

Меню®

списание за модерно хранене | брой 61 | октомври 2012 | 5 лв. | www.menomag.bg

Италия

Si mangia bene

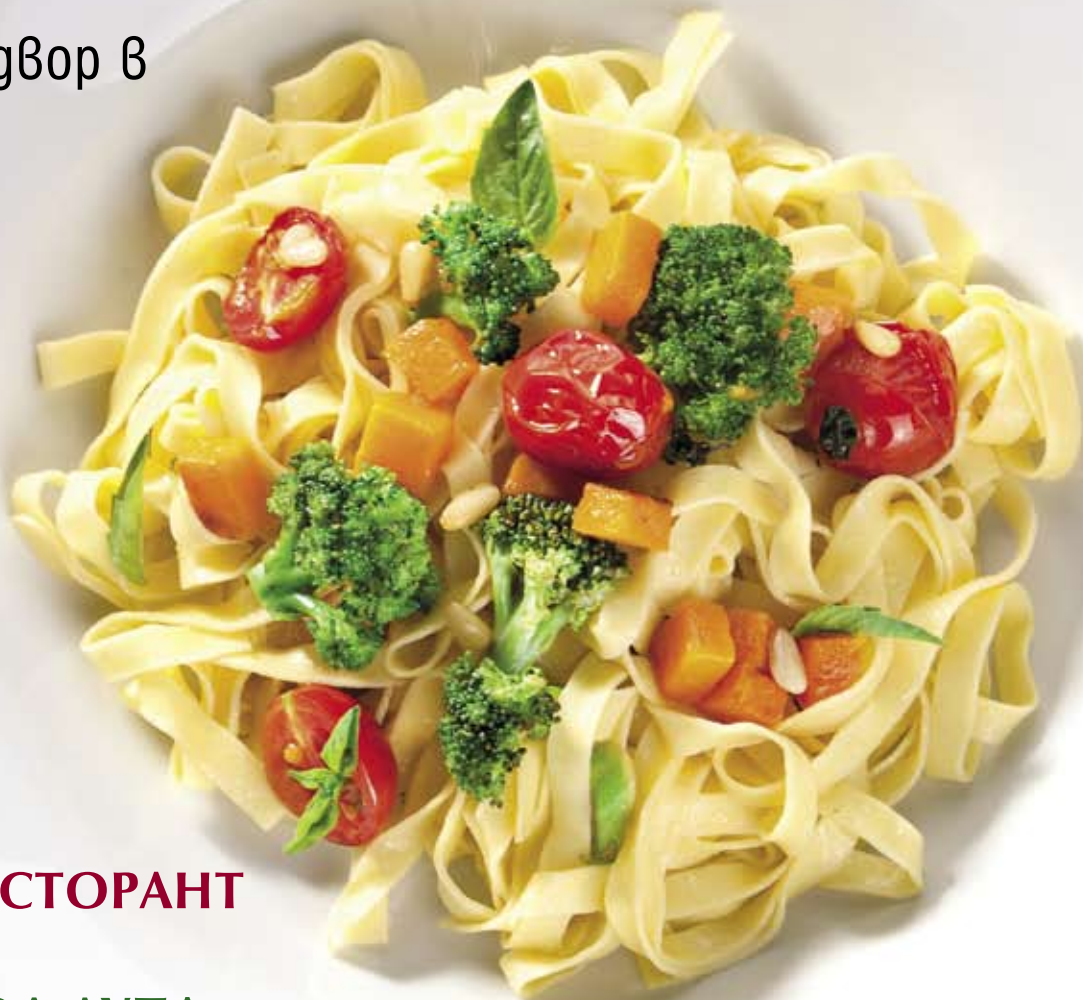
- Да си направим **ДОМАШНА ПАСТА**
- **25 ИТАЛИАНСКИ РЕЦЕПТИ**
- Кулинарни удоволствия в **ПИЕМОНТЕ**
- Диалози: **ВИНО И ПАСТА**

Десерти с **АМАРЕТО**

Ароматният гвор в
ДРАГОМИР

Отбивка в **ПАСТОРАНТ**

ЗЕХТИНЪТ ПОД ЛУПА



Това е откъс от списанието!

