» з фенхелем.....	128
Салат «Яєчний».....	129
Салат з виноградом і апельсином.....	129
Салат «Олів'є» по-вегетаріанськи.....	130
Салат з червоної капусти з цибулею і перцем.....	130
Салат із гарбуза з фетою.....	131
Салат з пекінською капустою та опеньками.....	131
Салат «Родзинка».....	132
Салат з нуту і маслин.....	132
Салат з фетою і цикорієм.....	133
Салат овочевий з цвітної капусти.....	133
Салат «Гурман».....	134
Мариновані печериці з болгарським перцем.....	134
Воловани з пікантною сирною начинкою.....	135
Помідори «Білосніжка».....	135
Салат овочевий з фунчозой.....	136
Башточки з маринованих баклажанів з морквою.....	136
Салат із запечених перців.....	137
Салат з авокадо, перцю і яблука.....	137
Салат «Дипломат».....	138
Салат «Світлофор».....	138
«Барильця» з огірка з кремом.....	139
Салат «Здоров'я».....	139
Салат з маринованих овочів.....	140
Салат «Смарагд».....	140
Салат з редискою, яблуками і сиром.....	141
Салат з нутом і помідорами.....	141
Салат з макаронами і сиром тофу.....	142

Сирні чіпси з лаваша із сальсою.....	142
Баклажани з рисовим салатом.....	143
Фаршировані баклажани з грибами.....	143
Салат «Рокфор» з грушею.....	144
Салат «спіральки» з руколою.....	144
Рулетки з баклажана по-грузинськи.....	145
Сирно-огірковий мус «З любов'ю і ніжністю».....	145
Рулет з лаваша з горіхами і сиром.....	146
Салат із солодкого перцю з бринзою.....	146
Томатна брускета.....	147
Часникові гливи з пряним рисом.....	147
Закуска «Сонечко».....	148
Салат «Лісовий».....	148
Баклажанні рулетки із сиром.....	149
Сирний салат з виноградом.....	149
Помідори з сирними кульками.....	150
Буряк фарширований.....	150
Помідори з сиром і часником.....	151
Салат з апельсинами та моцареллою.....	151
Зелений салат з бальзамічним соусом.....	152
Салат з латуку, редиски та кедрових горішків.....	152
Салат з броколі та винограду.....	153
Літній салат зі свіжої кукурудзи.....	153
Салат «Нірвана» з авокадо.....	154
Грецький салат.....	154
Салат «Універсальний».....	155
Салат з кускусом і овочами гриль.....	155
Салат з чотирьох видів капусти.....	156
Салат з перцем, помідорами і оливками.....	156
Буряк по-корейськи.....	157
Салат з болгарського перцю та сиру.....	157
Салат зі шпинату з сухариками.....	158
Салат в «човниках» з огірків.....	158
Салат зі шпинатом, сиром та полуницею.....	159
Критський салат.....	159
Салат «Овочевий калейдоскоп».....	160
Польський картопляний салат.....	160
Салат «Капрезе».....	161
Салат з печериць зі шпинатом.....	161

Теплі салати і гарячі закуски

Теплий салат з пореєм і морепродуктами.....	162
Теплий салат з куркою і грибами.....	162
Теплий салат із макаронів з креветками і броколі.....	163
Ячні маффіни.....	163
Салат із шинкою і макаронами.....	164
Макарони по-східному з грибами шіітаке.....	164
Теплий салат з пастою, креветками та спаржею.....	165
Печериці в «панамці».....	165
Теплий салат з рису, квасолі та кукурудзи.....	166
Теплий салат із курячої печінки з перцем.....	166
Теплий салат з печінки і винограду.....	167
Італійські хрусткі кульки «Аранчіні».....	167
Пиріг з лісовими грибами.....	168
Піца «Маргарита».....	168
«Оченятка».....	169
Чіпси з лаваша з соусами.....	169
Тофу з мексиканською сальсою.....	170
Зелений салат із смаженим сиром.....	170
«Жульєн» в булочці.....	171
Сосиски в тісті.....	171
Вонтони з м'ясом і креветками.....	172
Японські пельмені «Гедза».....	172
М'ясні кекси з начинкою.....	173
Нагетси.....	173
Язик у кошичку з лаваша.....	174
Куряче суфле з грибами.....	174
Запіканка з картоплею, шинкою та сиром.....	175

Піца-омлет.....	175
Закусочні сметанники з помідорами.....	176
Млинці з ікрою.....	176
Морські гребінці з винно-вершковим соусом.....	177
Гребінці, запечені з сиром Дор Блю.....	177
Мідії, запечені з сирним соусом.....	178
Кіш із броколі з лососем.....	178
Мідії смажені «Піканті».....	179
Креветки в кокосовій стружці.....	179
Кальмари, фаршировані свининою.....	180
Язик з виноградним соусом.....	180
Флан з грудинкою і овочами.....	181
М'ясні кекси з сиром та яйцем.....	181
Баклажани фаршировані.....	182
Пиріг із шинкою.....	182
Жульєн в перці «Смакота».....	183
Печериці фаршировані.....	183
М'ясні кульки.....	184
Форшмачата.....	184
М'ясні колобки з чорносливом.....	185
Теплий салат з грибами і баклажанами.....	185
Картопляне віяло з сиром.....	186
«Хвіст павича» або віяло з баклажанів.....	186
Баклажанові рулетки з овочами.....	187
Крихітка-картопелька.....	187
Гарячі бутерброди сирно-цибульні.....	188
Пиріг з капустою і сиром.....	188
Фаршировані кабачки цукіні.....	189
Кошички з грибами.....	189
Баклажани із сиром і помідорами.....	190
Печериці, запечені з овочами.....	190
Червона риба під ікорним соусом.....	191
Гострий салат із квасолею і креветками.....	191
«Хрусткі» рибні кульки.....	192
Скумбрія, запечена з овочами.....	192
Морські гребінці «Піканті».....	193
Креветки смажені з часником і травами.....	193
Риба в томатному соусі з овочами.....	194
Восьминіг з кальмарами по-неаполітанськи.....	194
Суфле рибне.....	195
Закуска «Пливе, пливе кораблик».....	195
Рулет із свинини з чорносливом.....	196
М'ясні рулетки із зеленню.....	196
Рулет із лаваша з сиром і зеленню.....	197
Картопляні пірамідки.....	197
Рататуй.....	198
«Міні-кіш» з кабачком і шпинатом.....	198
Теплий цибульний салат з м'ясом та грибами.....	199
Брюсельська капуста, фарширована сиром.....	199
Кальмари, фаршировані овочами.....	200
Креветки гострі смажені з часником і перцем.....	200
Мідії у вершковому соусі з шафраном.....	201
Теплий салат з макаронами і спаржею.....	201
Хрусткі вонтони.....	202
Свинячий рулет із грибами й сиром.....	202
Теплий салат з куркою та «бантиками».....	203
Бомбочки крабові.....	203

Додаткова інформація

М'ясо та птиця.....	204
Риба, молюски та креветки.....	206
Соуси і заправки.....	208
Зелень для салатів.....	212
Гриби.....	218
Горіхи і насіння – останній штрих.....	220
Паштети до тарталеток та бутербродів.....	222
Тісто. Технологія виготовлення.....	224