

## 120 ТТК на вегетарианские (постные) блюда

### ТТК на салаты

- 001 Салатные листья с лопатками зеленого горошка
- 002 Салатные листья с виноградом
- 003 Кресс-салат с пророщенной спельтой
- 004 Листовая свекла с пророщенной пшеницей
- 005 Пестрый салат из моркови, капусты и сладкого перца
- 006 Салат из дайкона и моркови с подсолнечными семечками
- 007 Салат из манго и сладкого лука
- 008 Салат из помидоров с чесноком и кинзой
- 009 Салат из свеклы и моркови с дрессингом из меда
- 010 Салат из радикио и коньячных яблок
- 011 Винегрет овощной
- 012 Винегрет с белой фасолью
- 013 Мексиканский салат с фасолью
- 014 Молодой щавель с капустой, морковью и кукурузой
- 015 Овощная капоната с баклажанами и сладким перцем
- 016 Салат из баклажанов с луком
- 017 Салат в стиле Рататуй
- 018 Салат из брокколи с запеченными перцами и баклажанами
- 019 Салат из водорослей чукка с кунжутом
- 020 Салат из запеченного сладкого перца с арахисом
- 021 Салат из овощей-гриль
- 022 Салат из печеных овощей с кус-кусом
- 023 Салат из печеных овощей с оливками
- 024 Теплый салат из феттучини с шампиньонами
- 025 Пикули (морковь, лук, яблоки, маслины, оливки)
- 026 Пикули (огурцы, морковь, редька, чеснок)
- 027 Пикули (цветная капуста, морковь, лук, яблоки)
- 028 Салат из маринованной капусты с вишнями
- 029 Салат из огурцов в легком маринаде с кориандром
- 030 Шампиньоны маринованные

### ТТК на холодные закуски

- 031 Запеченная тыква, подмаринованная с базиликом
- 032 Икра из баклажанов
- 033 Икра из кабачков
- 034 Икра из сладкого перца с оливками
- 035 Сладкий перец в ореховом соусе
- 036 Сладкий перец в соусе из ежевики
- 037 Летнее кимчи из баклажанов
- 038 Огуречная трава с помидорами и сладким луком
- 039 Хумус с тахини
- 040 Паста из пяти овощей

### ТТК на горячие закуски

- 041 Веджибургер с авокадо
- 042 Веджибургер с обжаренным тофу
- 043 Веджибургер с шампиньонами
- 044 Веджибургер со стейком из баклажана
- 045 Веджибургер со стейком из сладкого перца
- 046 Вьетнамские овощные ролетики
- 047 Картофель, запеченный в фольге
- 048 Картофельные дранники
- 049 Пита Бабагануш
- 050 Пита из цельнозерновой муки
- 051 Полента с оливками
- 052 Тонкая лепешка из цельнозерновой муки
- 053 Тосты с помидорами и греческой брынзой
- 054 Тосты с шампиньонами и баклажанами-гриль
- 055 Тофу, обжаренный в соусе терияки
- 056 Шампиньоны, половинки жареные

#### ТТК на супы

- 057 Борщ вегетарианский
- 058 Щи из свежей капусты
- 059 Щи из квашеной капусты
- 060 Щи из щавеля и крапивы с перловой крупой
- 061 Суп из брюссельской капусты
- 062 Суп из цветной капусты
- 063 Суп Минестроне
- 064 Суп овощной с рисом
- 065 Суп с зеленой фасолью
- 066 Суп с картофелем
- 067 Мисо-суп с двумя видами водорослей
- 068 Суп из фасоли с жареным тофу
- 069 Лапша с овощами и розмарином
- 070 Суп из лапши куксу с китайской капустой
- 071 Лапша с грибами шиитаке и пастой том ям
- 072 Суп лапша грибная
- 073 Грибной суп с перловой крупой
- 074 Суп грибной из свежих шампиньонов с картофелем
- 075 Суп-пюре грибной
- 076 Суп-пюре из сезонных овощей
- 077 Суп-пюре гороховый
- 078 Чечевичная похлебка
- 079 Гаспаччо

#### ТТК на пасту

- 080 Букатини с базиликом
- 081 Букатини с томатным соусом
- 082 Ригатони с зеленым соусом
- 083 Ригатони с кусочками шампиньонов
- 084 Спагетти примавера
- 085 Спагетти с белыми грибами и шафраном
- 086 Фарфалле с брокколи
- 087 Феттучини с зеленой фасолью и кумкватом
- 088 Феттучини с рагу из белых грибов и помидоров

#### ТТК на основные блюда из овощей

- 089 Баклажаны, фаршированные грибами
- 090 Брокколи на пару, с лимонным соком
- 091 Гратен из баклажанов с оливками и маслинами
- 092 Гратен из болгарских перцев с помидорами
- 093 Капустный шницель в сухарях
- 094 Картофель гратен
- 095 Картофель по-деревенски
- 096 Картофель тертый, запеченный из сырого, с оливками
- 097 Картофель, запеченный половинками, с тмином
- 098 Кнедлики со шпинатом и сморчками
- 099 Морковь с зеленым горошком и кукурузой
- 100 Морковь, тушеная с черносливом
- 101 Овощные голубцы из савойской капусты
- 102 Перец сладкий резанный, запеченный с тимьяном
- 103 Рагу из батата, моркови и лука
- 104 Свекла, фаршированная овощами, с красным вином
- 105 Сотэ из баклажанов с помидорами и розмарином
- 106 Шиитакэ с овощами в соусе терияки

#### ТТК на основные блюда из круп

- 107 Греча с жареным луком
- 108 Греча с грибами
- 109 Каша овсяная с вялеными помидорами
- 110 Каша пшеничная с запеченным чесноком
- 111 Каша пшеничная с морковью и сладким перцем
- 112 Кус-кус с лимоном
- 113 Кус-кус с помидорами и розмарином
- 114 Рис с зеленым горошком
- 115 Рис с овощами
- 116 Токпокки с баклажанами
- 117 Фасоль в томатном соусе
- 118 Фасоль с морковью
- 119 Чечевица с луком и пряными травами
- 120 Чечевица с морковью и помидорами