Цялото списание може да намерите в Библио.бг

www.biblio.bg





Висша мода, прекрасно вино и невероятна храна. Това е Италия. Може би французите ще се опитат да поспорят, но италианската кухня е на първо място в моята кулинарна карта на света. От Пиемонт до Сицилия всяка хапка на този средиземноморски полуостров е съвършенство от чувствени аромати на зехтин, босилек, пармиджано, сушени домати, чесън, каперси, маслини, нежни морски дарове, моцарела, амарето, кафе...

Всяко кътче от Ботуша си има свой вкус, оформен от историята, географията и природата. От щедрия на масло и пармиджано север до слънчевия маслинен и доматиен юг всяка частица от тази божествена храна е способна да омагьоса завинаги небцето на непредубедения кулинарен пътешественик.

В този брой на „Меню“ ще вкусите Италия във вид на класическа пряка паста, замесена, разточена и нарязана от вас. Ще опитате и сладкиши с дъх на амарето и еспресо. А защо не пробвате да сготвите и своята любима рецепта в италиански стил – просто добавете чесън, зехтин, босилек и малко пармиджано.

С пожелания за италианска страст и вдъхновение в кухнята,

Ивелина Иванова

шеф-готвач



рецепти в броя

БЕЗМЕСНИ ЯСТΙΑ

- 9 ПРЯСНА ПАСТА С ЯЙЦА И ГРИС
- 9 БЪРЗА ПАСТА
- 12 ПАСТА С ЛЕК И БЪРЗ ДОМАТЕН СОС
- 14 АЛИО Е ОЛИО
- 21 РИЗОТО КАРБОНАРА С АСПЕРЖИ И КАРПАЧО ОТ ПУШЕНА ПРОВОЛА
- 25 ПОЛЕНТА С ГЪБЕН СОС
- 25 ПУХКАВИ НЬОКИ С РИКОТА И САЛВИЯ
- 26 БЪРЗИ БЕЛИ КАНЕЛОНИ
- 30 ПЪЛНЕН КАРТОФ С ПАТЛАДЖАН И ГЪБИ
- 31 ТИКВИЧКИ С ПЕСТО И КРЕМ-СИРЕНЕ
- 32 ЗЕЛЕНЧУКОВА ЛАЗАНЯ
- 43 ПЪЛНЕН ЛУК НА ФУРНА
- 43 ПЕЧЕНИ НЬОКИ
- 44 ХЛЯБ С БИГА
- 64 ФУСИЛИ С ПЕСТО ОТ РУКОЛА И ЧЕРИ ДОМАТИ
- 84 ПРЯСНО ЗЕЛЕ НА ФУРНА

ЯСТΙΑ С РИБА

- 12 ЧЕРВЕНА ПАСТА С ПЕСТО И МИДИ
- 20 МОРСКА САЛАТА С МАСТИЛО ОТ СЕПИЯ
- 66 РИЗОТО С КАЛМАРИ

ЯСТΙΑ С МЕСО

- 26 ОРИЗ С ГРАХ ПО ИТАЛИАНСКИ
- 34 ПЕЧЕНО ЛИМОНОВО ПИЛЕ С БРОКОЛИ
- 44 ЗАЕК С ВИНО И ПЕЧЕНИ ЧУШКИ
- 47 ТЕЛЕШКО СЪС СОС ОТ РИБА ТОН
- 64 ТАЛЯТЕЛИ С ПИЛЕ И ШАФРАН



