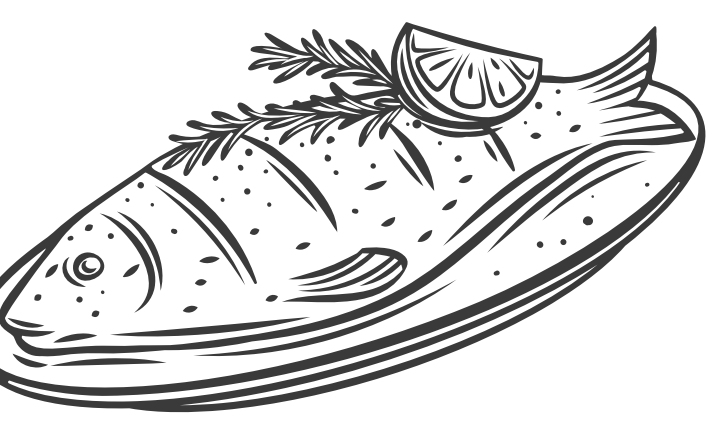


Рекомендації щодо меню ВВФ на двох



Тут ви знайдете все, що потрібно для нашого меню!
На 2 особи

Для страв на грилі

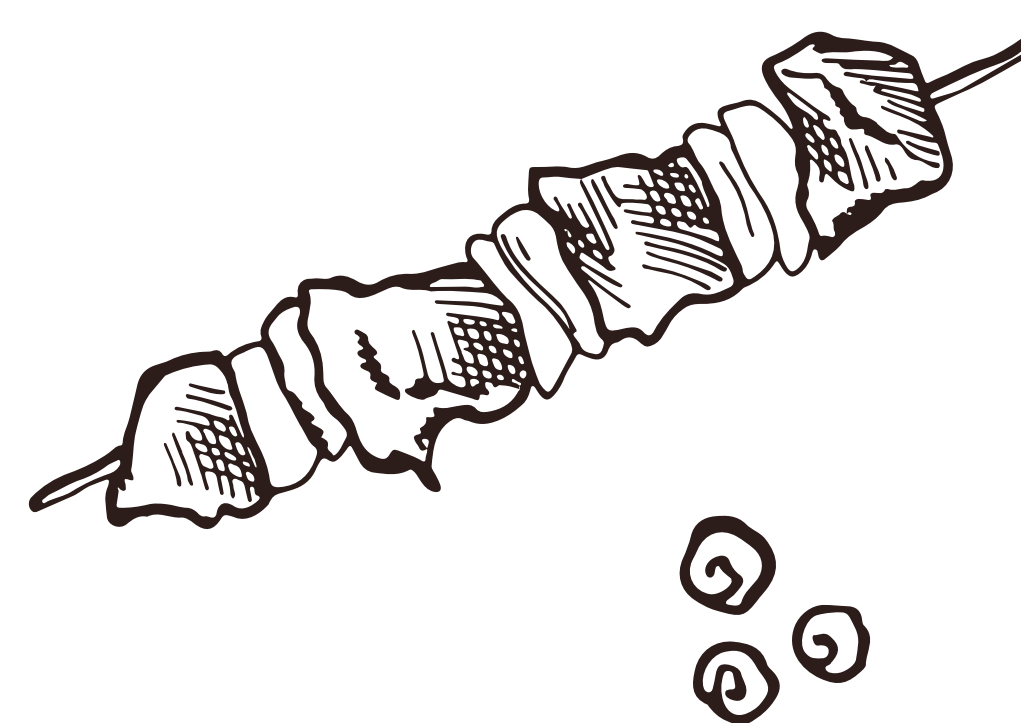
2 філе лосося або форелі
150 г козячого сиру

Молочні продукти

100 г вершкового сиру
50 г грецького йогурту
1 склянка вершків
1 пачка вершкового масла

