

СОДЕРЖАНИЕ

КАК СОКРАТИТЬ ВРЕМЯ НА ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЩИ 6

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ 26

- Закуски и салаты 27
- Супы 43
- Горячие блюда 54
- Блюда из консервированного мяса 78
- Соусы, подливы, заправки к мясу 96

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ 110

- Закуски и салаты 111
- Супы 120
- Горячие блюда 126
- Блюда из консервированных рыбы и морепродуктов 130
- Соусы и заправки к рыбе 160

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ 176

- Закуски и салаты 177
- Супы 192
- Горячие блюда 203
- Блюда из консервированных овощей и грибов 214
- Соусы и заправки к овощам и грибам 230

БЛЮДА ИЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ И ЯИЦ 238

Закуски и салаты 239

Супы 244

Горячие блюда 249

БЛЮДА ИЗ МУКИ, МАКАРОННЫХ И ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ 258

Блины и оладьи 259

Блюда из макаронных изделий 266

Сэндвичи, гренки, канапе, тарталетки 275

Соусы 305

РЕЦЕПТЫ ДЕСЕРТОВ 310

Фруктово-ягодные десерты 311

Соусы и заправки к десертам 326

РЕЦЕПТЫ НАПИТКОВ 336

Чай и напитки фруктово-овощные 337

Кисели, компоты, морсы и лимонады 342

Кофе и какао 349

Смузи и шейки 354

Безалкогольные коктейли 360