52

ДЕСЕРТИ

- 21 ПАНАКОТА С КАФЕ И ЗВЕЗДЕН АНАСОН
- 28 ОРЕХОВА ЗАКУСКА
- 47 ПЪЛНЕНИ ПРАСКОВИ
- 47 ИТАЛИАНСКИ ШОКОЛАДОВ СЛАДКИШ С ОРЕХИ
- 52 КРОСТАТА С КРУШИ И АМАРЕТО
- 53 БАДЕМОВИ КАНТУЧИНИ ОТ МАРЕМА
- 54 КАПУЧИНО ЧИЙЗКЕЙК



Есенна паста

рецепта от корицата

ПРОДУКТИ:

500 г **прясна паста** **талятели**
 300 г **броколи**, нарязани на розички
 4 с. л. **зехтин**
 200 г **тиква**, нарязана на малки кубчета
 1 малка глава **лук**, ситно нарязана
 2 скилидки **чесън**, ситно нарязани
 200 г **чери домати**, нарязани
сол и **зелен пипер** на вкус

ПРИГОТВЯНЕ:

| 4 порции | 30 мин. |

1. Броколите се бланшират за 2 мин. Във 3 л вряща подсолена вода. Изваждат се и веднага се слагат в съд с ледена вода, за да не потъмнеят.

2. Зехтинът се загрява и се добавя лукът. Разбърква се 3-4 мин. на умерен огън, докато се зачерви. Добавя се тиквата с 1 с. л. вода. Разбърква се, докато омекне. Слагат се подсушените броколи, чесънът и доматицетата. Всичко се разбърква, посолява се и се подправя със зелен пипер на вкус. По желание може да се добави и канка трюфелово олио.

3. Пастата се сварява за 2 мин. Във водата от варенето на броколите, прецежда се и веднага се сипва при зеленчуците. Разбърква се и се сервира.

Меню[®] у дома

време за паста	Паста, суперпаста или хапка есен...6
вещи в занаята	Прясна паста9
модерни традиции	Габриеле Савини - от Адриатика до София.....17
бързи рецепти	За броени минути 23
5 продукта	Великолепната петорка..... 23
ретро закуска	Вкусна есен 30
видеорецепти	Стъпка по стъпка, кадър след кадър 32
свободно меню	Пиемонте: земя на кулинарни удоволствия 36
неустойимо	Сладкиши с амарето..... 48



11



6

Меню[®] за храната

посоки	Come si mangia? 58
меню навън	Да се отбием в „Пасторант“ 61
за виното	Диалози на чаша: паста и вино 68
порция здраве	Гликемичен индекс..... 70
от натура	Ароматният сговор 72
в близък план	Зехтинът под лупа 78
тенденции	Нудълмания..... 82
читателско меню	 84
магазини за храна	 87

78



61



НАШАТА ФИЛОСОФИЯ

Храната е основата, върху която градим всичко. Да, тя поддържа физическото съществуване на човека, но далеч надхвърля ролята на биологично гориво. За нас, в списание „Меню“, храната е общуване и ритуал, вековна култура и акт на творчество, естетика и интелектуално предизвикателство.

Храната трябва да е вкусна и да доставя удоволствие. Пълноценните ястия – приготвени с качествени съставки, с ищадящи продуктите техники и умело подправени, са апетитни, те носят наслада, приятни мигове, хубаво настроение и радост от живота.

Едновременно с това храната изгражда организма ни, настроението ни, здравето ни. Хипократ е казал, че лекарството трябва да е храна, а храната – лекарство. Всички рецепти в списанието ни са **здравословни и балансиранни**, затова и те не са специално обозначени като такива.

В нашите рецепти няма да видите калории. Уверени сме, че читателите ни имат специално отношение към кулинарията и правилна преценка за количествата на храната си. **Мярката** е съществен елемент от правилното хранене и добрия начин на живот.

Съчетаването на храната с **качествено вино** в умерени количества допринася не само за удоволствието от вкуса и от съпреживяването, но и за едно още по-здравословно хранене. Феноменът на средиземноморската диета е доказателство за това. Виното, тази древна напитка на боговете, е съвършеният партньор на вкусната храна.

