ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ –ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΙΒΗ

ΒΙΒΛΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΩΣ ΠΗΓΕΣ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΣΥΓΓΡΑΜΜΑ
ΤΗΣ
ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΝ ΚΑΙ ΕΥΜΕΘΟΔΟΝ
ΕΙΣ
ΤΗΝ ΑΠΛΟΕΛΛΗΝΙΚΗΝ
ΥΠΟ
ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΣΑΡΑΝΤΟΥ
διηρημένον εἰς Τόμους τρεῖς
ΤΟΜΟΣ Α'.
ΕΝ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΙ,
ΕΚ ΤΟΥ ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟΥ Α. ΕΞΑΡΧΟΥ
1863.

Παλίδου Παρασκευή Άλκηστις

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
Επιβλέπων καθηγητής Ματάλα Λήδα-Αντωνία
Μέλη Γιαννακούλια Μαίρη - Γεωργιτσογιάννη Ευαγγελία

ΑΘΗΝΑ 2005

Ιδιαιέτερες ευχαριστίες στον Κ. Μάκη Παπούλια για την συνεισφορά του σε αυτήν την εργασία.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ....3
1. ΠΕΡΙΛΗΨΗ....5
2. ΕΙΣΑΓΩΓΗ....6
3. ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ....7
4. Η ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΙΤΑ: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ....9
5. ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΩΣ ΠΗΓΕΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ....16
5.1. Ανασκόπηση των μελετών πάνω σε βιβλία μαγειρικής ανά τον Κόσμο....18
5.2 Ανασκόπηση μελετών για την ελληνική γαστρονομία....27
6. ΠΗΓΕΣ - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ....35
6.1 Συλλογή Βιβλίων Μαγειρικής....35
6.2. Επεξεργασία δεδομένων....39
7. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ....41
7.1 Το Κρέας και τα Εντόσθια στις συνταγές των βιβλίων....42
7.2 Τα Πουλερικά και το κυνήγι στις συνταγές των βιβλίων....46
7.3 Τα Ψάρια και τα Θαλασσινά στις συνταγές των βιβλίων....49
7.4 Οι Ζωμοί, τα Αλλαντικά, το Φουα γκρα και η Ζελατίνα στις συνταγές των βιβλίων....51
7.5 Τα Αυγά στις συνταγές των βιβλίών....55
7.6 Τα Γαλακτοκομικά στις συνταγές των βιβλίων....56
7.6 Τα Όσπρια στις συνταγές των βιβλίων....57
7.8 Τα Δημητριακά στις συνταγές των βιβλίων....58
7.9 Τα Λαχανικά στις συνταγές των βιβλίων....59
7.10 Τα Αποξηραμένα φρούτα και οι Ξηροί καρποί στις συνταγές των βιβλίων....61
7.11 Τα Λίπη και τα Έλαια στις συνταγές των βιβλίων....64
7.12 Οδηγός Μαγειρικής Στρατού. Υπουργείο Άμυνας, 1928....65
7.13 Ξένες επιρροές....66
7.14 Οδηγός διδασκαλίας του Μαθήματος της Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914....67
7.15 Τα βιβλία του Θέμου Ποταμιάνου....69
8. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΣΥΖΗΤΗΣΗ....72
9. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ....74
10. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ....79
Παράρτημα 1: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Σαράντη Ν, 1863....79
Παράρτημα 2: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Αλεξιάδη Β, 2η έκδοση, 1905....99
Παράρτημα 3: Κωδικοποίηση των συνταγών του Οδηγού Διδασκαλίας του Μαθήματος της Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914....164
Παράρτημα 4: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Βιτσικουνάκη Α, 1925....180
Παράρτημα 5: Κωδικοποίηση των συνταγών του Οδηγού Μαγειρικής του Στρατού, ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ, 1928....223
Παράρτημα 6: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Τσελεμεντέ Ν., 1938....233

Παράρτημα 7: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Βασιλείου, Μ.Γ., 4η έκδοση, 1949 279
Παράρτημα 8: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής της Παντούλη Α., Αθήνα 1954 299
Παράρτημα 9: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " Η Μαγειρική των Περιστάσεων", Αθήνα, 1943 320
Παράρτημα 10: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " Τα Ψάρια και η Μαγειρική ", Αθήνα, 1956 326
Παράρτημα 11: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " "33 ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ" , Αθήνα, 1965 333

1. ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η ελληνική παραδοσιακή δίαιτα της δεκαετίας του 1951-60 που συσχετίστηκε με την προστασία ενάντια σε πολλά από τα χρόνια νοσήματα, τις τελευταίες δεκαετίες έχει εγκαταλειφθεί σε μεγάλο βαθμό από τον Ελληνικό πληθυσμό που υιοθέτησε νέα πρότυπα διατροφής. Η παρούσα μελέτη στοχεύει στην κατανόηση των αλλαγών που έχουν επέλθει στην δίαιτα των Ελλήνων τα τελευταία 150 χρόνια, αντλώντας πληροφορίες από τα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν στην Ελλάδα κατά την περίόδο 1860-1970. Ιδιαίτερης σημασίας για την προσέγγιση αυτή ενέχουν τα βιβλία μαγειρικής που κυκλοφόρησαν κατά τις δεκαετίες 1950 και 1960, την περίοδο δηλαδή κατά την οποία περιγράφηκε η ελληνική εκδοχή της Μεσογειακής δίαιτας.

Με βάση τη συχνότητα εμφάνισης ορισμένων τροφίμων στις συνταγές όπως επίσης και της χρήση των διαφόρων λιπών και των μαγειρικών μεθόδων που προτείνονται εξετάζεται σε ποιο βαθμό διακρίνεται η Μεσογειακή διατροφή στα διατροφικά σχήματα που προβάλλονται. Στην ανάλυσή μας καταγράφονται επίσης τα τρόφιμα εκείνα που με το πέρασμα των χρόνων έπαψαν να χρησιμοποιούνται, ενώ εξετάζεται ποιες συνταγές αποτέλεσαν πρωτότυπες γαστρονομικές προτάσεις αναδεικνύοντας την ποικιλία και την εφευρετικότητα της ελληνικής κουζίνας. Στα πλαίσια αυτής της προσέγγισης μπορούν να αναφερθούν ως παράδειγμα της διατήρησης παραδοσιακών τροφικών επιλογών τα «Ράμματα», είδος που φύεται στους υφάλους και τα ρηχά θαλασσινά νερά, τα οποία τρώγονταν ωμά με λαδολέμονο ως σαλάτα αλλά και μαγειρεμένα. Σε άλλο βιβλίο του ίδιου συγγραφέα συναντάται μια πρωτότυπη στη σύλληψη της αλλά παραδοσιακή ως προς τα υλικά της, συνταγή για λαδόσουπα με μπλιγούρι.

Τα περισσότερα ωστόσο βιβλία που εκδόθηκαν στην Ελλάδα από τα μέσα του 18^{ου} αιώνα, προβάλουν τα ξένα διατροφικά πρότυπα και εισάγουν στην Ελληνική κουζίνα νέα υλικά. Σε ένα από τα πρώτα βιβλία μαγειρικής που κυκλοφόρησαν στα ελληνικά το 1863 συναντάμε την συνταγή «Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα» η οποία προβάλλεται ως η ελληνική εκδοχή για την ετοιμασία της γαλοπούλας, ένα τρόφιμο που εισήχθη πρόσφατα στην Ελλάδα. Συμπερασματικά θα λέγαμε ότι τα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν στην Ελλάδα μέχρι την δεκαετία του 1960 αγνοούσαν τον πλούτο της παραδοσιακής ελληνικής δίαιτας και πρόβαλαν τα Ευρωπαϊκά διατροφικά πρότυπα προετοιμάζοντας έδαφος για την στροφή που παρατηρήθηκε στη δίαιτα των Ελλήνων τα τελευταία χρόνια.

2. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Όλοι οι πολιτισμοί περιλαμβάνουν σύστημα αξιών, βάσει του οποίου αξιολογούνται τα κοινωνικά, τα ηθικά και τα υλικά αγαθά. Οι συνήθειες φαγητού εντάσσονται και αυτές στο πολιτισμικό σύστημα αξιολόγησης. Στα πλαίσια μιας τέτοιας αξιολόγησης, οι κοινωνίες προσδίδουν σε πολλά τρόφιμα συγκεκριμένα θετικά ή αρνητικά χαρακτηριστικά. Μια τέτοια αξιολόγηση των τροφίμων είναι ευμετάβλητη και παρακολουθεί τις αλλαγές των κοινωνικών αναγκών, των πολιτισμικών προτύπων και της γαστρονομικής κουλτούρας της κάθε εποχής. Οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ των προκαθορισμένων διατροφικών παραδόσεων και της αφομοίωσης των νέων προϊόντων μέσα από την οικονομική ανάπτυξη, τις επαφές μεταξύ των κρατών και το διεθνές μάρκετινγκ τροφίμων καθορίζουν τα διατροφικά σχήματα που ακολουθεί κάθε κοινωνία.

Ο καθένας μας αποκτάει διατροφικές προτιμήσεις και από τις προσωπικές εμπειρίες και μέσω της έκθεσης της τροφής στη συμπεριφορά των συνανθρώπων. Η πράξη δε του φαγητού δεν αποτελεί μόνο κάλυψη των βιολογικών αναγκών, αλλά πολλές φορές και κοινωνικό γεγονός. Οι προτιμήσεις σε διάφορα τρόφιμα, όταν οι βασικές ανάγκες έχουν ικανοποιηθεί, υποδηλώνουν όχι μόνο μια πρόθεση κοινωνικής εμφάνισης αλλά ένα σύνολο στάσεων, σαν να επενδύεται σ' αυτές ο συνολικός «κόσμος» του ατόμου. Οι Αρχαίοι Έλληνες παρατηρούσαν κατά ποιον τρόπο τα διατροφικά έθιμα, οι διατροφικές επιλογές και οι διατροφικοί αποκλεισμοί τους διαφοροποιούσαν από άλλους λαούς-από τους "βαρβάρους".

Έτσι δεν μπορούμε να εξετάσουμε τις διατροφικές συνήθειες των ανθρώπων ως ξεχωριστό κομμάτι από την παράδοση, τις πολιτισμικές επιρροές, τις κοινωνικές συνθήκες, το οικονομικό υπόβαθρο. Η διατροφή δεν είναι μόνο άθροισμα προϊόντων που υπόκεινται σε στατιστικές και διαιτητικές μελέτες. Είναι και συγχρόνως ένα σύστημα επικοινωνίας, ένα σώμα εικόνων, ένα πρωτόκολλο συνηθειών, στάσεων και συμπεριφορών (1). Πίσω από την διαιτητική ταυτότητα του κάθε ατόμου κρύβονται τόσο οι πολιτισμικές καταβολές όσο και οι κοινωνικές και περιβαλλοντικές επιρροές που έχει δεχθεί. Οι ερευνητές που ασχολούνται με θέματα διατροφής λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τους τα έθιμα και τις διατροφικές παραδόσεις όταν πρόκειται να κάνουν διατροφικές συστάσεις (2).

3. ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

Στις αρχές της δεκαετίας του 1960 (3) διαπιστώθηκε ότι τα ενήλικα άτομα που ζούσαν στις περιοχές που βρέχονταν από τη Μεσόγειο θάλασσα, παρουσίαζαν μια από τις χαμηλότερες συχνότητες χρόνιων παθήσεων στον κόσμο, και από τους υψηλότερους προσδοκώμενους μέσους όρους ζωής (4). Αυτές οι στατιστικές υγείας δεν μπορούσαν να εξηγηθούν ούτε από το μορφωτικό επίπεδο των πληθυσμών, ούτε από την οικονομική τους κατάσταση, ούτε από τις παροχές υγείας που παρείχαν τα κράτη, δεδομένου ότι οι κοινωνικοί και οικονομικοί δείκτες των περιοχών αυτών ήταν αρκετά χαμηλότεροι συγκριτικά με τους αντίστοιχους των πιο ανεπτυγμένων χωρών (5).Οι ερευνητές προκειμένου να δώσουν μια απάντηση σε αυτό το ζήτημα, έστρεψαν την προσοχή τους στη δίαιτα που ακολουθούσαν οι πληθυσμοί της Μεσογείου, θεωρώντας την ως το πιο πιθανό αιτιολογικό παράγοντα των παραπάνω στατιστικών.

Το 1961 ο Ελληνικός πληθυσμός παρουσίαζε τα υψηλότερα ποσοστά μακροζωίας σε σχέση με οποιονδήποτε άλλο πληθυσμό της γης σύμφωνα με τα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (6). Μετά το 1960 η προσδοκώμενη διάρκεια ζωής άρχισε να μειώνεται για όλους τους πληθυσμούς των Μεσογειακών χωρών, συμπεριλαμβανομένου και του Ελληνικού. Η μείωση αυτή αποδόθηκε στην αλλαγή της μέχρι τότε δίαιτας (7) που ακολουθούσαν οι λαοί στις περιοχές της Μεσογείου. Αυτό αποτέλεσε και την αρχή μιας σειράς ερευνών πολύ μεγάλου επιστημονικού ενδιαφέροντος σχετικά με τις διατροφικές συνήθειες των Μεσογειακών λαών και τα οφέλη που αποκόμιζαν από αυτές στον τομέα της υγείας.

Όλες οι σημερινές επιδημιολογικές έρευνες επικεντρώνονται στην επίδραση των διατροφικών παραγόντων στην συχνότητα πολλών σύγχρονων νόσων. Μια σειρά από μελέτες ασθενών-μαρτύρων που διεξήχθησαν στην Ελλάδα την τελευταία εικοσαετία, παρέχουν ενδείξεις ότι πολλές μορφές καρκίνου, η στεφανιαία νόσος και άλλα χρόνια νοσήματα σχετίζονται ισχυρά αρνητικά με βασικά στοιχεία της παραδοσιακής Ελληνικής διατροφής (8-13). Τα ευρήματα αυτά είναι συμβατά με ευρήματα και άλλων μεγάλων ερευνών, που είχαν προηγηθεί ή ακολούθησαν τις Ελληνικές έρευνες. Η αυξανόμενη επίπτωση των νοσημάτων αυτών στην διάρκεια των τελευταίων 30 ετών ακολούθησε τη στροφή ενός μεγάλου μέρους του Ελληνικού πληθυσμού προς διατροφικές συνήθειες δυτικού τύπου. Οι αλλαγές αυτές θα

μπορούσαν να αποτελέσουν στόχο προσπάθειας αντιστροφής τους όταν μάλιστα η σχέση μεταξύ διατροφής και νόσου σήμερα κάνει επιτακτική την ανάγκη για στρατηγική πρόληψης και ενθάρρυνσης της δια βίου υιοθέτησης σωστών διατροφικών προτύπων. Το γεγονός αυτό αποτέλεσε αφορμή για την μελέτη των βιβλίων μαγειρικής που κυκλοφόρησαν στην Ελλάδα από τα τέλη του 19^{ου} αιώνα μέχρι τα μέσα του 20^{ου}, δεδομένου ότι η ελληνική παραδοσιακή διατροφή θεωρήθηκε πρότυπο σωστής διατροφής.

