

Блинчики с жареными  
лисичками. Стр. 48





**Борщ с белыми грибами,  
бобами и черносливом. Стр. 28**





Фаршированные перцы,  
кабачки и помидоры. Стр. 45




Фруктовый салат. Стр. 80



Суп Гаспачо. Стр. 98





**Икра из лесных грибов (Стр. 23)  
с морковными котлетами.**







Жульен. Стр.51

Котлеты из кукурузы  
с соевой сметаной. Стр. 56





Летний салат. Стр. 10

Макароны-ракушки, фаршированные овощами. Стр. 54



Кабачковые оладьи. Стр. 50



Ореховый сыр. Стр. 96





Овоци по-тайски. Стр. 94



Пакора с цветной капустой  
и грибами. Стр. 94






Печёная тыква с пшеном, изюмом  
и грецкими орехами. Стр. 44



Полосатые бутерброды  
с саракисовой пастой и авокадо.  
Стр. 26

Помидоры с соевым сыром  
и зеленью. Стр. 9



A top-down view of a white ceramic plate filled with numerous small, dark chocolate shells. Each shell is filled with a golden-brown, textured filling, likely walnut or hazelnut. The shells are arranged in a somewhat circular pattern on the plate. The plate is set on a light-colored, woven placemat. In the upper right corner, there is a text overlay in Russian.

«Ракушки» из чернослива  
и грецких орехов. Стр. 9



**Роллы с морскими водорослями  
чука, сладким перцем, соевой  
спаржей и огурцом. Стр. 90**

Рулетики из баклажанов. Стр. 8





Рулетики из болгарского перца  
с тофу и специями. Стр. 16



Салат из краснокочанной капусты  
с цитрусовыми. Стр. 20





**Салат из пророщенных  
ростков. Стр. 17**



**Салат из розовых помидоров  
и морских грибов. Стр. 8**



Слоёный салат с гранатом. Стр. 13



Ванильный торт из фиников и кешью с миндалем. Стр. 96

Веганская “шуба”. Стр. 8





**Зелёная стручковая фасоль  
с грибами. Стр. 53**

Заливное из грибов. Стр. 7