Всички рецепти в списание „Меню“ са приготвени от шеф-готвач **Ивелина Иванова**, опитани са от екипа ни и са снимани от нашите фотографии. Изключение правят творенията на нашите гости, които също са пробвани и снимани от „Меню“, освен ако изрично не е указано друго. **Гарантираме**, че ако следвате точно рецептите, ще получите желания резултат. Но също така можете да ги разглеждате само като идеи и смело да **експериментирате** на тяхната основа – творчеството в кухнята доставя голяма радост.

В някои от рецептите предлагаме да се използват съставки от конкретни марки. Това е предпочитан и желан от рекламодатели и партньори подход да рекламират своите продукти. „Меню“ гарантира, че въпросният продукт е подходящ за ястието и резултатът ще е добър, но предлаганата марка винаги има **алтернатива** по преценка на читателите.

Категорично се обявяваме **против бързото хранене** в популярния му съвременен градски смисъл. Но приемаме необходимостта в динамичния ни живот да се приготвя „нещо за халване“ сравнително бързо. Ето защо предлагаме „бързи рецепти“ и ястия с „пет продукта“ – те не отнемат много време и усилия, а са пълноценна и вкусна храна. Сангвичите също са полезни, когато са приготвени с добри продукти и балансиран състав.

Тъй като приемаме и уважаваме всички начини на хранене, предлагаме рецепти както за вегани и всички видове вегетарианци, така и за хората, които ядат месо. **Крайностите са ни чужди** и вярваме, че всички тези системи могат да осигуряват както балансирано и пълноценно хранене, така и удоволствие от яденето.

Безкрайно разнообразен е светът на храната и храненето и ние го разглеждаме и харесваме в цялата му многоликост. Предлагаме идеи за ястия от всички кухни по света – **национални или регионални**. Българската кухня е богата и интересна – тя е част от балканската и европейската кулинария. В „Меню“ се отнасяме с интерес и уважение към родната ни традиция и се стараем да откриваме позабравени регионални рецепти или продукти. Но шовинизмът не ни е присъщ и вярваме, че хората по цялата Земя предлагат интересни продукти и вкусни комбинации с тях.

От друга страна, насърчаваме използването на местни продукти и често ги предлагаме като заместители на чуждоземни – за нас има значение **колко километра** е изминал един продукт, преди да се появи в чинията ни.

Тайната на добрата храна е в **продуктите**. Без качествени продукти няма вкусна и полезна храна. Борим се за свят, в който храната ни е от свежи, чисти, сезонни, местни, автентични продукти, пълни със сила, ароматите и вкуса на една съхранена природа.

Устойчивото развитие е важна част от философията на „Меню“ за храната, храненето и продуктите. Дълбоко уважаваме и пишем за онези производители, които са се посветили на мисията да осигуряват на хората екологично чисти продукти с истински вкус.

Природата и нейните дарове са най-голямото ни богатство. Списание „Меню“ вече се печата на **рециклирана хартия** – това е нашият скромнен принос за опазването на планетата ни.

Вярваме, че е нужно в света да се наложи справедливост за хората, които произвеждат храна. Затова подкрепяме организацията и продуктите на „справедливата търговия“ **Fair Trade**.

В „Меню“ сме и за пълноценното оползотворяване на храната, против безотговорното ѝ изхвърляне и за създаването на **хранителни банки**, осигуряващи качествена храна на огромен брой нуждаещи се от нея.

Заставаме и зад международното движение **Slow Food** заради усилията му да открие и възроди автентични местни продукти, сортове и породи по цял свят и да съхрани агро-гастрономическото биоразнообразие на планетата ни.

Философията ни за храната и природата прозира винаги през рецептите на нашите страници в МЕНЮ У ДОМА и е лийтмотив на материалите ни в секцията ЗА ХРАНАТА.