Τα βιβλία μαγειρικής ανήκουν στα είδη λογοτεχνίας που συγκεντρώνουν τις περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη εξέλιξη της γαστρονομίας, την ιστορία και χρήση των τροφίμων αλλά και την διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι τα βιβλία μαγειρικής αποτελούν φορείς των διατροφικών συνηθειών ενός λαού οι οποίες επηρεάζουν και επηρεάζονται από τις προσταγές της γαστρονομίας. Από τα παραπάνω γίνεται σαφές ότι για να κατανοήσουμε τις οποιεσδήποτε αλλαγές στην διατροφική συμπεριφορά του ελληνικού πληθυσμού, πρέπει να εξετάσουμε τι επιρροές δέχτηκε η ελληνική γαστρονομία με το πέρασμα των χρόνων και πως αναπτύχθηκαν οι παραδόσεις της μαγειρικής στο συγκεκριμένο και ιδιαίτερο περιβάλλον της Ελλάδας. Κατά συνέπεια ο πιο αξιόπιστος τρόπος για να μελετήσουμε την εξέλιξη της ελληνικής παραδοσιακής δίαιτας και τις επιρροές τις οποίες δέχτηκε, είναι να στραφούμε προς τα βιβλία μαγειρικής τα οποία εκδόθηκαν στην Ελλάδα την περίοδο που μας ενδιαφέρει.

Σκοπός της μελέτης είναι να κατανοήσουμε μια πλευρά των αλλαγών που έχουν επέλθει στην δίαιτα των Ελλήνων τα τελευταία 150 χρόνια, εκμεταλλευόμενοι τον πλούτο των πληροφοριών που παρέχουν τα βιβλία μαγειρικής. Για τον λόγο αυτό επιχειρείται μια πρώτη καταγραφή και ανάλυση ενδεικτικών βιβλίων Μαγειρικής που εκδόθηκαν στην Ελλάδα από τα μέσα του 19^{ου} αιώνα μέχρι και τη δεκαετία του 1970. Μέσα από αυτήν την προσέγγιση εξετάζεται η σύνθεση της Ελληνικής κουζίνας, έτσι όπως φαίνεται στις συνταγές μαγειρικής των βιβλίων μαγειρικής που κυκλοφορούν στην Ελλάδα τις αντίστοιχες χρονικές περιόδους, και πως αυτή εξελίσσεται. Παράλληλα προσδιορίζονται οι επιρροές που δέχθηκε η ελληνική γαστρονομία τα τελευταία 150 χρόνια και τα διατροφικά πρότυπα που προβάλλονται. Επιπλέον εξετάζεται εάν υπήρχαν συνταγές μαγειρικής που περιλαμβάνανε τοπικά Ελληνικά εδέσματα, συνταγές σχετικές με κάποιες *τοπικές σπεσιαλιτέ,* όπως επίσης και συνταγές που αναδείκνυαν την ποικιλία και την εφευρετικότητα της ελληνικής

γαστρονομίας. Τέλος ένα από τα βασικότερα ερωτήματα στο οποίο δίνεται απάντηση είναι εάν, πώς και πότε διακρίνεται η Μεσογειακή διατροφή στα παλιά βιβλία Μαγειρικής. Ιδιαιτέρως μας ενδιαφέρει η περίοδος όπου ταυτίστηκε η ελληνική διατροφή με την Μεσογειακή δίαιτα, δηλαδή η δεκαετία 1951-60.

4. Η ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΙΤΑ: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

Επειδή οι διατροφικές συνήθειες ενός λαού αποτελούν ίσως τον καθρέπτη της γαστρονομικής του κουλτούρας, κρίνουμε χρήσιμο να αναφερθούμε με συντομία σε ότι γνωρίζουμε για την ελληνική δίαιτα. Στόχος μας είναι να παρουσιάσουμε τον αντίκτυπο που είχε αυτή στην υγεία του ελληνικού πληθυσμού από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, έτσι όπως προκύπτει από τις σημαντικότερες μελέτες που έχουν γίνει για την περίοδο που μας ενδιαφέρει αλλά και από κάποιες επιπρόσθετες πηγές. Θα περιγράψουμε επίσης αναλυτικά τι εννοούμε με τον όρο "Μεσογειακή διατροφή".

Πριν την εμφάνιση της γραπτής λογοτεχνίας και ιστορίας, οι γνώσεις μας σχετικά με τις δίαιτες που ακολουθούσαν κατά τα αρχαία χρόνια οι διάφοροι λαοί στην περιοχή της Μεσογείου προήλθαν από την μελέτη των αρχαιολογικών ευρημάτων που βρέθηκαν σε διάφορες παλαιολιθικές, νεολιθικές και μεταγενέστερες θέσεις γύρω από τη λεκάνη της Μεσογείου (14). Αυτά τα αρχαιολογικά ευρήματα περιλαμβάνουν φυτικά και ζωικά υπολείμματα τροφής, διάφορα πήλινα αγγεία, σκεύη, εργαλεία, επιγραφές και είδη τέχνης που διακοσμούνταν με εικόνες τροφίμων. Ο πλούτος των αρχαιολογικών ευρημάτων σε συνδυασμό με την πρώιμη εμφάνιση της λογοτεχνίας και τις άλλες γραπτές μαρτυρίες επέτρεψαν τη μελέτη των διαίτων που επικράτησαν στην αρχαϊκή και κλασσική Ελλάδα, από το 650 έως το 250π.Χ, των πρώτων τεσσάρων αιώνων δηλαδή καταγεγραμμένης ιστορίας.

Από τον Μεσογειακό κόσμο των δυο πρώτων αιώνων της μετά Χριστών εποχής, διασώζονται αρκετές λεπτομερείς επισκοπήσεις των τροφίμων και της διατροφής. Μια από αυτές είναι η μελέτη του Γαληνού «περί τροφών δυνάμεως». Μια άλλη είναι το έργο του Διοσκουρίδη του Αναζαρβέως *"Περί ύλης ιατρικής"*, όπου εξετάζονται οι φαρμακευτικές ιδιότητες διάφορων ουσιών, φυσικών ή τεχνητών, συμπεριλαμβανομένων και πολλών τροφών. Μια τρίτη είναι η *"Φυσική Ιστορία"* του Πλίνιου, όπου μεταξύ πολλών άλλων θεμάτων, περιλαμβάνεται και μια μακροσκελής επισκόπηση των φυτών που καταναλώνονταν από τους Ρωμαίους της

αυτοκρατορικής περιόδου. Μια τέταρτη, λιγότερο συστηματική από τις προηγούμενες, είναι οι *"Δειπνοσοφιστές"* του Αθήναιου, των οποίων το βασικό θέμα είναι η διατροφή της κλασσικής Ελλάδας. Αυτές οι πηγές καθώς και αρκετές άλλες συνέβαλαν στην συλλογή πολύτιμων στοιχείων σχετικά με την ιστορία της εισαγωγής νέων τροφών και γεύσεων στο ελληνικό διαιτολόγιο κατά τη διάρκεια των έξι αιώνων της ελληνιστικής και ρωμαϊκής περιόδου, από το 300π. Χ. έως το 300μ.Χ..

Πάντως τα πιο αποκαλυπτικά στοιχεία πάνω στο θέμα της διατροφής και της γαστρονομίας στην Ελλάδα προήλθαν από τους *"Δειπνοσοφιστές"* του Αθήναιου. Το κεντρικό θέμα τους είναι η τροφή το ποτό, και η διασκέδαση των Ελλήνων και κάποιων από του γειτονικούς λαούς κατά την 1η χιλιετία π.Χ.. Πρόκειται για μια περιληπτική συλλογή του δευτέρου ή τρίτου αιώνα, με αποσπάσματα από κείμενα των κλασσικών ποιητών και συγγραφέων που αναφέρονται σε μια μεγάλη ποικιλία τροφίμων και εδώδιμων ειδών. Εκτός από την περιγραφή των αρωμάτων και των γεύσεων που χαρακτηρίζουν το καθένα από αυτά, δίνονται εξηγήσεις για τον τρόπο προετοιμασίας τους καθώς και τη συμβολή τους στην ετοιμασία απλών γευμάτων ή μεγάλων συμποσίων, γεγονός που υποδηλώνει ότι καταναλώνονταν από ανθρώπους όλων των κοινωνικών τάξεων.

Πρέπει να λάβουμε υπόψη ότι τα στοιχεία που συλλέχθηκαν με βάση τις παραπάνω πηγές εμπεριέχουν λάθη. Τα λάθη αυτά οφείλονται στην φύση των ίδιων των πηγών και στις δυσκολίες που συναντούν οι ερευνητές κατά την αξιολόγηση αυτών. Μερικές από αυτές τις δυσκολίες είναι: η κακή διατήρηση των υλικών, η έλλειψη κομματιών, οι παραλείψεις, οι υποκειμενικές απόψεις, οι ψευδείς πληροφορίες και προβλήματα μετάφρασης, κατηγοριοποίησης, ανάλυσης και χρονολόγησης (14). Παρά τις δυσκολίες αυτές οι ερευνητές αναγνώρισαν την ύπαρξη μιας εκπληκτικής ποικιλίας φυτικών και ζωικών τροφίμων, ψωμιού, μπαχαρικών, γλυκισμάτων, μπύρας και κρασιού τα οποία συνέθεταν την δίαιτα των αρχαίων λαών της Μεσογείου. Βέβαια η παρουσία των τροφίμων σε μια περιοχή αν και επιβεβαιώνει την ύπαρξή τους δεν αποτελεί ένδειξη της συχνότητας κατανάλωσή τους.

Αναφορές σχετικά με το καθημερινό διαιτολόγιο κατά τα αρχαία χρόνια είναι πολύ σπάνιες ιδίως όταν πρόκειται για τον γενικό πληθυσμό. Οι κλασσικοί συγγραφείς συνήθως κάνουν λόγο για τις δίαιτες που ακολουθούσαν οι στρατιώτες ή οι ευγενείς. Στα κείμενα του Ομήρου, οι Έλληνες ήρωες φαίνεται να γευματίζουν

σχεδόν αποκλειστικά με κρέας συνοδευόμενο με μικρές ποσότητες ψωμιού και κρασιού. Τα λαχανικά και τα φρούτα δεν αναφέρονταν παρά σε σπάνιες περιπτώσεις, ίσως γιατί θεωρούνταν "κατώτερα της αξίας των Θεών και των Ηρώων" ενώ το ελαιόλαδο συναντάται μόνο ως είδος καλλωπιστικό ή φαρμακευτικό.

Παρ' όλο που δεν διαθέτουμε πολλές μαρτυρίες που να τεκμηριώνουν τα παρακάτω, ωστόσο δεν χωρά αμφιβολία ότι για οποιαδήποτε συγκεκριμένη περίοδο και για οποιαδήποτε συγκεκριμένη περιοχή του ελληνικού κόσμου, η δίαιτα των φτωχών μεν, αλλά όχι εντελώς άπορων Ελλήνων συνίστατο κατά κύριο λόγο από δημητριακά συνοδευόμενα από κάποια εδέσματα, ακριβώς όπως και των πλουσιότερων. Στην περίπτωση των φτωχών υπήρχε μια μόνο διαφορά, ότι τα εδέσματα αυτά ήταν αυστηρά περιορισμένα. Συνήθως επρόκειτο για πράσινα λαχανικά και ρίζες. Οι φακές, το κριθάρι και το σιτάρι αποτελούσαν τις βασικές τροφές της κλασσικής Ελλάδας, οι φακές ως σούπα, το κριθάρι κυρίως ως πολτός ή παξιμάδι, το σιτάρι ως ψωμί, παρόλο που με όλα τα δημητριακά παρασκεύαζαν και κουρκούτια και χυλούς. Οι τροφές αυτές συνοδεύονταν συνήθως από τον *"οψόν",* αυτό που τρώει κανείς με το ψωμί, δηλαδή τα λαχανικά, το τυρί, τα αυγά, τα ψάρια και λιγότερο συχνά το κρέας. Βέβαια η *Ιλιάδα* και η *Οδύσσεια* παρουσιάζουν ακόμα και τον πιο φτωχό οικοδεσπότη, τον χοιροβοσκό Εύμαιο, να έχει την άνεση να παραθέσει ένα γεύμα με κρέας, ωστόσο ο Ησίοδος που είναι σχεδόν σύγχρονος με τα ομηρικά έπη, συγκαταλέγει ανάμεσα στις στοιχειώδεις τροφές που εξασφαλίζουν την επιβίωση την μολόχα και τον ασφόδελο. Μας αναφέρει επίσης την αγριαγκινάρα, το μέλι και τα βαλανίδια ως τροφές που αναζητούσαν οι συλλέκτες στο δάσος, ενώ το ψωμί αποτελούσε βασικό είδος διατροφής για τον ζευγολάτη. Όσο αυξανόταν ο πλούτος και η επίδειξη, τόσο αυξανόταν και η κατανάλωση κρέατος. Και βέβαια το κρέας που καταναλωνόταν ήταν κυρίως το αρνί και το κατσίκι ενώ το βοδινό και το χοιρινό ήταν σπάνιο.

Εξ όσων μπορούμε να συμπεράνουμε από τα κωμικά αποσπάσματα στους κλασσικούς χρόνους, μια καλή επιλογή ψαριών αποτελούσε το βασικό έδεσμα σε ένα μεγάλο δείπνο ενώ τα θαλασσινά έπαιζαν σημαντικό ρόλο ως ορεκτικά. Άλλωστε η ανάπτυξη της γαστρονομίας στις ελληνικές πόλεις ακολούθησε τελικά πορεία παράλληλη με την ανάπτυξη της αγοράς νωπών ψαριών, και η εξέλιξη αυτή σχετίζεται με την εξάπλωση των αστικών νοικοκυριών, των οποίων το εισόδημα

εξαρτιόταν από την επιχειρηματική δραστηριότητα και όχι από την καλλιέργεια της γης.

Οι σύγχρονοι μελετητές συσχέτισαν τις διατροφικές συνήθειες με την υγεία των αρχαίων πληθυσμών έτσι όπως προέκυψαν από την μελέτη προϊστορικών ευρημάτων, την ανάλυση διάφορων επιγραφών σε τάφους, μνημεία και την εξέταση άλλων πηγών μαρτυριών. Από τα στοιχεία αυτά προέκυψε ότι υπήρχαν διάφορες οδοντικές και άλλες ασθένειες και ότι ο μέσο όρος ζωής στην Αρχαία Ελλάδα και Ρώμη κυμαινόταν μεταξύ 30 και 40 χρόνια (14). Ο χαμηλός προσδοκώμενος μέσος όρος ζωής οφειλόταν πιθανότατα σε κάποιες επιδημίες και εμπόλεμες καταστάσεις παρά στην στέρηση τροφής, μιας και ο μέσος πολίτης φαινόταν να διατρέφεται καλά γεγονός που επιβεβαιώνεται και από τα εκπληκτικά επιτεύγματα του Μεσογειακού πολιτισμού την ίδια εποχή (14).

