

Turinys

iki minučių

Aromatingos krevetės	8
Plakta graikiška kiaušiniene	10
Paprastosios pupelių ir pomidorų salotos.....	12
Krevetės su česnakais ir pipirais	14
Karališkosios krevetės su makaronais ..	16
Šiltos pievagrybių salotos su kumpiu ..	18
Pupelių salotos su kumpiu	20
Kuskusas su avinžirniais ir mėtų padažu.....	22
Makaronai vaikams	24
Makaronai su tunu ir kaparėliais	26
Spagečiai su ančiuviais ir kaparėliais	28
Spagečiai su tunu	30
Kiniški kepti ryžiai su kiaušiniais.....	32
Omletas su mėtomis	34
Vištiena su kaparėliais	36

minučių

Kopūstų ir morkų salotos su medumi ..	40
Vaisių salotos su rūkyta vištiena	42
Rūkytos vištienos ir persikų salotos	44
Pupelių salotos su grybais.....	46
Makaronų salotos su rūkyta žuvimi	48
Keptos vištienos salotos	50
Silkės užkandėlė	52
Brusketą su paprikomis ir gorgonzola ..	54
Paprikų apkepėlė su sūriu	56
Žuvies guliašas su krevetėmis	58
Žuvies suktinukai kiaušinių patale	60
Traškūs lašišos kotletai	62

Upėtakis įdomiau.....	64
Lašiša su peletrūnų ir grietinėlės padažu	66
Makaronai su tunu ir pomidorų padažu	68
Makaronai su tunu ir špinatais.....	70
Itališkas troškinyš.....	72
Vyne troškinta vištiena su pievagrybiais	74
„Čichuan“ vištiena	76
Jautienos ir cukinijų kotletai	78
Maltos mėsos troškinyš su kriauklelėmis	80
Kiaušiniai su feta	82
Sluoksniuotos tešlos lazdelės su kumpiu	84
Skanūs virtinukai.....	86

minutės

Jautienos salotos.....	90
Šparaginės pupelės su kopūstais ir pievagrybiais	92
Avižiniai kotletai	94
Omletas su bulvėmis	96
Omletas su sūriu ir šiltomis grybų salotomis	98
Pyragas su kiaušiniais ir kumpiu	100
Skrebučiai su ožkų sūriu ir spanguolių džemu	102
Pyragėliai su krabų lazdelėmis	104
Baklažanų, paprikų ir pomidorų troškinyš	106
Cukinijų ir pomidorų apkepėlė.....	108

Bulvių apkepas su rūkyta lašiša ir žirneliais	110
Keptos nototenijos su žolelėmis.....	112
Kepti ryžiai su tunu	114
Lašiša, kepta filo tešloje	116
Lašiša cukinijų, grietinėlės ir vyno padaže	118
Lašišos ryšulėliai su žolelėmis	120
Žuvis po traškia plutele	122
Kalakutienos ir baltųjų pupelių troškinys.....	124
Vištų kepenėlės su daržovėmis.....	126
Vištiena su saldžiarūgščiu ananasų padažu	128
Vištienos ir grikių kotletukai	130
Švediškai kotletukai	132
Naminiai mėsainiai	134
Meksikietiška fajita	136
Makaronai su sūriu ir brokoliais	138
Makaronai su žirneliais ir kumpiu	140
Šokoladinis pyragas su graikiniais riešutais	142
Pusryčių keksiukai.....	144



minučių

Pusryčių paštetas	148
Pusryčių batonas	150
Raudonųjų kopūstų salotos	152
Desertiniai blynėliai su obuolių jdaru.....	154
Dešrelės tešlos marškinėliuose.....	156
Rizotas su parmezanu ir citrinomis....	158
Rizotas su porais ir džiovintais pomidorais.....	160

Ryžiai su alyvuogėmis	162
Daržovių troškinys	164
Daržovių kotletai su šoninės juostelėmis.....	166
Keptos daržovės su ančiuviais.....	168
Pomidorų ir cukinijų kepinukai.....	170
Picų paplotėliai su kumpiu ir ananasais.....	172
Lašišos kotletai.....	174
Tiršta lašišų sriuba.....	176
Bulvių ir lašišos apkepėlė	178
Žuvų piršteliai	180
Bulviniai blynai su vištiena.....	182
Česnakinė vištienos filė	184
Vištiena, įdaryta feta ir džiovintais pomidorais.....	186
Vištiena su apelsiniais ir cinamonu ...	188
Vištų krūtinėlės su medumi ir apelsiniais.....	190
Vištiena sūrio patale	192
Vištienos ir krevečių vėrinukai.....	194
Vištienos suktinukai su bazilikais ir kumpiu.....	196
Išpjovos kepsnys „Kasytės“	198
Kiaulienos kepsneliai.....	200
Nugarinės kepsniai su garstyčiomis..	202
Pikantiška kiauliena su cinamonu	204
Maltos mėsos guliašas	206
Maltos mėsos kamuoliukai su paprikomis	208
Suvožtinis su didkepsniu ir kepintais svogūnais	210
Juodųjų serbentų musas.....	212
Braškių ir maskaronės desertas	214