МЕНЮ

брой 61 / октомври 2012 www.menomag.bg

ЕКИПЪТ НА МЕНЮ:

Ивелина Иванова, шеф-готвач, ivelina.ivanova@gourmetbg.eu

Веселина Маринова, главен редактор, vesselina.marinova@gourmetbg.eu

Людмил Хайдutow, редактор, lyudmil.haidutov@gourmetbg.eu

Елена Негриева, графичен дизайн, elena.negrieva@gourmetbg.eu

Драгомир Матеев, **Николай Камбуров**, фотографии

Ирина Гугова, фудстайлинг

Мария Рагославова, арт консултант

Милена Мардова, реклама, milena.mardova@gourmetbg.eu

Ваня Кокошарова, бранд мениджър, vanya.kokosharova@gourmetbg.eu

Десислава Ганчовска, търговски директор, desislava.ganchovska@gourmetbg.eu

Издател: **Емил Коралов** чрез „Гурме Пи Си Ти И“ ООД
ISSN 1312-5923



адрес: **Списание Меню**, София 1528, бул. „Искърско шосе“ 7,
Търговски център „Европа“, сграда 15, офис 1

редакция: 0884 940 748, 0897 823 952, 02/ 951 66 34, 02/ 951 66 37
e-mail: menu@menomag.bg

реклама: 0884 940 751

печат: **БАУБНС ПРИНТ**

хартия:

отпечатано изцяло на рециклирана хартия:

Всички права запазени. Не е разрешено публикуването на това списание или на части от него под каквато и да било форма без писменото разрешение на издателя.



станете ни приятели във фейсбук
<http://www.facebook.com/menomag>



следвайте ни в twitter
[@MENUMagazine](https://twitter.com/MENUMagazine)



гледайте нашите видеорецепти на
www.youtube.com/user/GourmetPublishing



Разглеждайте онлайн списание Меню на
www.issuu.com/gourmet_publishing и на
www.pbox.bg/GourmetPublishing



Вижте нашите рецепти на www.menomag.bg/recepti



легенда на символите:

степен на трудност при приготвяне на рецептата:

○ лесно, ○○ средно трудно, ○○○ сложно



препоръчани напитки:
вино – бяло, розе, червено



бира, аперитив, кафе/чай

- ★ идеи и вариации на рецепти
- ◆ непознати кулинарни термини и продукти
- полезни хрумвания, свързани с някои от продуктите

МЕНЮ готви с продукти на





ИТАЛИЯ

Суперпаста или ханка есен | 6



Прясна паста: техника и цветни тайни | 9
Габриеле Савини,
Executive chef на „Хилтън“ София | 17

и още:

Бързи паста | 23

Пиемонтски Вкусове | 36

Капучино чийзкейк | 54



Паста, суперпаста или ханка есен

„Суперспагети може да спасят лошата репутация на пастата.“ Това заглавие чета в австралийския сайт foodprocessing. „В условията на все по-надигащите се настроения срещу възлехигратите пастата има много ниско реноме.“ Затова започвал съвместен проект между италиански и австралийски университети, които трябва да създадат суперспагетите - полезни, диетични и здравословни. Такива, които няма вече да причиняват висок холестерол, допълва Sky News и изрежда още купища болести.



И как така пастата стана вредна? Кога репутацията ѝ беше толкова нахърнена, че трябва да бъде спасявана от някаква суперпаста?

Отговорът е напълно излишен и предлагам междуременно, докато я измислят, да си отговорим на един друг въпрос: защо пастата е суперхраната - суперстието само по себе си и по цялото земно кълбо? Защото глобално проучване от миналата година на Охфат, цитирано от ВВС, я обявява официално за най-популярното ястие в света - следвано от месото, ориза и пицата. Освен на очакваните държави тя се оказва любима и на Филипините, и на Гватемала, и на Бразилия, и на Южна Африка.