Η πρώτη συστηματική προσπάθεια διερεύνησης των νεότερων διατροφικών συνηθειών στην περιοχή της Μεσογείου ξεκίνησε λίγο μετά το τέλος του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου. Το 1948, η κυβέρνηση της Ελλάδας σε μια προσπάθειά της να βελτιώσει μεταπολεμικά τις κοινωνικοοικονομικές συνθήκες καθώς και την κατάσταση υγείας της χώρας, προσκάλεσε την "Rockefeller"να αναλάβει την έκβαση μιας μεγάλης επιδημιολογικής μελέτης στο νησί της Κρήτης προκειμένου να προσδιοριστεί ο τρόπος με τον οποίο θα βελτιωθούν με το καλύτερο τρόπο οι συνθήκες διαβίωσης του πληθυσμού. Σε ανταπόκριση προς το αίτημα αυτό το ίδρυμα ανέθεσε στον επιδημιολόγο Leland Allbaugh, να διευθύνει αυτό που τελικά αποτέλεσε μια ασυνήθιστα διαφωτιστική έρευνα, για το "πως η γνώση και τα διάφορα επιτεύγματα των βιομηχανοποιημένων χωρών θα μπορούσαν να ωφελήσουν όσο το δυνατόν περισσότερο και να βλάψουν όσο το δυνατόν λιγότερο μια υποανάπτυκτη περιοχή όπως αυτή της Κρήτης".

Ο Allbaugh και οι συνεργάτες του ανταποκρίθηκαν στις απαιτήσεις σχεδιάζοντας και υλοποιώντας μια εκτεταμένη έρευνα που περιλάμβανε τη συλλογή δημογραφικών, οικονομικών, κοινωνικών, ιατρικών και διατροφικών χαρακτηριστικών των μελών από εκατόν πενήντα οικογένειες του νησιού. Η διαλογή έγινε μέσα από μια προσεκτικά σχεδιασμένη διαδικασία τυχαιοποίησης. Τα αποτελέσματα της παραπάνω έρευνας δημοσιεύτηκαν το 1953 ως μια μονογραφία (15).

Στην έρευνα συμπεριλήφθηκαν μια γενική ανασκόπηση της διαθέσιμης τροφής στην Ελλάδα, η συμπλήρωση ερωτηματολογίων που αφορούσαν μεθόδους μαγειρικής, καθημερινά διαιτολόγια και έξοδα φαγητού, ερευνήσει της εγχώριας παραγωγή τροφίμων και των τρόπων επεξεργασίας και κατανάλωσης των τροφίμων, καταγραφή της διαιτητικής πρόσληψης για ένα διήμερο των εγκύων και γυναικών που θήλαζαν, παιδιών ηλικίας 7 έως 19 ετών και άλλη μια για παιδιά ηλικίας 1 έως 6 ετών το οποίο συμπλήρωναν οι γονείς. Το πιο σημαντικό μέρος της έρευνας αποτελείτο από μια 7ήμερη καταγραφή του βάρους των τροφίμων που συλλέχθηκαν από 120 οικογένειες, μια 7ήμερη καταγραφή διαιτητικής πρόσληψης που συμπλήρωσαν 500 άτομα από αυτές τις οικογένειες, και ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που χορηγήθηκαν σε 765 οικογένειες. Η συλλογή όλων αυτών των δεδομένων πραγματοποιήθηκε το φθινόπωρο από εθελόντριες νοσοκόμες του Ερυθρού Σταυρού, οι οποίες μετά την 5ήμερη εκπαίδευση που ακολούθησαν, εγκαταστάθηκαν στις γύρω περιοχές και πραγματοποιούσαν καθημερινές επισκέψεις στα σπίτια των ερωτηθέντων του δείγματος. Το έργο τους ήταν υπό συνεχή επίβλεψη ενώ η εγκυρότητα των δεδομένων που συλλέγονταν επιβεβαιωνόταν με διάφορους ελέγχους. Είναι δύσκολο να φανταστεί κανείς την πραγματοποίηση μιας τόσο περίπλοκης και μεγάλης έρευνας σήμερα με εκείνα τα δεδομένα.

Τα στοιχεία που προέκυψαν από την έρευνα έτσι όπως δημοσιεύτηκαν από την ένωση “Rockefeller” ήταν τα εξής: οι προμήθειες των διατροφικών αγαθών που αντιπροσώπευαν τις διαθέσιμες ποσότητες τροφίμων στην Ελλάδα ήταν υψηλότερες για τα δημητριακά και τη ζάχαρη αλλά χαμηλότερες για τις πατάτες, τα όσπρια, τους ξηρούς καρπούς, το λάδι και τις λιπαρές ύλες σε σχέση με αυτές που παρατηρήθηκαν μέσα από την μελέτη των διατροφικών προσλήψεων στην Κρήτη κατά την περίοδο 1948-49. Όπως θα συζητηθεί παρακάτω αυτές οι διαφορές μπορούν να αποδοθούν σε τυχαία και συστηματικά λάθη που σχετίζονται με τις μεθόδους προσδιορισμού των διαιτητικών προσλήψεων. Για παράδειγμα, ο Allbaugh αποδίδει τις μικρότερες ποσότητες αλκοολούχων ποτών που καταγράφτηκαν στις διατροφικές προσλήψεις ενώ ήταν πολύ μεγαλύτερες γεγονός που επιβεβαιώθηκε από τις προμήθειες τροφίμων ή τα στοιχεία οικογενειακού προϋπολογισμού, στο συστηματικό “underreporting”. Τα φυτικά τρόφιμα (π.χ. δημητριακά, όσπρια, σπόροι, πατάτες, λαχανικά και φρούτα) αντιπροσώπευαν το 61% της συνολικής ενέργειας στη διατροφή των Κρητικών, το 74% της ενέργειας των προμηθειών τροφίμων στην

Ελλάδα και το 37 % της ενέργειας των προμηθειών τροφίμων στις Ηνωμένες Πολιτείες. Οι τροφές ζωικής προέλευσης (π.χ. κρέας, ψάρι, αυγά και γαλακτοκομικά προϊόντα) συνεισφέρανε μόνο το 7 % της συνολικής ενέργειας στην Κρητική δίαιτα, έναντι 19% της ενέργειας στις προμήθειες τροφίμων στην Ελλάδα(food supply) και 29% της ενέργειας στις προμήθειες τροφίμων στις Ηνωμένες Πολιτείες. Το 29% της ενέργειας στην Κρητική δίαιτα προερχόταν από τις λιπαρές ύλες που χρησιμοποιούνταν στο τραπέζι ενώ στην Ελλάδα και τις Ηνωμένες Πολιτείες το αντίστοιχο ποσοστό έναντι των προμηθειών τροφίμων ανερχόταν στο 15%. Παρόλ' αυτά στη Κρήτη, το 78% του επιτραπέζιου λίπους προερχόταν από τις ελιές και το ελαιόλαδο. Η συνολική ποσότητα λιπαρών από όλες τις πηγές στην Κρητική δίαιτα, συμπεριλαμβάνοντας και «κρυμμένες πηγές» από τα ζωικά τρόφιμα, ήταν 107g./d , δηλαδή περίπου 38% της συνολικής ενέργειας, ποσοστό αντίστοιχο των προμηθειών τροφίμων για τις Ηνωμένες Πολιτείες στα τέλη του 1940 (14) και αναμφισβήτητα υψηλότερο των σημερινών συστάσεων για τη μείωση των παραγόντων κινδύνου για τα χρόνια νοσήματα (16-18).

Ως συμπέρασμα αναφέρθηκε ότι " οι ελιές, τα δημητριακά, οι καρποί, τα όσπρια, τα άγρια χόρτα, τα μυρωδικά και τα φρούτα, σε συνδυασμό με μικρές ποσότητες κατσικίσιου κρέατος, γάλακτος, κυνηγιού και ψαριού, συνέθεταν την Κρητική δίαιτα για 40 αιώνες. Δεν υπήρχε γεύμα που να μην συνοδεύεται από το ψωμί, ενώ οι ελιές και το ελαιόλαδο συνέβαλαν σημαντικά στην πρόσληψη ενέργειας. Χαρακτηριστικά να αναφέρουμε ότι το φαγητό φαινόταν "να κολυμπάει στο λάδι". Επίσης το κρασί ήταν ένα ακόμα είδος συχνής κατανάλωσης. Συνόδευε το δεκατιανό, το απογευματινό και το βραδινό γεύμα.

Ο Allbaugh στην προσπάθειά του να συσχετίσει τα διατροφικά δεδομένα που συγκέντρωσε με την υγεία του πληθυσμού, επισήμανε τους εξής περιορισμούς στην έρευνά του: την έλλειψη στοιχείων όσο αφορά τη σύσταση των Κρητικών τροφών και την έλλειψη κλινικών και βιοχημικών μελετών που αφορούσαν τον πληθυσμό της Κρήτης. Από την έρευνα αυτή στην Κρήτη, κάποια μικρά διατροφικά προβλήματα που εντοπίστηκαν, δεν αφορούσαν παρά έναν πολύ περιορισμένο αριθμό οικογενειών, οι οποίες ζούσαν κάτω από συνθήκες φτώχιας λόγω μικρού εισοδήματος και μικρής εγχώριας παραγωγής τροφίμων. Στο σύνολό τους, οι δίαιτες που ακολουθούσε ο πληθυσμός κρίθηκαν διατροφικά κατάλληλες, καθώς ανταποκρίνονταν στις διατροφικές συστάσεις των Ηνωμένων Πολιτειών για την

εποχή (14). Οι ερευνητές ανάφεραν χαρακτηριστικά ότι η δίαιτα και τα ποσοστά κατανάλωσης των τροφίμων ήταν "…κατ' έκπληξη καλά. Επίσης οι διατροφικές συνήθειές τους και τα διατροφικά τους πρότυπα ήταν άριστα προσαρμοσμένα τόσο στους φυσικούς και οικονομικούς τους πόρους όσο και τις ανάγκες τους".

Ωστόσο κάποια άτομα του δείγματος δεν συμμερίζονταν την ίδια αισιόδοξη άποψη με τους ερευνητές. Ο Allbaugh ανάφερε ότι μόνο μια στις έξι ερωτηθέντες οικογένειες ήταν ευχαριστημένοι και έκριναν ως ικανοποιητικό το τυπικό τους διαιτολόγιο. Συγκεκριμένα παραθέτει την δήλωση μιας οικογένειας η οποία ισχυρίζεται ότι " τις περισσότερες φορές πεινάμε". Παρακάτω φαίνεται η λίστα με τα πιο επιθυμητά για την βελτίωση του διαιτολογίου τους τρόφιμα, κατά σειρά προτεραιότητας, έτσι όπως τα ανέφεραν οι ερωτηθέντες: κρέας, ρύζι, ψάρι, ζυμαρικά, βούτυρο, και τυρί. Η πλειοψηφία αυτών (72%) ανέφερε το κρέας ως το πιο επιθυμητό τρόφιμο. Με βάση αυτές τις απόψεις ο Allbaugh συμπέρανε ότι η δίαιτα των Κρητικών θα μπορούσε να βελτιωθεί με την παροχή περισσοτέρων τροφίμων ζωικής προέλευσης.

Παρά την πληθώρα των πληροφοριών που συγκεντρώθηκαν με την έρευνα της Rockfeller Foundation, το ενδιαφέρον σχετικά με τις επιπτώσεις της Μεσογειακής δίαιτας στην υγεία αρχίζει να εμφανίζεται με την δουλειά του Ancel Keys. Το 1952, εντυπωσιασμένος από τα πολύ χαμηλά ποσοστά καρδιαγγειακών παθήσεων στην περιοχή της Μεσογείου, ξεκινάει μαζί με τους συνεργάτες του μια σειρά από έρευνες σχετικά με διατροφικούς και άλλους παράγοντες κινδύνου των στεφανιαίων νόσων, σε 7 χώρες (19).

Ξεκινώντας στις αρχές του 1950, και για τα επόμενα 20 χρόνια, ο Keys και οι συνεργάτες του αναγνώρισαν διατροφικούς και άλλους παράγοντες κινδύνου για τη στεφανιαία νόσο, μέσα από την παρακολούθηση σχεδόν 13.000 ανδρών μέσης ηλικίας από τις 7 χώρες, σε 16 cohorts (20-21). Από τα στοιχεία που συλλέχθηκαν, επιβεβαιώθηκε ότι οι Μεσογειακές δίαιτες στις αρχές του 1960 βασιζόντουσαν κυρίως σε τροφές φυτικής προέλευσης, και κάποιες από αυτές ήταν ιδιαίτερα υψηλές σε πρόσληψη λιπαρών(κυρίως ελαιόλαδου) σε σχέση με την αναμενόμενη για την τόσο καλή υγεία ενός πληθυσμού. Η μελέτη των 7 χωρών, όπως επιβεβαιώθηκε και από μεταγενέστερες έρευνες (7, 22, 23) αποτέλεσε την βάση των διατροφικών συστάσεων έτσι όπως προτείνονται σήμερα από την πυραμίδα της Μεσογειακής διατροφής (24).

Επειδή η Κρητική δίαιτα, έτσι όπως ήταν διαμορφωμένη στα μέσα της δεκαετίας του 50 μέχρι και τις αρχές του 60, συσχετίστηκε ιδιαίτερα με την πολύ καλή υγεία στις μελέτες του "Keys", αποτέλεσε και το πρότυπο της Μεσογειακής διατροφής. Καθώς το ελαιόλαδο αποτελούσε την κατεξοχήν πηγή λιπαρών στην Κρητική δίαιτα, σε αντίθεση με τις βόρειες περιοχές όπου το βούτυρο και η μαργαρίνη ήταν οι κύριες πηγές λιπαρών, ο όρος Μεσογειακή διατροφή υιοθετήθηκε για τις δίαιτες που ακολουθούσαν οι ελαιο-παραγωγικές περιοχές της Μεσογείου.

Κατά αυτό τον τρόπο, ο όρος Μεσογειακή διατροφή χρησιμοποιείται αναφερόμενος στις διατροφικές συνήθειες που συμπίπτουν με αυτές των Κρητικών κατά την περίοδο 1950-60 και των άλλων περιοχών της Μεσογείου όπου η βασική πηγή λιπαρών ήταν το ελαιόλαδο. Τα στοιχεία που προέκυψαν από τις μελέτες του Rockfeller foundation στην Κρήτη και των 7 χωρών αποτελούν ουσιαστικά τα πρώτα ερευνητικά δεδομένα για την διατροφή των Ελλήνων μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο.

5. ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΩΣ ΠΗΓΕΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ

Οι διατροφικές συνήθειες αποτελούν μέρος της πολιτιστικής ταυτότητας του ατόμου. Κληρονομούνται μαζί με τα άλλα πολιτισμικά στοιχεία και μεταφέρονται ως γαστρονομική κουλτούρα του κάθε τόπου, μέσα από την λογοτεχνία και άλλες πηγές από γενιά σε γενιά. Κάθε προσπάθεια κατανόησης της τρέχουσας πραγματικότητας σε σχέση με τη διατροφή και τις διαιτητικές συνήθειες, προϋποθέτει τη γνώση της εξέλιξης της γαστρονομίας μέσα από την επισκόπηση του παρελθόντος.

Μέσα από τους αιώνες η γαστρονομία αποδείχθηκε μεγαλύτερη πολιτιστική δύναμη μεταξύ των λαών του κόσμου από τη γλωσσολογία ή άλλες επιδράσεις. Ο Ανθέλμος Brillat-Savarin, ο μεγάλος Γάλλος επιγραμματολόγος και γαστρονομική αυθεντία του τέλους του 18^{ου} και των αρχών του 19^{ου} αιώνα, ονόμασε γαστρονομία "την ευφυή γνώση παντός ότι αφορά στη διατροφή του ανθρώπου". Είναι η τέχνη της επιλογής, της ετοιμασίας, του σερβιρίσματος και της απόλαυσης του καλού φαγητού. Η χρήση της φωτιάς με την οποία ο πρωτόγονος άνθρωπος μαγείρευε την τροφή του, ήταν το πρώτο σημαντικό βήμα για την δημιουργία της γαστρονομίας και την δημιουργία των πρώτων φαγητών. Ανεξαρτήτως του τρόπου με τον οποίο ο άνθρωπος

έμαθε να μαγειρεύει την τροφή του, ένα είναι σίγουρο, πως αυτό οδήγησε στην εξέλιξη της δίαιτάς του.

Από την άλλη μεριά, η ανακάλυψη της τυπογραφίας έπαιξε και αυτή τον ρόλο της. Η κυκλοφορία βιβλίων μαγειρικής σε έντυπη πλέον μορφή συνέβαλε στην γρήγορη εξάπλωση γαστρονομικών γνώσεων σε ολοένα και μεγαλύτερη μερίδα του πληθυσμού. Μέσα από τα βιβλία μαγειρικής διαδόθηκαν καινούριες θεωρίες και ιδέες σχετικά με την προετοιμασία του φαγητού και επήρθαν νεωτερισμοί στην κουζίνα και κατά συνέπεια την δίαιτα των πληθυσμών. Βέβαια η διάδοση της χρήσης των βιβλίων μαγειρικής έγινε δυνατή μόνο αφότου ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού είχε πρόσβαση στη μόρφωση και αρκετοί άνθρωποι έμαθαν να διαβάζουν και να γράφουν.

Ας δούμε όμως πιο αναλυτικά τι εννοούμε λέγοντας βιβλίο Μαγειρικής. Ο όρος "Βιβλίο Μαγειρικής" καλύπτει ένα πολύ ευρύ πεδίο. Κάποια είναι αυστηρά βιβλία συνταγών μαγειρικής. Κάποια άλλα περιέχουν γενικές πληροφορίες για τον σχεδιασμό ενός γεύματος, την επιλογή και την αγορά των τροφίμων και κάποια έχουν λίγες συνταγές και περισσότερες πληροφορίες πάνω στην ιστορία, την προέλευση και την χρήση των τροφών. Τέλος διαθέτουν ένα θαυμάσιο απόθεμα ιστοριών: ιστορίες για τα τρόφιμα και την προέλευσή τους, ιστορίες σχετικές με την ονομασία των συνταγών. Παρακάτω αναφέρονται μερικά παραδείγματα: "Μπελτέ" οι Αιτωλοί καλούσαν τα γλυκά του κουταλιού όπως το κυδώνι, το μήλο, το βύσσινο, και σπανιότερα το καρύδι, το νεράντζι και το κίτρο, τα οποία τα προσέφεραν στους καλεσμένους τους σε κούπα ή κεσέ (25). Ο ανανάς "pineapple" είναι ένα φρούτο που προέρχεται από τις Δυτικές Ινδίες. Όταν οι Ισπανοί εξερευνητές πρωτοαντίκρυσαν αυτό το φρούτο σκέφτηκαν ότι έμοιαζε με ένα γιγαντιαίο κώνο πεύκων "pina" και έτσι το ονόμασαν *pina.* Το όνομα μετατράπηκε τελικά σε *pineapple* προκειμένου να ξεχωρίζει από τους κώνους των πεύκων. Οι Ινδιάνοι χρησιμοποιούσαν αυτό το φρούτο ως ένδειξη φιλοξενίας και ο συμβολισμός αυτός μεταφέρθηκε στην Ευρώπη και πίσω στην Αμερική οπού από τις αποικιακές μέρες χαράζεται ο ανανάς στις εισόδους των σταθμών ή πάνω στις πόρτες δηλώνοντας την υποδοχή (26). Την μαρμελάδα την παρασκεύαζαν από το κυδώνι αρχικά. " Marmelo" ήταν η Ισπανική ονομασία για το κυδώνι. Γι' αυτό το λόγο το 16 αιώνα, ο ζελές από κυδώνι είχε πάρει το όνομα "Marmalade" (26). Η μπύρα από ένα είδος πεύκου, άγνωστη σήμερα, εμφανίστηκε ως συνταγή στο βιβλίο μαγειρικής της "Amelia Simmons" και

χρησιμοποιούταν ως αντισκορβουτικό από τον στρατό του "George Washington" και κατά την διάρκεια των πολέμων με τους Ινδιάνους (26). Τα "κρουασάν" δημιουργήθηκαν όταν στην πολιορκία της Βουδαπέστης το 1686 οι αρτοποιοί κατά τη διάρκεια της νύχτας σήμαναν συναγερμό και η επίθεση αποτράπηκε. Ως αποτέλεσμα τους παραχωρήθηκε το προνόμιο χρησιμοποίησης του ημισεληνοειδούς εμβλήματος των Τούρκων στις παρασκευές τους. Η ημισεληνοειδής μορφή υιοθετήθηκε ως ένδειξη της νίκης έναντι των Τούρκων (26). Το "Succotash" είναι σίγουρα ένα "Αμερικάνικο" πιάτο. Οι πρώτοι άποικοι έμαθαν από τους Ινδιάνους πώς να μαγειρεύουν το καλαμπόκι και τα φασόλια με παχύ κρέας. Οι ινδιάνοι το αποκαλούσαν "m'sick-quotash" ή "sukqutachhash" το οποίο σύντομα μετονομάστηκε στα αγγλικά σε "succotash" (26). Στα βιβλία μαγειρικής συχνά περιλαμβάνονται και συμβουλές για την σωστή συντήρηση του σπιτιού, κανόνες καλής συμπεριφοράς όπως και οδηγίες για την φροντίδα και την περίθαλψη ενός ασθενή ή διάφορα γιατροσόφια.

Θα λέγαμε λοιπόν ότι τα βιβλία μαγειρικής αποτελούν πολύτιμες πηγές της κοινωνικής, οικονομικής, πολιτικής αλλά και διατροφικής ιστορίας του κάθε τόπου. Στα βιβλία μαγειρικής απεικονίζονται οι γαστρονομικές παραδόσεις, τα έθιμα, ο πολιτισμός, ο τρόπος ζωής, η επιστημονική και τεχνολογική πρόοδο των κοινωνιών από τις οποίες προέρχονται. Η μελέτη τους μας αποκαλύπτει στοιχεία σχετικά με τις αλλαγές που επήλθαν με την πάροδο των χρόνων στην δομή των γευμάτων και τον εξοπλισμό της κουζίνας όπως για παράδειγμα η χρήση νέων σκευών μαγειρικής, την παρασκευή των νεοεισαχθέντων πιάτων και τις μεθόδους συντήρησης των τροφίμων όπως για παράδειγμα την κονσερβοποίηση, την παστερίωση και την ψύξη. Επίσης μαρτυρούν τις ελλείψεις και το αυξανόμενο κόστος των τροφίμων που παρατηρήθηκαν κατά την διάρκεια των πολέμων, την παραγωγή και την διακίνηση των αγαθών και ποιο το αντίκτυπο στις μαγειρικές πρακτικές.

5.1. Ανασκόπηση των μελετών πάνω σε βιβλία μαγειρικής ανά τον Κόσμο

Οι μελέτες που έχουν ως αντικείμενο τα βιβλία μαγειρικής είναι στο μεγαλύτερο μέρος τους εθνολογικές, ιστορικές, κοινωνικές και ανθρωπολογικές προσεγγίσεις. Αντίθετα οι επιστήμονες από το χώρο της διατροφής και των άλλων

βιολογικών επιστημών δεν έχουν ασχοληθεί επαρκώς με την μελέτη των βιβλίων μαγειρικής ως πηγές των διατροφικών τάσεων και συνηθειών των λαών.

Τα βιβλία μαγειρικής συγκαταλέγονται μεταξύ των παλαιότερων και πιο διαδεδομένων μορφών λογοτεχνίας. Σε ευρήματα Βαβυλωνιακής γραφής του 2500 περίπου π.Χ. βρέθηκαν οι πρώτες εγγεγραμμένες λεπτομέρειες τροφίμων. Επίσης πάνω στους αιγυπτιακούς τάφους υπήρχαν έργα ζωγραφικής με καταγραμμένα τα τρόφιμα που χρησιμοποιούνταν και τις μεθόδους προετοιμασίας τους. Τα πρώτα έντυπα βιβλία μαγειρικής χρονολογούνται τον 15^{ο} αιώνα, ενώ από τα μέσα του 16^{ου} αιώνα τυπώθηκαν σε όλες σχεδόν τις Ευρωπαϊκές γλώσσες (27).

Εκεί όπου αναπτύχθηκε αρχικά η τέχνη της σύγχρονης υψηλής μαγειρικής ήταν στην Ιταλία. Το πρώτο παράδειγμα αυτής που πιθανότατα αποτέλεσε και το πρώτο τυπωμένο βιβλίο μαγειρικής, ήταν αυτό του Bartolomeo Platina το 1475 και είχε τον τίτλο "De Honesta Voluptate et Valetudine('On Right Pleasure and Good Health') (26, 28). Αυτό συνέβη λίγο μετά την ανακάλυψη της τυπογραφίας από το Johan Gutenberg.

Η Dr. Neige Todhunter, είναι μια σύγχρονη ερευνήτρια που επικεντρώθηκε στην μελέτη των πηγών που παρέχουν πληροφορίες για την ιστορία των τροφίμων και την εξέλιξη της γαστρονομίας. Στο άρθρο της "Seven Centuries of Cookbooks-Treasures and Pleasures" (26), αναφέρεται στις πρώτες καταγραφές τροφίμων στην ιστορία και παρουσιάζει τα πρώτα βιβλία μαγειρικής στην Ευρώπη. Η έρευνά της αφορά τα βιβλία μαγειρικής της Αγγλίας και της Αμερικής ενώ παράλληλα μας παραθέτει κάποια παραδείγματα ιστοριών που βρέθηκαν σε αυτά σχετικά με την προέλευση κάποιων τροφίμων.

Το πρώτο βιβλίο μαγειρικής στην Αγγλία ήταν σε χειρόγραφη μορφή και χρονολογείται έναν αιώνα πριν από αυτό του Platina (28). Πρόκειται για μια συλλογή από 196 συνταγές που συντάχθηκαν περί το 1390 από τους Αρχιμάγειρες της αυλής του βασιλιά Richard του ΙΙ της Αγγλίας με τη συγκατάθεση των θεραπευτών και των φιλοσόφων της αυλής του. Ήταν γραμμένο σε μεσαιωνικά αγγλικά σε μια περγαμηνή και παρουσιάστηκε στη Βασίλισσα Elizabeth I από τον Λόρδο Edward Stafford.
Τελικά έφτασε στα χέρια του Gustavus Brander, που το μετέφρασε στην αγγλική γλώσσα του 18^{ου} αιώνα, και τυπώθηκε το 1780 υπό την έκδοση του Samuel Peppe. Ο G. Brander έδωσε έπειτα το χειρόγραφο στο Βρετανικό Μουσείο.

Αυτό το χειρόγραφο αποτελεί μια πλούσια πηγή πληροφοριών επάνω στα τρόφιμα και τις μεθόδους προετοιμασίας τους στην Μεσαιωνική Αγγλία. Υπερισχύουν οι συνταγές για την προετοιμασία του κρέατος, των ψαριών και των πτηνών. Το κρέας (βοδινό, πρόβειο, χοιρινό, το κατσίκι, το κουνέλι και το ελάφι), σπάνια, αν όχι ποτέ, σερβιριζόταν ως μεγάλο κομμάτι, τις περισσότερες φορές κοβόταν σε μικρά κομμάτια ή κοψίδια, ή συχνά το αλέθανε σε ένα γουδί και το αναμειγνύανε με πλούσιες σάλτσες και καρυκεύματα ή το προσέθεταν στις πίτες. Τα τρόφιμα τρωγόντουσαν είτε με τα χέρια είτε με κουτάλια. Τα πιρούνια δεν εισήχθησαν παρά δύο αιώνες αργότερα από την Ιταλία. Στο μαγείρεμα χρησιμοποιούνταν αυγά, όπως επίσης και βούτυρο και λαρδί. Διάφορα είδη ψωμιού παρασκευαζόντουσαν και ψηνόντουσαν σε πλίθινους φούρνους. Ένα είδος χονδροειδούς ψωμιού ψηνόταν και κοβόταν σε φέτες που τις άφηναν να ξεραθούν. Αυτές οι φέτες ονομαζόντουσαν δίσκοι και καθένας που γευμάτιζε έβαζε το φαγητό του πάνω σε μια τέτοια φέτα. Τα πιάτα δεν ήταν διαθέσιμα σε εκείνες τις ημέρες. Η ζάχαρη από τον ζαχαροκάλαμο χρησιμοποιούταν και προτίθετο στα λαχανικά και σε μερικά κρέατα. Υπάρχει μια συνταγή κουνελιού σε σιρόπι. Τα φρούτα που χρησιμοποιούνταν εκείνη την περίοδο ήταν τα αχλάδια, τα μήλα, τα κυδώνια, τα δαμάσκηνα, τα σταφύλια, τα κεράσια, τα ροδάκινα, τα δαμάσκηνα, τα σύκα και οι χουρμάδες. Τα ωμά φρούτα θεωρούνταν δύσπεπτα και έτσι συνήθως μαγειρεύονταν σε πίτες ή τάρτες με ένα σιρόπι από ζάχαρη. Οι σαλάτες που γινόντουσαν ήταν συνήθως μείγματα χορταρικών, λουλουδιών και λαχανικών με προσθήκη λαδιού και ξυδιού. Τα λαχανικά που καταναλώνονταν στις σούπες, τις σαλάτες ή ως φριτούρα, βουτηγμένα σε κουρκούτι και τηγανισμένα σε βούτυρο ή λαρδί, ήταν το λάχανο, τα πράσα, τα κρεμμύδια, τα κουκιά, οι ρέβες, τα ραδίκια, τα μπιζέλια και τα παντζάρια.