Інше

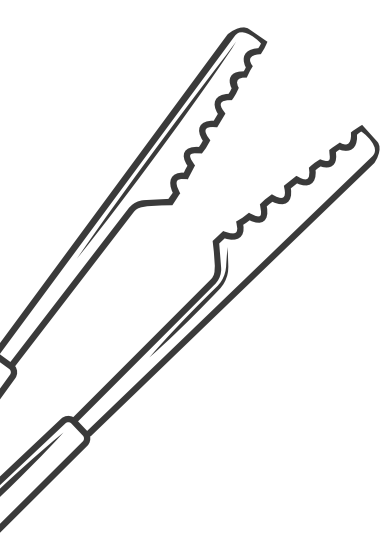
Яблучний оцет
Оливкова олія
1 пакетик агар-агару
Мед
Цукрова пудра
1 заморожений багет з травами
1 упаковка здобного печива
Кубики льоду



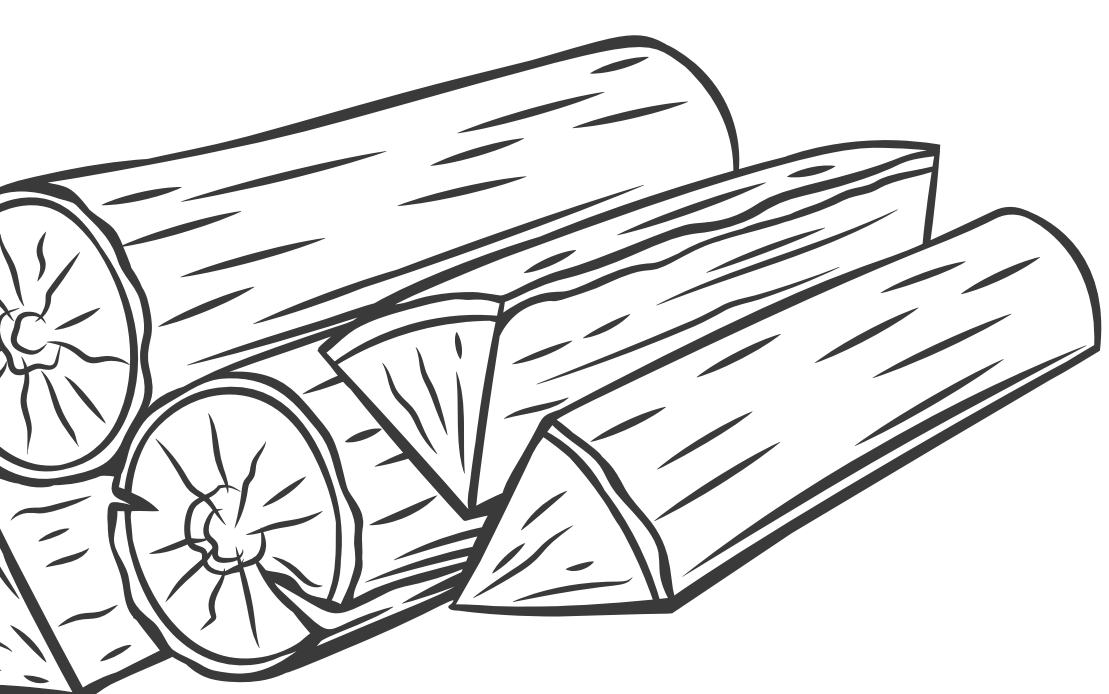
Фрукти & овочі

50 г чорниці
50 г малини
2 шт. стиглих персиків
50 г арахісу
250 мл ананасового соку
4 шт. яблук
3 лимона

1 кавун
200 г замороженої полуниці
1 пучок руколи
250 г помідорів черрі
1-2 шт. зеленої цибулі
1 упаковка в'ялених помідорів
1 склянка томатного соусу



Поради та підказки:



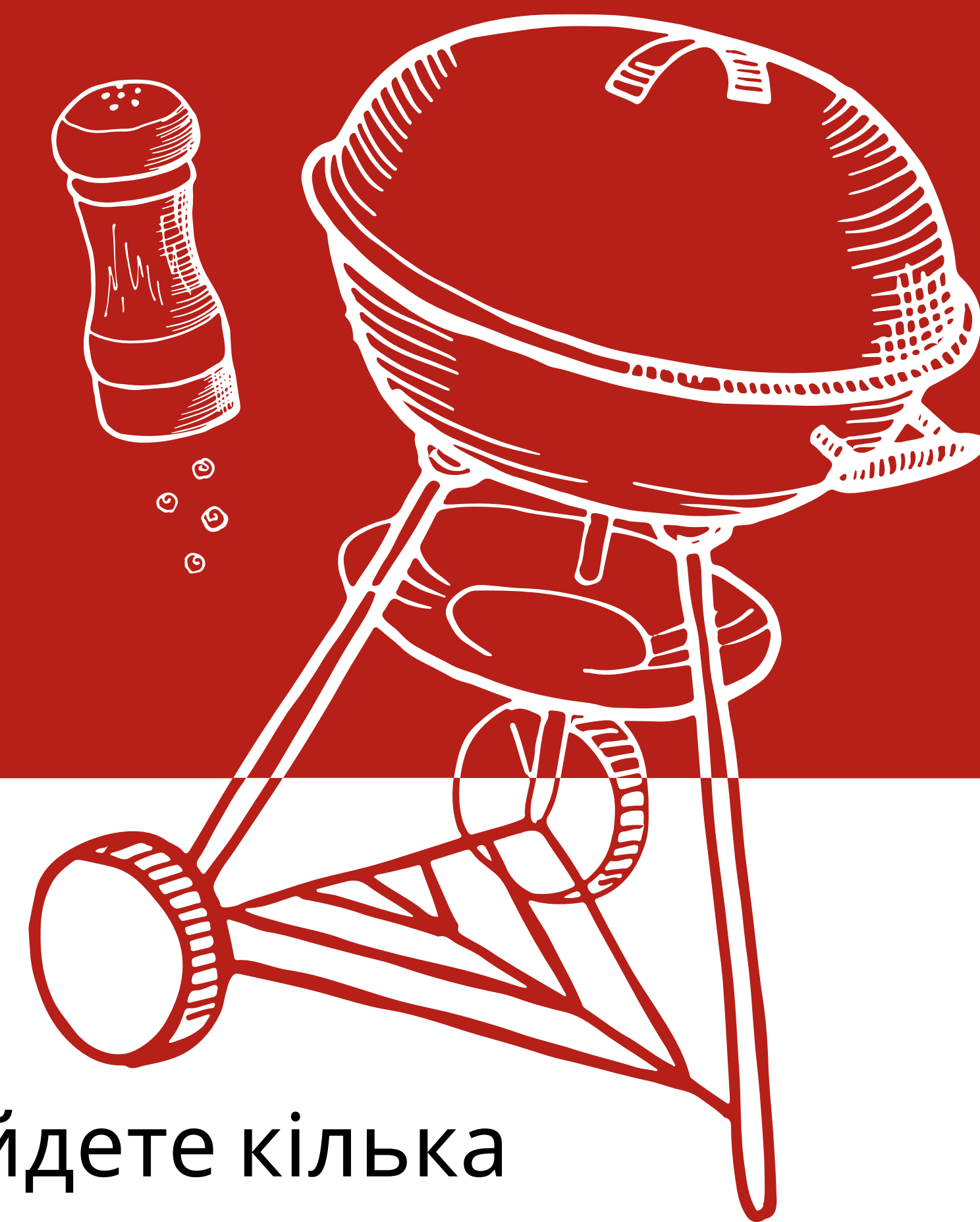
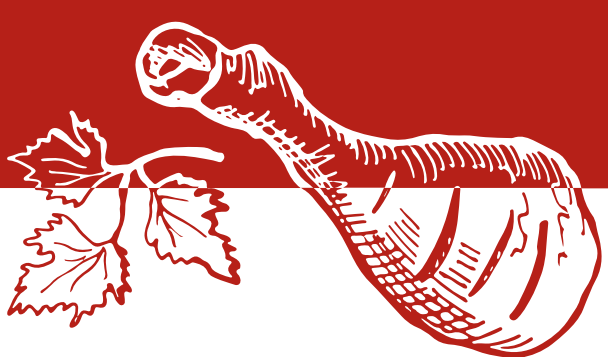
Kotányi Трави & Спеції

Сіль морська йодована
Приправа до морської риби
Цедра лимону
Базилік подрібнений
Трави італійські
Перець чорний мелений
Приправа до гриля та барбекю
Цукрова пудра з ваніллю Бурбон
Розмарин нарізаний



PS: Не забудьте про напої!