Едно от възможните обяснения е, че пастата е индустриален феномен - лесна е за транспортиране и е с дълъг срок на годност. Храна с търговски ген. За други е много повече културен феномен: хората я обичат, защото обичат италианския начин на живот, и така стават съпричастни с него. И това е вярно. В подкрепа на тази теза се сещам как преди година Тери Гилиъм получи цялостно финансиране за късометражния си филм The Wholly Family от компания - производител на паста. Условията ѝ към режисьора изобщо не били героите в него да ядат паста. Само две: филмът да бъде сниман в Неапол и никой да не умира в него. Има ли някаква по-светла картина от това? Неапол, море, слънце и вечен живот. И така или иначе тя би била невъзможна без купна с вкусна паста, разбира се.

Факт е, че никоя друга страна не е успяла да превърне националното си ястие в безусловно световно. Каквото и да разправят китайците, в Италия става срещата между домата и пастата, което превръща пастата в паста. Също както единствено ирландският национален празник се празнува в цял свят.

И затова има още едно възможно обяснение и то се състои в самата паста: няма друго ястие, чиято свършенна формула между съдържание, форма и сос/пълнеж да предлага на практика безброй вариации.

Съдържанието е вкоренено дълбоко в историята и то започва с, хм, много вредната според някои твърда пшеница, а оттам - и твърдото брашно. Triticum durum е велико цивилизационно откритие. Защото дефиницията за пастата не е брашно и вода, а брашно от твърдата пшеница и вода. Високото съдържание на глютен предпазва пастата от чупене по време на сушенето и ѝ дава този красив и благороден цвят на слонова кост. То е гаранцията и за меката и еластична в същото време структура, която се корени в мистичното и вездесъщо al dente. И това в Италия е кодифицирано със закон: пастата може да се прави само от този тип брашно.

Въпреки че историята е много красива и че винаги ще свързваме името на Марко Поло с пастата, вече знаем, че венецианският пътешественик не е открил пастата в Китай, поради една много проста причина: там той ВЕЧЕ е знаел какво представлява. Най-малкото защото използва думата lagana, за да опише видяното. А тя не е нито от Китай, нито от Суматра, а средновековна латинска дума за тънка палачинка или кора от тесто.

И ако първият цивилизационен пробив е в твърдата пшеница, то втората голяма цивилизационна крачка е благотворният сблъсък между арабския и западния



ПАСТА С ЛЕК И БЪРЗ
ДОМАТЕН СОС







Пиемонте: земя на кулинарни удоволствия

Есента е сезон, когато Пиемонте е в разцвета си. Тогава узрява прочутото грозде небиоло, събират се дивите гъби и трюфелите, прибира се оризовата реколта от равнините на река По и новите сирена излизат от мангрите.



В северозападния край на Италия Алпите обграждат областта Пиемонте от три страни и образуват живописна местност, в която се редуват равнини, долини и хълмисти райони. На запад Пиемонте граничи с Франция, на север - с Швейцария, на изток са равнините на Ломбардия, на северозапад е Вал д'Аоста, Лигурия е на юг, а на югоизток докосва Емилия-Романя. В центъра на областта е долината на река По, която извира от Алпите на запад и се влива в Адриатическо море южно от Венеция, а по пътя си напоява алувиални земи и привлича много притоци. Долината на По е считана за една от най-плодородните равнини в целия свят и благодарение на природните ѝ богатства я наричат Кралската равнина. Почвата в Пиемонте е богата на минерали, климатът - с горещо лято, дъждовна есен и снежна зима, е благоприятен, а изобилието от вода и разнообразните географски особености създават условия за една кулинарна традиция, доста различна от всяка по-познатата ни на слънчева Южна Италия.