Η συμμετοχή των θεραπευτών στη μαγειρική ήταν γνωστό φαινόμενο από τους Ρωμαϊκούς και Αρχαιοελληνικούς χρόνους και συνεχίστηκε μέσω των αιώνων. Τα βιβλία μαγειρικής, αν και περιορισμένα σε αριθμό μέχρι τον 18^{ο} αιώνα, ήταν γραμμένα από Θεραπευτές, Βασιλικούς Αρχιμάγειρες ή Κύριους Μάγειρες της αριστοκρατίας και από τα μορφωμένα άτομα της εποχής (29). Συχνά ήταν συνθέσεις ιατρικών και οικιακών πληροφοριών που συμπεριλάμβαναν και μερικές συνταγές, και απευθυνόντουσαν στις νοικοκυρές.

Γύρω στο 17^{ο} αιώνα στη λίστα των συγγραφέων των βιβλίων μαγειρικής που ήταν κατεξοχήν άντρες, προστέθηκαν οι χημικοί. Αυτήν την εποχή η έμφαση δινόταν

στην οργάνωση και διαχείριση του νοικοκυριού. Κατά το τελευταίο μισό του 17ου αιώνα δημιουργήθηκε μια νέα τάση στην Αγγλική μαγειρική. Οι Άγγλοι μάγειρες άρχισαν να δοκιμάζουν μερικά ξένα τρόφιμα. Οι ιδέες από την Γαλλία γίνονταν αποδεκτές και πολλά νέα τρόφιμα από τον νέο κόσμο άρχισαν να χρησιμοποιούνται.

Ο Robert May έγραψε το 1661 το "The Accomplisht Cook or the Art and Mystery of Cookery" το οποίο επανεκδόθηκε αρκετές φορές τα χρόνια που ακολούθησαν. Σε αυτό είχε συμπεριλάβει 100 συνταγές για πίτες, οι οποίες ήταν πολύ διαδεδομένες την περίοδο αυτή, χρησιμοποιώντας είτε λαχανικά, είτε κρέας, είτε ψάρι είτε πουλερικά, και ένα ειδικό τμήμα με σαλάτες όλων των ειδών με ντρέσινγκ λαδιού και ξυδιού. Νέα λαχανικά είχαν εισαχθεί στην Αγγλία, και αυτός έδωσε τις συνταγές για το "αγγουράκι τουρσί", "βουτυρωμένα σπαράγγια" και "τάρτα με σπανάκι". Το σπανάκι προερχόταν από την Περσία και έφτασε τελικά αυτή την περίοδο στην Αγγλία. Επειδή ήταν κάτι καινούριο και δεν υπήρχε κάποιος είδη γνωστός τρόπος κατανάλωσής του, το βάζανε σε ένα είδος τάρτας με ζάχαρη και καρυκεύματα (26).

Συγγραφείς των βιβλίων συνέχιζαν να είναι αποκλειστικά οι άνδρες μέχρι το 1760 που οι γυναίκες μπήκαν στο προσκήνιο και τα βιβλία τους άρχισαν να βρίσκουν την θέση τους στην αποικιακή Αμερική (26).

Πιθανότατα το πρώτο βιβλίο μαγειρικής που γράφτηκε από γυναίκα, την Hannah Wooley, ήταν το "The Cooks Guide or Rare Receipts for Cookery" το 1664 (26). Εντούτοις οι περισσότερες γυναίκες άρχισαν να εμφανίζονται ως συγγραφείς των βιβλίων μαγειρικής όχι πριν το τέλος του επόμενου αιώνα.

Στην αποικιακή Αμερική τα πρώτα έντυπα βιβλία μαγειρικής σε κυκλοφορία ήταν εκείνα που έφεραν οι άποικοι από την πατρίδα τους ή εκείνα που εισήχθησαν από την Αγγλία. Πολλές νοικοκυρές παρέδωσαν στις κόρες τους τη συλλογή συνταγών τους από αποκόμματα ή τις αντέγραψαν στα σημειωματάρια. Το πρώτο βιβλίο μαγειρικής που τυπώθηκε στην Αμερική ήταν το "The Compleat Housewife" ή "Accomplish'd Gentlewoman's Companion» το 1742 από την κα E.Smith του Λονδίνου. Το βιβλίο αυτό είχε πρώτα δημοσιευτεί στην Αγγλία το 1727 όπου λόγω της επιτυχίας του επανεκδόθηκε κάμποσες φορές (26).

Το 1796 εμφανίζεται το πρώτο βιβλίο μαγειρικής που γράφεται από μια Αμερικανή, την Amelia Simmons, που χρησιμοποιεί τα αμερικανικά τρόφιμα, και που δημοσιεύεται σε αυτήν την χώρα. Είναι αξιοπρόσεκτο από πολλές απόψεις για τις

καινοτόμες συνταγές του όπως η γλυκιά πίτα κολοκύθας με κρούστα, και αυτές στις οποίες χρησιμοποιούταν το καλαμποκάλευρο. Στην Ευρώπη η κολοκύθα χρησιμοποιούταν μόνο ως λαχανικό. Εισήγαγε επίσης έναν νέο χημικό παράγοντα για το φούσκωμα της ζύμης, το "pearlash". Αυτό ήταν εξευγενισμένο ανθρακικό κάλιο, το οποίο χρησιμοποιούσαν οι Αμερικανές νοικοκυρές για να φουσκώσουν τα κέικ τους. Πριν την χρησιμοποίηση ενός χημικού παράγοντα για το ανέβασμα της ζύμης, κτυπούσαν τα αυγά για να ενσωματώσουν τον αέρα ή χρησιμοποιούσαν μαγιά. Το "pearlash" έφτασε γρήγορα και στην Αγγλία και οδήγησε στην ανάπτυξη των σύγχρονων "baking powder" (26).

Το βιβλίο της Amelia Simmons ικανοποίησε μια ανάγκη για την εποχή. Ήταν πρακτικό, χρησιμοποίησε τα αμερικανικά τρόφιμα, και έδωσε τα συστατικά σε ποσότητες και βάρη. Αλλά χαρακτηριστικό των χρόνων αυτών ήταν ότι δεν υπήρχε καμία μέθοδος μέτρησης της θερμοκρασίας των φούρνων. Οι οδηγίες της ήταν " ψήστε βιαστικά" , "σε αργό φούρνο", "σε μέτριο φούρνο", "σε χαμηλό φούρνο", "ψήστε σε έναν καλά προθερμασμένο φούρνο γρήγορα". Η μαγειρική ήταν ακόμα μια τέχνη που απαιτούσε πρακτική εμπειρία (26).

Μια άλλη ερευνήτρια, η Dr. Maja Godina-Golija στο άρθρο της "The influence of Cookbooks in Food Culture in Slovenia in the Nineteenth Century and at the beginning of the Twentieth Century" (30), συζητάει τον ρόλο που έπαιξαν τα βιβλία μαγειρικής και οι συλλογές χειρόγραφων συνταγών στην ανάπτυξη της Σλοβένικης κουζίνας στα τέλη του 19^{ου} και αρχές 20^{ου} αιώνα. Οι Σλοβένοι απέκτησαν την πρώτη έντυπη "Μαγειρική" τους, σχετικά αργά. Το 1799 ο Valentin Vodnik μετέφρασε μια άγνωστη Γερμανική Μαγειρική στην Σλοβένική γλώσσα, και της έδωσε τον τίτλο "Kuharske bukve" που σημαίνει βιβλίο μαγειρικής. Η μετάφραση αυτή δεν ξέρουμε αν αποτέλεσε πιστό αντίγραφο του πρωτότυπου βιβλίου ή εάν ο Vodnik την προσάρμοσε στις Σλοβένικες περιστάσεις. Εάν δεχτούμε την δεύτερη εκδοχή, η εν λόγω "Μαγειρική" απευθυνόταν χωρίς αμφιβολία στον εύπορο αστικό πληθυσμό της Σλοβενίας. Στην πρώτη αυτή Σλοβένικη Μαγειρική, όπως και σε αυτά που κυκλοφόρησαν μεταγενέστερα, κυριαρχούν οι συνταγές με κρέας, σάλτσες, ψάρι, κέικ και άλλα είδη ζύμης. Όσο για τα πιο απλά πιάτα που συνιστούσαν το καθημερινό γεύμα της πλειοψηφίας του Σλοβένικου πληθυσμού της επαρχίας, αυτά αντιπροσωπεύονται σπάνια στην πρώτη αυτή Μαγειρική. Το βιβλίο αυτό ανατυπώθηκε και μετά τον θάνατο του Vodnik, προφανώς λόγω της μεγάλης του

δημοτικότητάς, πρώτα το 1834, και έπειτα το 1842. Απ' ότι φάνηκε αργότερα, η πρώτη αυτή μεταφρασμένη Μαγειρική επηρέασε σημαντικά την Σλοβένικη κουζίνα της εποχής.

Το πρώτο βιβλίο μαγειρικής από Σλοβένο Συγγραφέα έφερνε τον τίτλο Slovenska kuharica ali navod okusno kuhati navadna in imenitna jedila('Slovenian Cookbook, or How to Tastefully Prepare Ordinary and Elegant Dishes'). Εκδόθηκε στην Λουμπλιάνα το 1868. Οι συνταγές ήταν δημιούργημα της Magdalena Pleiweiss, κόρη ενός εύπορου αγρότη, η οποία δούλευε ως μαγείρισσα σε μια οικογένεια αριστοκρατών. Εκεί απέκτησε σημαντικές γνώσεις και εμπειρίες πάνω στην τέχνη της μαγειρικής, της οποίες ήθελε να μεταδώσει στους ανειδίκευτους μάγειρες με έναν σαφή και αποτελεσματικό τρόπο. Το βιβλίο μαγειρικής που έγραψε, εξηγούσε στις πλούσιες οικογένειες πώς να μαγειρεύουν με πρακτικό τρόπο και περιέγραφε τα διάφορα πιάτα που ταίριαζαν σε κάθε περίπτωση στην Σλοβενία του 19^{ου} αιώνα. Πέρα από τις πολυάριθμες συνταγές, το βιβλίο συμπεριλάμβανε μια λίστα με τα μαγειρικά σκεύη που θα έπρεπε να βρίσκονται σε κάθε κουζίνα. Το βιβλίο αυτό ανατυπώθηκε περισσότερες από 20 φορές και αποτέλεσε το πιο δημοφιλή βιβλίο μαγειρικής στην Σλοβένικη γλώσσα. Αρκετά άλλα βιβλία εκδόθηκαν στην Σλοβένικη διάλεκτο στην περίοδο μεταξύ του Πρώτου και του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου.

Κατά τη διάρκεια του Πρώτου Παγκοσμίου Πολέμου, η Marija Remec έγραψε το πρώτο Σλοβένικο βιβλίο μαγειρικής ειδικά για μια περίοδο ανάγκης. Το βιβλίο αυτό περιείχε συνταγές με υλικά που δεν κόστιζαν ακριβά και ταυτόχρονα γέμιζαν τα πιάτα.

Τα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, περιλαμβάνανε συνήθως περίπλοκες συνταγές για "κομψά" πιάτα, χαρακτηριστικά της αποκαλούμενης "Βιεννέζικης" κουζίνας. Μερικά από τα πιο γνωστά γλυκά αυτήν την περίοδο ήταν οι ομελέτες και τα σουφλέ. Οι συνταγές για σούπες, λαχανικά και άλλα δευτερεύοντα πιάτα, τα οποία θεωρούνταν από τις μεσαίες τάξεις της εποχής αυτής χωρίς ιδιαίτερη σπουδαιότητα, ήταν ολιγάριθμες.

Η ιστορικός Dr. Linda Dumpe, θέλοντας να εξετάσει την επίδραση που είχε η ανάπτυξη της βιομηχανίας της ζάχαρης στην δίαιτα των αγροτών της Λετονίας στα τέλη του 18^{ου}, αρχές 19^{ου} αιώνα, μελέτησε τα βιβλία μαγειρικής αυτής της περιόδου (31). Μέχρι τα τέλη του 18^{ου} αιώνα, στην Βαλτική περιοχή χρησιμοποιούνταν μόνο τα βιβλία μαγειρικής της Δύσης, από τα οποία και αντέγραφαν τις συνταγές. Το πιο

δημοφιλές βιβλίο Μαγειρικής, ήταν ένα Σουηδικό, κάποιας Christina Warg. Κυκλοφορούσαν επίσης και διάφορα Γερμανικά βιβλία Μαγειρικής. Τα χαρακτηριστικά "πιάτα" της Ευρωπαϊκής κουζίνας εκείνης της εποχής συμπεριλαμβανομένων των γλυκών, είχαν προορισμό το τραπέζι των Λόρδων και ήταν ποικίλης προέλευσης: Γαλλικές, Ιταλικές, Γερμανικές, Αγγλικές, και τα λοιπά. Τα δύο πρώτα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν στην Λετονία το 1795 και 1796, ήταν μεταφράσεις από κάποια Γερμανικά βιβλία. Αν και ήταν γραμμένα στα Λετονικά, ωστόσο δεν εξυπηρετούσαν τις ανάγκες των Λετονών. Απευθύνονταν κυρίως στους μάγειρες που δούλευαν στα φέουδα, και έπρεπε να ικανοποιήσουν τα αιτήματα των Λόρδων τους. Ως απλοί αγρότες, χρειαζόντουσαν κάποια "Μαγειρική" που θα μπορούσαν να καταλάβουν. Τα βιβλία Μαγειρικής που χρησιμοποιούνταν στη Βαλτική περιφέρεια τον 18^{ο} αιώνα περιείχαν έναν αρκετά μεγάλο αριθμό συνταγών για επιδόρπια. Αυτό υποδηλώνει ότι η κατανάλωση ζάχαρης από τους Λόρδους ήταν ήδη υπολογίσιμη. Στον 19^{ο} αιώνα, τα κεφάλαια για "επιδόρπια" έγιναν ακόμα πιο εκτενή στα Βαλτικά και Γερμανικά βιβλία μαγειρικής, γεγονός που αποδεικνύει την ευρεία κατανάλωση γλυκών στην Λετονία εκείνη την περίοδο. Εντούτοις η κατανάλωση αυτή περιοριζόταν στην ελίτ της υψηλής κοινωνίας.