Поради та підказки



Щоб у день вашого барбекю було якомога менше стресу, ви знайдете кілька корисних порад щодо рецептів!

Бажаємо вам весело провести час!

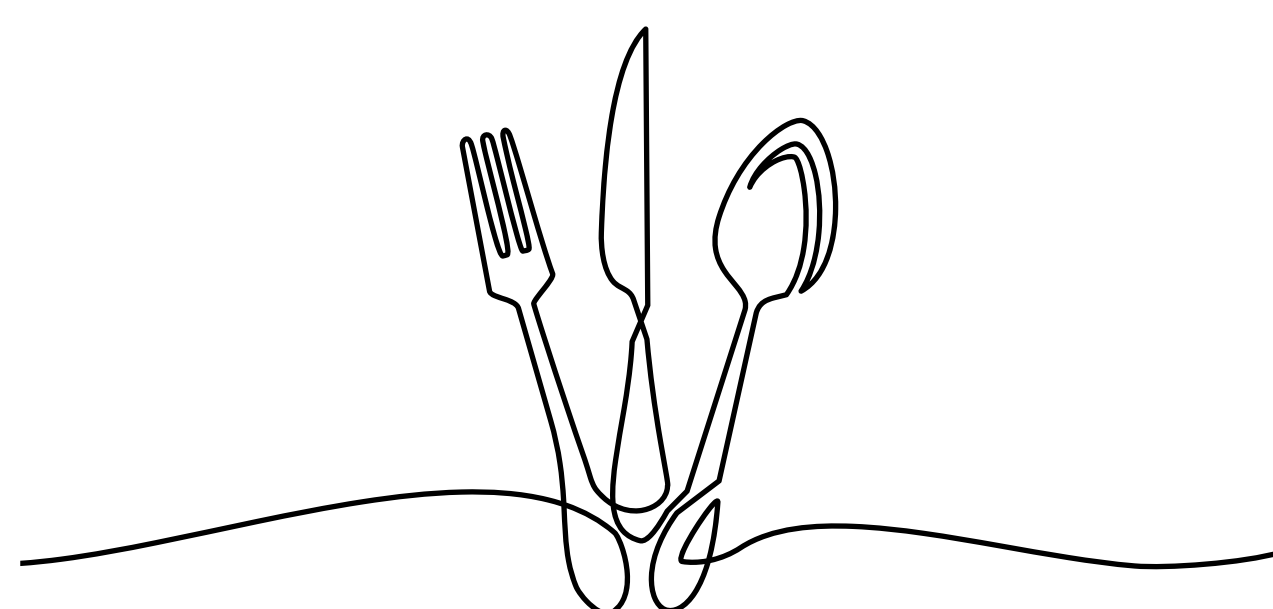
Салат з козячим сиром та персиком-гриль

Час приготування: 15-25 хвилин



Щоб зробити салат веганським, ви можете купити веганський сир-гриль у супермаркетах!

Якщо ви не любите оцет, ви можете легко замінити його невеликою кількістю лимонного соку.



Філе форелі



Час приготування: 55-65 хвилин

Окрім того, лосось і форель можна замінити креветками, або навіть морською рибою!

Для веганів: У великих супермаркетах ви можете знайти філе лосося на рослинній основі.

Для різноманітності ви також можете купити жовті помідори замість червоних помідорів черрі.

Кавуновий моктейль

Освіжає без алкоголю!

1 великий кавун

Сік 2 лимонів

3 ст. л. сиропу агави

300 г замороженої полуниці

Кубики льоду за потребою

1 ст.л. подрібненого розмарину

Малиновий чізкейк

Час приготування: 25-35 хвилин

Ви можете приготувати основу і начинку напередодні, але ягідний топінг повинен бути свіжим.

Замість малини ви, звичайно, можете використовувати чорницю або полуницю.

Щоб зробити чізкейк рослинним, замість молочних продуктів можна купити веганські альтернативи. Ви також можете знайти печиво без масла у великому супермаркеті.