В пиемонтската кухня Торино - главният град на региона, заема свое отделно място. Някога столица на Савойското херцогство, после два пъти на Кралство Пиемонте-Сардиния, а след обединението през 1861 и на цяла Италия, Торино осъществява историческата и кулинарната връзка с Франция. По време на своето управление Савойската династия, известна с вкуса си



снимки Пиемонте © www.regione.piemonte.it

към изящното, доразвива местната традиция за дълго хранене, съставено от няколко ястия, и определя кое е изтънчено и кое – не. На трапезата им не се срещат обикновени паста и ризото, а вермут, вино Бароло, трюфели и шоколад. В средата на XVI век савойски херцог внася шоколада от Испания. По примера на кралските особи горещият шоколад се превръща в мода. Пиели го в малка чаша с глътка кафе или така, както се поднася

и днес, като bicerin – на дъното на кръгла стъклена чаша със столче се сипва пласт еспreso, следва пласт шоколад и отгоре – сметана или пълномаслено мляко. В Торино и до днес едно кафене се славя като мястото, в което тази напитка е измислена и представена през XVIII век. Нов етап от историята на шоколада настъпва тогава, когато сладкарите в Торино се научават как да приготвят твърдия продукт. Още е актуален спорът между

>>>





ИТАЛИАНСКИ ШОКОЛАДОВ СЛАДКИШ С ОРЕХИ



КРОСТАТА С КРУШИ И АМАРЕТО



Ароматният двор

Преди няколко години пътувах из островите край далматинския бряг. Времето беше горещо въпреки морския вятър, а дните - пренаситени от етеричните масла на средиземноморските треви. Помислих си, че никога няма да усетя толкова ярък и същевременно успокояващ аромат.

Това лято преминах през портата на един двор в тракийското село Драгомир и разбрах, че тогава на острова съм сбъркал. Уханието на жежкия въздух в първите секунди ме обърка, но постепенно започнах да различавам растенията. „Мащерка, розмарин, лавандула и градински чай, който предпочитам да наричам с латинското и италианското му име салвия“, си казах. Но не беше само това. Тепърва започвах да откривам аромати и истории.





ВИД МАГАЗИН	ИМЕ	АДРЕС	ТЕЛЕФОН
	БалеВ Био Маркет balevbiomarket.com	София, The Mall, бул. „Цариградско шосе“ 115 Пловдив, Mall Plovdiv, ул. „Пещерска“ 8 Варна, ул. „Генерал Колев“ 75	0800 20 333 032 240 229 052 622 213
	Биомаг biomag.bg	София, пл. „Журналист“ 1 София, ул. „Дойран“ 10А София, бул. „Янко Сакъзов“ 50	0886 601 152 0884 940 202 0882 031 090
	Смесен магазин zoya.bg	София, ул. „Аксаков“ 20	0899 884 115
	Бахара	София, ул. „Иван Асен II“ 9	
	Вино и други vinoidrugi.bg	София, ул. „Оборище“ 78	02 843 30 30
	Дар от боговете darotbogovete.bg	София, бул. „България“ 102 София, бул. „Черни връх“ 17	02 854 86 86 02 866 20 04
	Хляб и сирене за приятели Вино и сирене за приятели	София, ул. „Петър Парчевич“ 31 София, ул. „Цар Иван Асен II“ 62	0877 287 773 0877 287 900
	Млекарницата на Добрев dobrev-cheese.com	София, ул. „Фритьоф Нансен“ 31	0884 203 156
	Солунска риба	София, ул. „Дойран“ 11	
	Ciccione	София, ул. „Христо Белчев“ 6	0882 503 040
	Confetti Gastronomia	София, ул. „Граф Игнатиев“ 4	02 988 44 44
	Gastronome frenchgastronome.com	София, ул. „Неофит Рилски“ 63	
	Grand foods grandfoods.bg	София, ул. „Съборна“ 11	02 442 58 62
	I sensi isensi.bg	София, ул. „Аксаков“ 17	02 980 85 04
	La piccola salumeria italianfood-bg.com	София, бул. „Васил Левски“ 101	0876 234 455
	Liu`s kitaiskistoki-lius.com	София, ул. „Пиротска“ 18	02 981 53 29
	My Organic Market Инке Тунке biosluneluna.com	София, ул. „Петър Парчевич“ 48 София, ул. „Юри Венелин“ 1	0878 878 342 0899 523 378
	Puglia pugliabg.com	София, ул. „Костенски водопад“ 45	0882 409 006