Από το δεύτερο μισό του 19^{ου} αιώνα η κατάσταση αλλάζει. Με την αρχή της εκβιομηχάνισης, πραγματοποιούνται μεγάλες οικονομικές, νομικές και κοινωνικές αλλαγές. Μετά την χειραφέτηση των δουλοπάροικων, ένα στρώμα ακμαζόντων Λετονών αρχίζει να αναδύεται στην επαρχία. Τα βιβλία Μαγειρικής φτάνουν στα σπίτια των πιο εύπορων αγροτών και οι συνταγές για γλυκά αρχίζουν να διαδίδονται μεταξύ των κατώτερων κοινωνικών τάξεων. Η υιοθέτηση των τροφών των "Λόρδων" ήταν ένα είδος αυτό-επιβεβαίωσης στην κοινωνία και αυτό καθόρισε κατά ένα μεγάλο μέρος το περιεχόμενο των πρώτων βιβλίων Μαγειρικής που προορίζονταν για τους Λετονούς. Ήταν αντιγραφές των Γερμανικών εκδόσεων, προσαρμοσμένες στα μέσα των Λετονών αγροτών, με Λετονικά ονόματα για τα τρόφιμα (31).

Η Johanna Maria van Winter στο άρθρο της "Green Salads: An Innovation in the Diet of the Renaissance Period" (32) μιλάει για μια αλλαγή που παρατηρήθηκε στην διατροφή των ανθρώπων της Δυτικής Ευρώπης, κατά την περίοδο της Αναγέννησης. Η αλλαγή αυτή είχε να κάνει με την κατανάλωση ωμών λαχανικών και συγκεκριμένα της πράσινης σαλάτας. Μέχρι τότε τα ωμά λαχανικά δεν είχαν καμία θέση στην σύνθεση των γευμάτων.

Η δίαιτα των εύπορων ανθρώπων της δυτικής Ευρώπης, στα τέλη του Μεσαίωνα, από τον 13^{ο} έως τον 15^{ο} αιώνα συνίστατο κυρίως από κρέας στο οποίο προσέθεταν πολλά καρυκεύματα όπως πιπέρι, κανέλα, πιπερόριζα, γαρίφαλα, μοσχοκάρυδο, και σε μικρότερο βαθμό κάποια μυρωδικά όπως μαϊντανό, φασκόμηλο και μέντα. Μερικά όσπρια όπως οι φακές, τα ρεβίθια και τα φασόλια ήταν γνωστά, αλλά δεν κατείχαν εξέχουσα θέση στην Ευρωπαϊκή κουζίνα της εποχής. Κάτι ανάλογο ίσχυε και για τα διάφορα λαχανικά όπως το σπανάκι. Κάποια είδη λάχανου αναφέρονται σε κάποιους λογαριασμούς τροφίμων, όχι όμως και σε συνταγές. Αυτό δεν σημαίνει ότι καταναλωνόντουσαν ωμά, γιατί κάτι τέτοιο θεωρούταν ανθυγιεινό, αλλά ότι οι εύποροι Ευρωπαίοι δεν τα προτιμούσαν. Πιθανότατα οι άνθρωποι στα χωριά να τρώγανε περισσότερα λαχανικά όπως λάχανο, παντζάρια και γογγύλια αλλά όχι πριν μαγειρευτούν πολύ καλά.

Η Johanna Maria van Winter, εξηγεί πως επιδρούν τα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν από τους γιατρούς της εποχής αυτής. Αναμφισβήτητα το γεγονός ότι οι γιατροί είχαν επηρεαστεί από την θεωρία του Γαληνού σε θέματα που αφορούσαν την υγεία και την διατροφή, έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στην αλλαγή της νοοτροπίας των ανθρώπων απέναντι στην πράσινη σαλάτα, την περίοδο της Αναγέννησης. Η Johanna Maria ανατρέχει επίσης στο βιβλίο Μαγειρικής του Platina, De Honesta Voluptate et Valetudine(‘On Right Pleasure and Good Health’) (28) που εκδόθηκε γύρω στο 1475. Ο Platina παρόλο που δεν ήταν κάποιος μάγειρας ή θεραπευτής, ήταν ο πρώτος που συμπεριέλαβε σε βιβλίο μαγειρικής, συνταγές για σαλάτες με πράσινη σαλάτα, αντίδια, αντράκλα, λουλούδια από δεντρολίβανο, μολόχα, ραδίκια, σπαράγγια, λάπαθο, λυκίσκο, κάππαρη, καρότα, πράσα και κρεμμύδια. Μεταξύ των συνταγών παραθέτει μια για ανάμεικτη σαλάτα με όλα τα είδη των χόρτων, την οποία κατονομάζει “Conditum pantodapum”. Το βιβλίο του Platina απέκτησε μεγάλη δημοτικότητα και επανεκδόθηκε πολλές φορές και πριν και μετά το 1500. Ο Gerard Vorselman, ένας θεραπευτής του 16^{ου} αιώνα, που ήταν παράλληλα και εκδότης Βιβλίων στην Αμβέρσα, στο βιβλίο Μαγειρικής(Eenen Nyeuwen Coock Boeck) που έκδωσε στα Ολλανδικά το 1556, περιέλαβε σχεδόν όλες τις συνταγές για σαλάτες του Platina, δίνοντας τα ίδια ιατρικά σχόλια με αυτόν. Αργότερα ένας Ιταλός ο Giacomo Castelato, έγραψε ένα βιβλίο το ‘Brief Account of the fruit, Herbs & Vegetables of Italy’, λίγο πριν το θάνατό του το 1616 (32), στο οποίο έδινε πρακτικές συμβουλές για την χρήση των λαχανικών, των φρούτων και των μυρωδικών, μεταξύ των οποίων

και της πράσινης σαλάτας. Διαφωνώντας με τον τρόπο που μεταχειριζόντουσαν την πράσινη σαλάτα τα βιβλία μαγειρικής της εποχής του, έδωσε οδηγίες για το σωστό πλύσιμο και στράγγισμά της, ώστε τα φύλλα να απορροφούν καλύτερα το λάδι και να αποκτούν την σωστή γεύση.

Η ανακάλυψη της Αμερικανικής ηπείρου από τον Κολόμβο το 1492 άλλαξε τη δίαιτα και τις διατροφικές συνήθειες των Ευρωπαίων και αυτό είχε αντίκτυπο και στα βιβλία μαγειρικής στην Ευρώπη (26).

Οι Ισπανοί έφεραν στο δυτικό ημισφαίριο τα πορτοκάλια από την Ισπανία, τα βοοειδή και τα άλογα. Έφεραν πίσω στον παλαιό κόσμο έναν πολύ μεγάλο αριθμό νέων φυτικών τροφίμων. Μερικά έγιναν αποδεκτά εύκολα και έγιναν βασικά τρόφιμα, άλλα κέρδισαν πολύ πιο αργά την αποδοχή του κόσμου. Μεταξύ αυτών των νέων τροφίμων ήταν: το καλαμπόκι που έγινε βασικό τρόφιμο στη νότια Ευρώπη και την Αίγυπτο και η υπερβολική χρήση του σε μια φτωχή δίαιτα οδήγησε στην πελλάγρα, οι πατάτες, οι γλυκοπατάτες, οι ντομάτες, διάφοροι τύποι κολοκυθιού και κολοκύθας, διάφοροι τύποι φασολιών, μερικοί τύποι πράσινων φασολιών, οι πιπεριές τσίλι, οι αγκινάρες της Ιερουσαλήμ, τα βατόμουρα, οι βανίλιες, το κακάο και η σοκολάτα, ο ανανάς, το αβοκάντο, η παπάγια, η μανιόκα ή ταπιόκα, η ζάχαρη από σφεντάμι, το άγριο ρύζι, τα φιστίκια, τα Βραζιλιάνικα καρύδια, τα κάσιους, τα μαύρα καρύδια, τα πεκάν, και πολλά άλλα γνωστά σήμερα τρόφιμα.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι πολλά από αυτά τα τρόφιμα ειδικά εκείνα που προέρχονταν από την Κεντρική και Νότια Αμερική, εξήχθησαν και έπειτα ξαναήρθαν πίσω στις Ηνωμένες Πολιτείες περίπου δύο αιώνες αργότερα. Τα ταξίδια της πατάτας αποτελούν ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα. Οι Ισπανοί κατακτητές έφεραν την πατάτα πίσω στην Ευρώπη αλλά δεν έγινε εύκολα αποδεκτή ως τρόφιμο από τον κόσμο, λόγω της ροζιάρικης εμφάνισής της, που θύμιζε λέπρα. Στη Γερμανία την χρησιμοποιούσαν για να ταΐζουν τα βοοειδή, τους φτωχούς ανθρώπους και τους φυλακισμένους.

Ο Antoine Parmentier, ένας Γάλλος φαρμακοποιός, που συνελήφθηκε από τον Πρωσικό στρατό το 1757, έζησε τρεφόμενος αποκλειστικά με πατάτες όσο καιρό ήταν φυλακισμένος. Όταν αφέθηκε ελεύθερος επέστρεψε στο Παρίσι, και χρησιμοποιώντας έξυπνα την ψυχολογία και την προθυμία του Βασιλιά να φορέσει ένα λουλούδι πατάτας στην κουμπότρυπά του, έπεισε τους Γάλλους να χρησιμοποιήσουν τις πατάτες. Παρέθεσε μάλιστα μια φορά ένα γεύμα που είχε

συντεθεί αποκλειστικά από πατάτες, μαγειρεμένες και παρασκευασμένες με 20 διαφορετικούς τρόπους (26). Οι Άγγλοι δέχτηκαν την πατάτα πολύ νωρίτερα από τους Γάλλους.

Στην Ιρλανδία η πατάτα αποτέλεσε βασικό είδος τροφής, σε τόσο μεγάλο βαθμό που όταν η σήψη χτύπησε τη συγκομιδή, ακολούθησε λιμός, πολλοί πέθαναν και εκατοντάδες μετανάστευσαν στην Αμερική, παίρνοντας μαζί τους την αγάπη τους για τις πατάτες (26).

5.2 Ανασκόπηση μελετών για την ελληνική γαστρονομία

Πέρα από την μελέτη της Άννα Ματθαίου πάνω στα βιβλία μαγειρικής του 19^{ου} αιώνα (βλ. παρακάτω), καμία άλλη έρευνα για τα βιβλία μαγειρικής στην Ελλάδα στους νεώτερους χρόνους δεν έχει δει το φως της δημοσιότητας. Αντίθετα, αρκετές μελέτες έχουν γίνει σε σχέση με την γαστρονομία στους κλασσικούς, ελληνιστικούς και βυζαντινούς χρόνους. Οι πιο ενδιαφέρουσες είναι του Dalby (33-35) και του Κουκουλέα (36).

Ο Andrew Dalby αναφέρεται σε κάποια είδη λογοτεχνίας της αρχαιότητας και του βυζαντίου, που παρότι δεν είναι βιβλία Μαγειρικής περιέχουν πληροφορίες για την παρασκευή φαγητών (33-35). Μια από τις σημαντικότερες πηγές αρχαίων κειμένων με υποδείξεις για παρασκευή φαγητών αλλά και ένα πλούσιο υλικό πάνω στα συμπόσια και τα δείπνα των Αρχαίων Ελλήνων είναι οι "Δειπνοσοφιστές" του Αθήναιου (33-35). Σύμφωνα με τις πηγές αυτές, ο πρώτος που είχε την ιδέα της συγγραφής βιβλίων Μαγειρικής και εισήγαγε το γραμματειακό αυτό είδος στη λογοτεχνία ήταν ο Σικελός μάγειρας του 5^{ου} αιώνα π.Χ., Μίθαικος (33). Στους «Δειπνοσοφιστές» παραθέτεται μια συνταγή του που αφορά την προετοιμασία ενός είδους ψαριού, της "ταινίας". (*Την ταινία να την καθαρίσεις από τα εντόσθια, να της κόψεις το κεφάλι, να την πλύνεις, και, αφού την κόψεις σε κομμάτια, να την πασπαλίσεις με τυρί και λάδι)*. Το βιβλίο Μαγειρικής του Μίθαικου αποτελούταν εξ' ολοκλήρου από σύντομες συνταγές. Στο έργο του Γλαύκου, από τους Λοκρούς της Κάτω Ιταλίας, που τοποθετείται γύρω στον στον 4^{ο} αιώνα π.Χ., συναντάμε μια συνταγή για την παρασκευή μιας σάλτσας για κρέας, το «*Υπόσφαγμα*». Η συνταγή αυτή όπως και πολλές άλλες, πρέπει να διαδόθηκαν από την Ιωνία και την Λυδία και παρουσιάζεται με την μορφή ενός απλού καταλόγου συστατικών μέρος μιας πρότασης στην οποία ίσως απαριθμούνταν διάφορες σάλτσες. Το έργο του Γλαύκου

αναφερόταν στην μαγειρική τέχνη, αλλά δεν είχε μόνο πρακτικό χαρακτήρα αλλά και φιλοσοφικό. Ο Γλαύκος θεωρούσε ότι η μαγειρική τέχνη δεν ταιριάζει στους δούλους, αλλά σε ελεύθερους ανθρώπους. Από το βιβλίο του Ηγησίππου του Ταραντίνου, διασώθηκε (όχι κατά λέξιν) ένας κατάλογος με τα συστατικά του "κανδαύλου" (33). Ο "κάνδαυλος", τυπικό ιωνικό πιάτο, ήταν μια λιχουδιά που πρωτοεισήχθη στην Αθήνα κατά τις αρχές του 4^{ου} αιώνα π.Χ. και έπαψε πολύ γρήγορα, μόλις μια γενιά αργότερα, να είναι της μόδας. Τα υλικά που χρησιμοποιούνταν για την παρασκευή αυτού του πιάτου ήταν ψητό κρέας, τριμμένο ψωμί, φρυγικό τυρί, άνηθο, και παχύς ζωμός. Τον 3^{ο} αιώνα π.Χ. εμφανίστηκε το «Πλακουντοποιητικό σύγγραμμα», του Ηγήσσιπου. Αυτό φαίνεται ότι ήταν το μοναδικό έργο του Ηγήσιππου που έζησε τον 4^{ο} αιώνα π.Χ., και αποτελεί τον πρώτο οδηγό Ζαχαροπλαστικής που γνωρίζουμε σήμερα.

