

φ  
1576645

Зоряна Івченко

# Літо на тарілці



УРБІНО

Українське літо — неймовірно щедра пора року, яка дозволяє насолодитися смаками свіжих овочів, ягід, фруктів, зелені та пряних трав. А багатий вибір м'ясних та рибних продуктів дозволяє створювати дивовижні й корисні, іноді незвичні, але такі смачні поєднання!

Останнім часом українці багато мандрують і в різних країнах відкривають для себе нові смаки. І я в цьому плані не виняток! От тільки мені не подобається слухняно копіювати чужі рецепти. Я люблю адаптувати їх під наші українські продукти й реалії, створюючи нові страви. У цій книжці зібрано мої літні рецепти. Упевнена, що з ними ваше літо смакуватиме якнайкраще!

Усі страви в цій книжці я готувала неодноразово й фотографувала сама.

# Зміст

## Салати й закуски

Бургери з овочами й халумі .....	10
Грецький салат з куркою .....	12
Зелений салат із соусом місо .....	14
Літній салат з халумі .....	16
Нісуаз зі свіжим тунцем .....	18
Піца з горошком .....	20
Салат з горошком і грудинкою .....	22
Салат з нектаринами-гриль та брезаолою .....	24
Салат з халумі та ягодами .....	26
Салат із зеленої гречки .....	28
Улюблена кукурудза .....	30
Хеш із тушонки та чимічурі .....	32
Хот-дог по-грецьки .....	34
Хрусткий салат із хроном .....	36
Човники із цукіні .....	38

## Перші страви

Гаспачо з буряком .....	42
Зелений суп з пастою .....	44
Мінестроне з пастою .....	46
Овочевий суп з морським окунем .....	48

Сальморехо .....	50
Суп із фрикадельками та галушками.....	52
Суп-рататуй із фрикадельками .....	54
Цацикі з в'яленим м'ясом .....	56
Юшка з конгріо.....	58

## Другі страви

Грецький курячий кебаб .....	62
Качина грудка з абрикосами.....	64
Качина грудка з вишневим соусом .....	66
Кебаб з ягнячої печінки .....	68
Клефтико .....	70
Курка-барбекю із шовковичним соусом.....	72
Курчата з абрикосами та гірчицею.....	74
Куряча грудка з овочами та сиром.....	76
Куряча грудка «Капрéзе».....	78
Лосось у грецькому стилі .....	80
Макарони із сиром та помідорами .....	82
Паста із сосисками та болгарським перцем .....	84
Рататуй, запечений з ковбасками.....	86
Реберця-барбекю з порічковим соусом.....	88
Рибай з овочами та чимічурі.....	90
Ростбіф з вишневим соусом .....	92
Рулетики із цукіні .....	94
Свинячі відбивні з вишнями .....	96
Смажений «рис» із цвітної капусти .....	98
Стейк із цвітної капусти з песто.....	100
Тефтелі з мангольдом і чимічурі .....	102
Фаршировані кабачки по-ліванськи .....	104
Цукіні, фаршировані рисом з анчоусами .....	106

## Десерти й випічка

Баскський чизкейк із чорницями .....	110
Брауні «Чорний ліс».....	112
Брауні-чизкейк із вишнями.....	114
Булочки-равлики з ревенем .....	116
Вишневий пиріг із заварним кремом.....	118
Відривний хліб з вишнями .....	120
Закритий пиріг з агрусом.....	122
Квадратики-чизкейки з ревенем .....	124
Кекс-чизкейк із вишнями .....	126
Кекси з абрикосами та лавандою .....	128
Кошечки з ягідним курдом.....	130
Липневий ягідний пиріг .....	132
Мигдалевий пиріг з вишнями .....	134
Перевернутий пиріг з абрикосами.....	136
Персиковий пиріг з малиною .....	138
Персиковий пудинг.....	140
Пиріг з агрусом й апельсиновим сиропом .....	142
Пиріг із шовковицею та білим шоколадом.....	144
Пиріг-«печворк» із ягодами .....	146
Полуничний пиріг .....	148
Пончики з вишнями .....	150
Сирний кекс із лохиною .....	152
Слойки з ревенем і полуницями .....	154
Сметанний кекс із полуницями .....	156
Шоколадна галета з вишнями .....	158