Легенда:


Био храни



Деликатеси



Пекарна



Месарница

ВИД МАГАЗИН	ИМЕ	АДРЕС	ТЕЛЕФОН
	Вашата месарница	София, кв. „Красна поляна“, ул. „Вардар“ 1, Базар „Росица“ София, кв. „Иван Вазов“, ул. „Краище“ 7 София, бул. „Христо Ботев“ 38 София, кв. „Ситняково“, ул. „Хемус“ 1	
	Лесигрен, месопродавница	София, бул. „Патриарх Евтимий“ 14	087 925 93 10
	Майстори месари	София, бул. „Мария Луиза“ 89 кв. Обеля, ул. „Георги Караславов“ 12	02 983 26 65
	МДВ Месо, деликатеси и вино	София, жк. „Изток“, ул. „К.Църкелов“, бл. 78 София, жк. „Редута“, ул. „Велчо Атанасов“ 44 София, кв. „Лозенец“, пл. „Хелзинки“, ул. „Димитър Хаджицев“ 3-5	
	Месарница Кравев	Варна, Централен пазар, обект 532	0899 878 860
	Месарница от нашето стопанство	София, бул. „Симеоновско шосе“ 120 София, ул. „Д-р Стефан Сарафов“ 15	0898 779 879
	Моята месарница	София, ул. „Цар Асен“ 42	02 480 5198
	Мусан , верига магазини за екологично чисти продукти	София, пазар „Ситняково“, откъм ул. „Борис Христов“	
	Партньори 1997	София, ул. „Княгиня Клементина“ 3 на ъгъла с ул. „Дебър“	
	ТМ , месарница	София, бул. „Янко Сакъзов“ 84	
	Caramel caramel.bg	София, ул. „Черномен“ 7 София, ул. „Хан Аспарух“ 16	0888 575 7 77
	JoVan jovan.bg	ул. „Ангел Кънчев“ 37	
	MaBaker	бул. „Ген. Михаил Д. Скобелев“ 7 ул. „Г. С. Раковски“ 136	0899 824 623 0886 460 377
	Pain de Paris paindeparis.eu	ул. „Александър С. Пушкин“ 38	02 850 21 67
	Shatz	София, бул. „Фритьоф Нансен“ 37А пазар „Красно село“	
	Sofi sofi-bakery.com	София, ул. „Г. С. Раковски“ 161 Carrefour - The Mall	0895 44 66 08 0895 44 66 18
	Иракчанската пекарна	София, ул. „Цар Симеон“ 75	
	Лафката	София, бул. „Янко Сакъзов“ 34	
	Матрешка matreshka.bg	София, ул. „Ген. Паренсов“ 24	0888 155 795
	Слънце Луна sunmoon.bg	София, ул. „6-ти септември“ 39 София, ул. „Улиям Гладстон“ 18Б	0899 138 411 0897 094 139
	Фурната на „Иван-Асен“	София, ул. „Цар Иван Асен II“ 13	

Кулинарно училище **МЕНЮ**

есен-зима 2012-2013



Кулинарна програма:

Домашна паста

9 и 10 октомври

Основи на захарната декорация

20 и 21 октомври

Класически сладкиши

3 и 4 ноември

Медена коледна къщичка

11 и 12 декември

Меню за празнична вечеря

18 и 19 декември

Захарна декорация: детски торти

26 и 27 януари 2013

Пълнозърнести хлябове

и сладкиши

2 и 3 февруари 2013



За повече информация:

тел.: 02 951 66 37 / 104,

088 850 35 30, 088 494 0748,

e-mail: menu@menumag.bg

Подробна програма за кулинарните курсове на

www.menumag.bg



**Библио.бг - платформа за електронни книги и
списания**

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