Αυτός που έγραψε για πρώτη φορά *Γαστρολογία* ήταν ο Αρχέστρατος (33). Ο Αρχέστρατος έτρεφε προσωπικό ενδιαφέρον για την τροφή και την παρασκευή της. Το έργο του, ένα γαστρονομικό ποίημα που έφερε τον τίτλο *"Ηδυπάθεια"*, ήταν μια σύνθεση από προστακτικές οδηγίες που απευθύνονταν σε δυο πρόσωπα και είχε ως κεντρικό θέμα την τροφή. Οι αναγνώστες πληροφορούνταν από το ποίημα σε ποιες ελληνικές πόλεις μπορούσαν να αγοράσουν ετούτη ή την άλλη τροφή στην καλύτερη ποιότητα, και ποιες πόλεις θα έπρεπε καλύτερα να αποφύγουν. Ο Αρχέστρατος γνώριζε ποιο ψάρι έπρεπε να αγοράσεις στις ακτές της Καρχηδόνας και ποιο στην αγορά της Πέλλας, όπως γνώριζε τους φούρνους μαζικής παραγωγής ψωμιού των Αθηνών και τους πήλινους φούρνους των Ερυθρών, που βρίσκονταν υπό περσική κυριαρχία. Το ποίημα πρέπει να γράφτηκε γύρω στο 348 π.Χ..

Στα έργα του Πάξαμου, ενός μάγειρα της ύστερης ελληνιστικής εποχής, συναντάμε οδηγίες για την παρασκευή του «γάρου» και του κρασιού. Το παξιμάδι ένα «μπισκότο από κριθάρι» που αναφέρεται για πρώτη φορά τον 2^{ο} αιώνα μ. Χ., πασίγνωστο στους Βυζαντινούς και τους σύγχρονους Έλληνες, πήρε το όνομά του από τον αρχαίο αυτό μάγειρα (34). Συνταγή για την παρασκευή του «τραγανού ή τραχανά» συναντάμε στην Βυζαντινή συλλογή *«Γεωπονικά»*, που συνετέθη υπό την καθοδήγηση του Κωσταντίνου του Πορφυρογέννητου κατά τον 10^{ο} αιώνα μ.Χ..

Στο έργο του Γαληνού από την Πέργαμο «Περί τροφών δυνάμεως», βρίσκουμε οδηγίες για το βράσιμο των αυγών και την παρασκευή των τηγανίτων, το οξύγαλα, το οποίο ήταν ένα είδος γιαουρτιού που τρωγόταν είτε σκέτο είτε με μέλι,

καθώς και ένα είδος χλωρού τυριού που τυλιγόταν σε φύλλα δρακόντιου για να διατηρηθεί. Το τυρί δεν τρωγόταν μόνο με ψωμί, αλλά και με σύκα, με μέλι, με ελιές και με λαχανικά, ενώ πολύ συχνά αποτελούσε βασικό υλικό σε μαγειρεμένα πιάτα όπως το *«τυροτάριχον»,* τυρί μέσα σε ζυμάρι, σαν μια πρώιμη μορφή πίτσας.

Η μοναδική πηγή που δίνει σημαντικές πληροφορίες για την μαγειρική και την κουζίνα στην Ρωμαϊκή αυτοκρατορία κατά τον 3^{ο} και 4^{ο} αιώνα μ.Χ., είναι η λατινική συλλογή συνταγών γνωστή με το όνομα του "Απίκιου" (34), ενός θρυλικού καλοφαγά των πρώτων αυτοκρατορικών χρόνων. Η συλλογή συντάχθηκε τον 4^{ο} αιώνα, την ύστερη αυτοκρατορική περίοδο, όταν πλέον είχε επικρατήσει κάποια ομοιογένεια στις διατροφικές συνήθειες των πλουσίων του μεσογειακού κόσμου και αποτελεί τον συνδετικό κρίκο μεταξύ της διατροφής στην αρχαιότερη και την μεταγενέστερη Ελλάδα. Ο Απίκιος δίνει την πρώτη σωζόμενη καταγραμμένη συνταγή για την παρασκευή των λουκάνικων. Δεν ξέρουμε πόσοι μαγείρευαν σύμφωνα με τις συνταγές του Απίκιου, αλλά όσοι τις χρησιμοποιούσαν, θα γεύονταν περίπλοκους συνδυασμούς αρωματικών χόρτων και μπαχαρικών, μεταξύ των οποίων και πολλά που εισάγονταν από περιοχές εκτός των συνόρων της Αυτοκρατορίας. Ο Απίκιος γράφτηκε σε μια γλώσσα κατανοητή από τους ανθρώπους που είχαν ελάχιστη τυπική παιδεία, που μας οδηγεί στο συμπέρασμα πως επρόκειτο για εγχειρίδιο με σκοπό τη χρήση και όχι την επίδειξη. Μας δίνει επίσης μια εικόνα της πολιτιστικής αλληλεπίδρασης που συντελούνταν στα πλαίσια ενός συγκεκριμένου επαγγέλματος κατά τα τέλη της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Για παράδειγμα πολλές συνταγές για φαγητά που περιλαμβάνονται στον "Απίκιο" έχουν ελληνικά ονόματα, ενώ χρησιμοποιείται πλήθος μαγειρικών όρων που είναι δανεισμένοι από τα ελληνικά. Τα ρωμαϊκά μενού προσέθεσαν στα ντόπια προϊόντα της Δυτικής Ευρώπης όλα τα ζωικά και φυτικά τρόφιμα που ήρθαν από Ανατολή-όσο για τα ντόπια προϊόντα, αυτά συμπεριλάμβαναν και μη ελληνικές λιχουδιές, όπως το κουνέλι και ο μουσκαρίνος.

Στα χρόνια του Βυζαντίου δεν σώζονται βιβλία μαγειρικής (29). Ωστόσο περιγραφές γευμάτων, συνταγές, εικόνες τόσο της διατροφής όσο και του κοινωνικού πλαισίου κατανάλωσης των τροφών καθώς και πληροφορίες για την γαστρονομία κατά τα χρόνια του Βυζαντίου, βρίσκουμε σε ποικίλες πηγές. (35-36). Από τις αυτοκρατορικές προσωπογραφίες όπως η *«Χρονογραφία του Ψελλού»* και η *«Ιστορία του Νικήτα Χρανιώτη»,* τα νομικά, γεωργικά και διαιτολογικά εγχειρίδια, την κοσμική

σάτιρα και την βυζαντινή ποίηση όπως είναι ο *«Τιμαρίων»* και το «*3ο πτωχοπροδρομικό* ποίημα», μέχρι τους βίους αγίων και τις αναφορές ξένων πρεσβευτών στην Κωνσταντινούπολη. Για παράδειγμα στα κείμενα του Λιουτπράνδου της Κρεμόνας, ενός πρεσβευτή από την Γερμανία, απεσταλμένου στην Κωνσταντινούπολη το 949-50 μ.Χ. και το 668 μ.Χ., μαθαίνουμε για το γάρο, μια σάλτσα ψαριού που χρησιμοποιούταν ευρύτατα στο Βυζάντιο αλλά και για την πληθωρική χρήση του ελαιόλαδου όπως επίσης και το άρωμα ρετσινιού -"πίσσας" στο κρασί (35). Ο Λιουτπράνδος, κάνει λόγο επίσης και για το "κατσικάκι γεμισμένο με σκόρδο, κρεμμύδι, πράσα και σάλτσα γάρου" ως ένα από τα εκλεκτά και ραφιναρισμένα πιάτα που του προσέφερε ο Αυτοκράτορας, ενώ σε άλλο σημείο σχολιάζει για τις θαλασσινές λιχουδιές που διατίθενται στην Κωνσταντινούπολη (35).

Από άλλες πηγές γνωρίζουμε ότι κατά τον 12ο αιώνα μ.Χ. η Κωνσταντινούπολη γεύτηκε το χαβιάρι, το οποίο εισήγαγε από τη Μαύρη θάλασσα, και αργότερα την παστή ρέγκα που προμηθευόταν από την Βρετανία. Την ίδια εποχή η μελιτζάνα και το νεράντζι αποτελούν για το Βυζάντιο νεοεισαχθέντα είδη, ενώ τα αμπελόφυλλα αρχίζουν να αντικαθιστούν τα συκόφυλλα, τα οποία χρησιμοποιούσαν οι μάγειροι της κλασσικής αρχαιότητας για να τυλίξουν μαγειρεμένα παρασκευάσματα (35-36). Τα φαγητά που έφτιαχναν με αυτόν τον τρόπο αποτελούν τους πρόγονους των σημερινών ντολμάδων.

Κατά τα Βυζαντινά χρόνια μαθαίνουμε ότι καθιερώθηκε και η νηστεία γεγονός που προέτρεψε τους Βυζαντινούς μάγειρες στο να επιδοθούν με αξιοθαύμαστη εφευρετικότητα στην παρασκευή εδεσμάτων που είχαν μεν ως βάση τα οστρακοειδή ή τα λαχανικά, ήταν όμως εξίσου ελκυστικά με τα φαγητά με κρέας (35-36).

Πολλές πληροφορίες για τη διατροφή και την παρασκευή κάποιων φαγητών την περίοδο της Οθωμανικής αυτοκρατορίας, μας δίνει ο Γάλλος φυσιοδίφης Pierre Belon στο έργο του «observations». Στο έργο του που τοποθετείται τον 16ο αιώνα μ.Χ. περιγράφεται η παρασκευή του «γάρου» και του «τραχανά». Ο Belon (35)σημειώνει επίσης την ευρύτατη διάδοση του γιαουρτιού, το οποίο αν και βρίσκουμε σε παλαιότερες πηγές, την εποχή των οθωμανικής αυτοκρατορίας στην Ελλάδα αρχίζει να παίρνει σημαντική θέση στη διατροφή των Ελλήνων. Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με τον παστουρμά.

Φτάνοντας στον 19 αιώνα μ.Χ. αρχίζουν να κάνουν την εμφάνισή τους στην νεότερη Ελλάδα τα βιβλία μαγειρικής, με την μορφή που τα γνωρίζουμε σήμερα. Η Α. Ματθαίου στο άρθρο της "Ο Βριλιά Σαβαρίν και το ψάρι του αρχιναυάρχου Κανάρη: τα ελληνικά βιβλία μαγειρικής του 19ου αιώνα", κάνει μια πρώτη επισκόπηση των βιβλίων αυτών (37) και χαρακτηριστικά αναφέρει ότι τα δυο πρώτα βιβλία δεν είναι άλλο παρά μεταφράσεις, η πρώτη είναι η Ιταλική μετάφραση του 1828 "(38), και η δεύτερη η Γαλλική του 1860 (39). Η δεύτερη επανεκδίδεται στην Αθήνα το 1881 και μέχρι τα τέλη του αιώνα λανσάρεται αρκετές φορές στους τιμοκαταλόγους των βιβλιοπωλείων.

Η λόγια μορφή των βιβλίων αυτών καθορίζει και το κοινό στο οποίο απευθύνονται. Όσο για τους λόγους ανάγνωσης τους, μπορεί να θεωρηθεί ότι λειτουργούν εκπολιτιστικά, είτε ως αναγνώσματα γενικής παιδείας των δυτικών πολιτισμικών αγαθών και της διατροφικής κουλτούρας, είτε ως οδηγοί της ιταλικής ή γαλλικής μαγειρικής, είτε συγχρόνως και τα δύο μαζί.

Η πρώτη έντυπη νεοελληνική μαγειρική, η Ιταλική μετάφραση του 1828 (38), αντανακλά την ποικιλία και την άνεση της αστικής κουζίνας του Ιταλικού πρωτότυπου. Μέσα στις 100 συνταγές της Μαγειρικής του 1828, η πλειοψηφία των οποίων αναφέρεται στην παρασκευή του κυρίως πιάτου-το οποίο αποτελείται από ένα βασικό είδος συνηθέστερα κρέας η ψάρι, διακρίνεται μια μεγάλη ποικιλία τρόπων μαγειρέματος, η οποία προορίζεται για τον σύγχρονο άνθρωπο της πόλης. Η Μαγειρική αυτή εισβάλλει σε ένα περιβάλλον που έμοιαζε έτοιμο να την αποδεχτεί. Η ανοικτή κοινωνία της Σύρου, η κοινωνία των εμπόρων, φανερώνεται πρόθυμη να γνωρίσει τις νέες αντιλήψεις και τις συμπεριφορές των ανθρώπων της "φωτισμένης" Ευρώπης, να αποκτήσει τα αστικά αγαθά. Η παραλλαγή και η ποικιλία αποτελούν δυο από τα χαρακτηριστικά που σηματοδοτούν την αντιπαράθεση της καινούριας με την παραδοσιακή κοινωνία. Η νέα κοινωνία αρνιέται την μονοτονία του αγροτικού διαιτολογίου. Τον 19 αιώνα η γαστρονομία επιβάλλεται ως αξία γοήτρου της αστικής τάξης και ως σημείο κοινωνικής ανόδου (38).

Καθώς προχωράμε προς τον 20 αιώνα, η γλώσσα των βιβλίων αλλάζει. Οικειοποιείται ορισμένους γαλλικούς και ιταλικούς μαγειρικούς όρους (λίγοι από τους οποίους προϋπήρχαν σε λεξικά και κείμενα της τουρκοκρατίας) και πλάθεται σε μια ολοένα πιο ενιαία μαγειρική γλώσσα, η οποία απευθύνεται σε ένα ευρύτερο κοινό. Αυτή η διεύρυνση δεν οφείλεται μόνο στους γραμματικούς και συντακτικούς

κώδικες της γλώσσας των μαγειρικών, αλλά κυρίως στη διαφοροποίηση του περιεχομένου τους. Τρία χρόνια μετά την Γαλλική Μαγειρική, εκδίδεται στην Κωνσταντινούπολη ένα ακόμη βιβλίο Μαγειρικής συγγραφέας του οποίου είναι ο μάγειρας Νικόλαος Σαράντης. Το 1886 το βιβλίο ανατυπώνεται στην Αθήνα. Αυτή είναι και η πρώτη επώνυμη, από Έλληνα, Μαγειρική γραμμένη ωστόσο κατά τα πρότυπα των γαλλικών βιβλίων. Ο Σαράντης μεταφράζοντας λίγα αποσπάσματα από την "Φυσιολογία της γεύσης" του Brilliat-Savarin εισαγάγει την έννοια της γαστρονομίας στην ελληνική πραγματικότητα. Όσο αφορά τις συνταγές του βιβλίου, θα λέγαμε ότι οι περισσότερες προέρχονται από την Γαλλική κουζίνα. Υπάρχουν όμως και μερικές συνταγές με ελληνικές ονομασίες, συνταγές υψηλής μαγειρικής στις οποίες χρησιμοποιούνται μαζί με τα τυπικά ελληνικά προϊόντα(τα αρωματικά χόρτα και ορισμένα καρυκεύματα) ή τα ελληνικής-τουρκικής διάδοσης τουρσιά, και ορισμένα γαλλικά προϊόντα όπως οι τρούφες. Αυτές οι συνταγές θα λέγαμε ότι επινοήθηκαν περισσότερο για να συνθέσουν το εθνικό προφίλ της λόγιας ελληνικής μαγειρικής του 19 αιώνα, στηριγμένο στην αρχαία αλλά και στην πρόσφατη ιστορική παράδοση και τυπολογία των ηρώων ή των ηρωικών πράξεων του 19^{ου} αιώνα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελούν οι "ψάρι καλκάνι του Αρχιναύαρχου Κανάρη", "ψάρι του Αρχιναυάρχου Μιαούλη", "το σαρλότ των δέκα Οκτωβρίου", "το σαρλότ το Αθηναϊκόν" για να θυμίζουν όπως λέει ο συγγραφέας τις λαμπρές πράξεις των μεγάλων ανδρών. Εκτός από αυτές τις συνταγές με τις εθνικές ονομασίες, υπάρχουν και κάποιες που επιγράφονται απλώς «αλά Γκρέκ». Ουσιαστικά είναι η πρώτη φορά που σε έντυπη ελληνική μαγειρική παρουσιάζονται συνταγές χαρακτηριστικές της Ελληνικής υψηλής αστικής μαγειρικής και μιας πρωτοεμφανιζόμενης γαστρονομίας του 19 αιώνα.

Δεν είναι τυχαίο μάλιστα ότι στην Κωνσταντινούπολη την ίδια περίπου εποχή, συντελείται μια τομή στις συνήθειες των δείπνων των κοινωνικών ελίτ και τη διατροφική κοινωνικότητα: «τότε κατά πρώτον ανακαινίσθηκαν τα μετά το μεσονύκτιων πλούσια δείπνα επί το ευρωπαϊκώτερον, κατ' απομίμηση των εν ταις πρεσβείες παρατιθεμένων, μετ' εκλεκτών οίνων Γαλλίας και Παραρρηνίων και προ πάντων Καμπανίτου». Επειδή δε τα γεύματα αυτά δίνονταν από τους πλουσίους της εποχής, ήταν προσκεκλημένοι και πολλοί ξένοι από τα στρατιωτικά επιμελητήρια της Γαλλίας και της Αγγλίας οι οποίοι έφερναν μαζί τους και φίλους τους μάχιμους αξιωματικούς οι οποίοι έμεναν στην Κωνσταντινούπολη (40).

Στη μαγειρική του 1863 (41)ενσωματώνονται και λίγες συνταγές από χώρο της Ανατολικής κουζίνας, όχι όμως της Οθωμανικής. Για παράδειγμα, «σούπα από ρύζι αλά αρμένα» και «πιπίνια εις το χαρτί αλά Αιγυπτιακά», φαγητά τα οποία θα ήταν γνωστά στην κοσμοπολίτικη μαγειρική της Κωνσταντινούπολης και στις Εθνοτικές ομάδες που μοιράζονται από αιώνες κοινές εμπειρίες στη διατροφική κουλτούρα της παλιάς αυτής πόλης (42).

Βέβαια η καταγραφή κάποιας συνταγής σε ένα βιβλίο μαγειρικής δεν αποτελεί τον ασφαλέστερο οδηγό των αφομοιώσεων, των ενσωματώσεων ή των προσαρμογών μιας ξένης ή καινούριας συνταγής στην εγχώρια κουζίνα. Η κατανόηση των διαπολιτισμικών επιδράσεων ή των απορρίψεων στο διατροφικό καθεστώς μπορεί να γίνει εφικτή μόνο όταν στα βιβλία μαγειρικής οι αναγνώστριες χειρόγραφα και οι συγγραφείς στα σχόλιά τους σημειώνουν την εμπειρία τους από τις προσωπικές και πιο σπάνια τις συλλογικές αντιδράσεις απέναντι σε ένα πιάτο. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η παρατήρηση του συγγραφέα Ν. Σαράντη (βλ. Παρ.1) ότι παρά το γεγονός ότι τα γαλλικά πρότυπα λανσάρουν ως πρώτο πιάτο τις γαλλικές σούπες, τους ζωμούς και τα "κονσομέ" που κατακλύζουν τα ελληνικά βιβλία μαγειρικής όλο τον 19 αιώνα, ακόμα και οι πιο εύπορες Κωνσταντινουπολίτικες οικογένειες που διαθέτουν μάγειρα που ακολουθεί την ευρωπαϊκή μαγειρική, δεν δέχονται να προσθέσουν στο διαιτολόγιο τους αυτές τις "ελαφριές" σούπες. Τον ίδιο χρόνο στην Αθήνα εκδίδεται ένας σύντομος σε μικρό σχήμα οδηγός της Δαπάνη Σταματίου Νικολαίδου (43), ο οποίος παράλληλα με την μαγειρική περιλαμβάνει διάφορες ιατρικές-καλλωπιστικές συνταγές.

Τα επόμενα χρόνια μια άλλη Ιταλική μεταφρασμένη μαγειρική, "Ο Μάγειρος ή ο Φίλος της Οικιακής Οικονομίας", φαίνεται να κυριαρχεί στον εκδοτικό χώρο των βιβλίων. Πρόκειται για ακόμη μια μαγειρική μικρού σχήματος, στο πρώτο μέρος της οποίας γίνεται αναφορά στις θρεπτικές ιδιότητες των τροφών ανά κατηγορία και σε διάφορες διαιτητικές συμβουλές και στο δεύτερο δίνεται στις ιταλικές κυρίως συνταγές με προσθήκη κάποιων συνταγών κατά τον αγγλικό, ισπανικό, αυστριακό, ρωμαϊκό και γαλλικό τρόπο. Αν και παραμένει άγνωστη η προέλευση και ο συγγραφέας του Ιταλικού πρωτότυπου, η χρονολογία γραφής της Ιταλικής μαγειρικής και της μετάφρασής της εντοπίζεται στο πρώτο μισό του 19 αιώνα.

Την τελευταία δεκαετία του αιώνα πληθαίνουν τα βιβλία μαγειρικής και η μορφή τους κλίνει προς τον τύπο του εγχειριδίου. Οι συνταγές παράλληλα με την

διάδοση των Δυτικών προτύπων όπου κυριαρχεί το βούτυρο και το λαρδί ως λιπαρή ύλη και όχι το ελαιόλαδο, στρέφονται προς την εγχώρια αστική μαγειρική, των μεσαίων στρωμάτων, περιλαμβάνοντας και ορισμένες από τις Τούρκικες παραδοσιακές συνταγές. Η πρώτη γνωστή μαγειρική αυτού του μεσοαστικού τύπου που εκδίδεται το 1891, περιλαμβάνει "ζωμό πασχαλινό" δηλαδή μαγειρίτσα, "νηστίσιμες συνταγές", "αρνί σούβλας", "πιλάφιον τούρκικον" ή "κρέμα εκ στήθους όρνιθος" ή "καταίφι τούρκικον" όπου είναι το περίφημο κωνσταντινουπολίτικο γλυκό ταούκ-κοκσού (44).

Στις επόμενες εκδόσεις του 1892 και του 1893 τα βιβλία μαγειρικής περιλαμβάνουν περισσότερες ελληνικές συνταγές όπως επίσης και συνταγές που προέρχονται από την τούρκικη μαγειρική. Βέβαια οι Γαλλικές και λοιπές Δυτικές συνταγές διατηρούν την υπεροχή τους στα κονσομέ, τις σούπες, τις σάλτσες, τις γαρνιτούρες, τα φιλέτα, τα ζυμαρικά το κυνήγι, τα πουλερικά και το χώρο της ζαχαροπλαστικής.

Το 1899 ο Β. Αλεξιάδης λόγιος αρχιμάγειρας και ζαχαροπλάστης συγγράφει την "Μεγάλη Οικογενειακή μαγειρική" με πρόθεση να εξυπηρετήσει τις οικογένειες μιας και κατά τον συγγραφέα όλα τα προηγούμενα βιβλία προοριζόντουσαν για τη χρήση των μαγείρων. Δηλώνει ότι θα αποφύγει τις συνταγές για τα πολυσύνθετα και πολυδάπανα φαγητά και τη χρήση ξένων όρων. Οι συνταγές του Β. Αλεξιάδη αποτελούν μια ιεραρχημένη σύνοψη των μαγειρικών και γαστρονομικών προτύπων του φθίνοντος 19^{ου} αιώνα, στην οποία καταγράφονται συνταγές από τις προηγούμενες εκδόσεις ελληνικών και ξένων βιβλίων μαγειρικής.

Βρισκόμαστε στο τέλος του αιώνα. Η οικογενειακή μαγειρική του Β. Αλεξιάδη μαζί με την μαγειρική του αρχιμαγείρου των ανακτόρων Π. Καντώρου (45), προσφέρουν ένα τελευταίο χαρακτηριστικό δείγμα των μαγειρικών προτύπων που ισχύουν τον 19 αιώνα, όπου "ο σολομός α-λ-ολλανδέζ" και το "λιθρίνι μετρ δ'οτέλ" συμπλέουν με τον "βακαλάο πλακί" και τις "φρέσκαις σαρδέλλαις ψηταίς με κρεμμύδια". Τα βιβλία μαγειρικής του 19^{ου} αιώνα, αφομοιώνουν ή ενσωματώνουν στις ήδη προϋπάρχουσες μαγειρικές πρακτικές τα δυτικά πρότυπα, αναπαριστώντας τις σταθερές και τις μεταβλητές στην υπό διαμόρφωση ακόμα ελληνική αστική μαγειρική.

Το γεγονός αυτό πιστοποιεί ότι μέχρι αυτή την περίοδο και ίσως και για κάποια χρόνια ακόμη, η ελληνική κουζίνα απαρτίζεται από ένα μείγμα συνταγών που

παραπέμπουν από την μια, στην Ανατολική και Οθωμανική κουζίνα, και από την άλλη στα δυτικοευρωπαϊκά γαστρονομικά πρότυπα. Αν και γνωρίζουμε ότι οι αστικές οικογένειες στην Ελλάδα επιδείκνυαν μια ιδιαίτερη προσήλωση στη δυτική κουλτούρα, δεν ξέρουμε σε ποιο βαθμό είχαν ενσωματώσει τις δυτικές γαστρονομικές επιταγές στο καθημερινό τους διαιτολόγιο. Επίσης δεν γνωρίζουμε αν η δίαιτα που ακολουθούσαν τα χαμηλότερα κοινωνικά στρώματα είχε στοιχεία από την δυτική κουζίνα ή βασιζόταν αποκλειστικά σε παραδοσιακές ελληνικές συνταγές που πιθανότατα να μην είχαν καταγραφεί στα βιβλία μαγειρικής που είχαν εκδοθεί την εποχή αυτή.

6. ΠΗΓΕΣ - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

6.1 Συλλογή Βιβλίων Μαγειρικής

Τα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν στην ελληνική γλώσσα και κυκλοφόρησαν στα τέλη του 19^{ου} αιώνα μέχρι και σήμερα αποτέλεσαν το βασικό ερευνητικό πεδίο αυτής της μελέτης. Η αναζήτηση των βιβλίων έγινε στην συλλογή του Ε.Λ.Ι.Α. (Ελληνικό Λαογραφικό και Ιστορικό Αρχείο) και την ιδιωτική συλλογή του Κ. Παπούλια. Η συλλογή του Κ. Παπούλια περιλαμβάνει περί τα 400 βιβλία μαγειρικής καθώς και ένα σημαντικό αριθμό περιοδικών με θέματα μαγειρικής. Τα βιβλία αυτά τοποθετούνται χρονολογικά μεταξύ του1816 και του 2003. Τα περισσότερα βιβλία πέρα από συνταγές μαγειρικής περιλαμβάνουν και ένα ξεχωριστό τμήμα αφιερωμένο στην ζαχαροπλαστική. Επίσης συχνά περιλαμβάνουν θέματα που έχουν να κάνουν είτε με την συντήρηση και τον καθαρισμό του σπιτιού, είτε με την υγεία και τον καλλωπισμό, είτε με τρόπους καλής συμπεριφοράς.

Το αντικείμενο αυτής της μελέτης αφορά αποκλειστικά τις συνταγές μαγειρικής, αφήνοντας την ζαχαροπλαστική και τις λοιπές πληροφορίες οικιακής οικονομίας να αποτελέσουν πεδίο έρευνας κάποιων επόμενων μελετών. Λόγω του μεγάλου αριθμού των βιβλίων, έγινε επιλογή των βιβλίων που αναλύθηκαν. Ένα βασικό κριτήριο στην επιλογή ήταν η χρονολογία έκδοσης. Ιδιαίτερα μας απασχόλησαν όσα κυκλοφόρησαν στις αρχές του 20 αιώνα μέχρι και το 1965, λίγο μετά δηλαδή τον 2^{ο} παγκόσμιο πόλεμο, όπου η παραδοσιακή Ελληνική διατροφή

αποτέλεσε πρότυπο διατροφής για τον Ελληνικό πληθυσμό και συγχρόνως τυπική έκφραση της αποκαλούμενης Μεσογειακής δίαιτας.

Εξετάσαμε 11 ενδεικτικά βιβλία Μαγειρικής. Το πρώτο αποτελεί την παλαιότερη επώνυμη Ελληνική Μαγειρική που εκδόθηκε από Έλληνα, τον μάγειρα Νικόλαο Σαράντη (41). Η Μαγειρική αυτή φέρει τον τίτλο "Σύγγραμμα της Μαγειρικής περιεκτικόν και ευμεθόδων εις την Απλοελληνικήν υπό Νικόλαου Σαράντου" και εκδόθηκε στην Κωνσταντινούπολη το 1863. Στην Αθήνα επανεκδόθηκε 23 χρόνια αργότερα, το 1886. Περιλαμβάνει 500 συνταγές Μαγειρικής από τις οποίες οι περισσότερες φέρουν Γαλλικό τίτλο. Στον πρόλογό του ο συγγραφέας αναφέρει ότι έγραψε αυτό το βιβλίο αυτό απευθυνόμενος στους συναδέλφους του μάγειρες και στις οικοδέσποινες. Πέρα από τις συνταγές μαγειρικής δίνει και κάποιες οδηγίες μαγειρικής που στοχεύουν στην μείωση της ενεργειακής δαπάνης και την εξοικονόμηση της τροφής, όπως επίσης και οδηγίες καθαριότητας του μαγειρείου. Επίσης αναφέρεται στις θρεπτικές ιδιότητες των τροφίμων και τις εποχές που είναι προτιμότερο να καταναλώνονται το καθένα από αυτά. Τέλος ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι παραπομπές που κάνει σε κείμενα Ρωμαίων συγγραφέων αλλά και κομμάτια από την Ιλιάδα που σχετίζονται με την παρασκευή γευμάτων.

Το δεύτερο βιβλίο φέρει τον τίτλο "Μεγάλη Οικογενειακή Μαγειρική και Ζαχαροπλαστική" και περιλαμβάνει 1022 συνταγές Μαγειρικής (46). Ο συγγραφέας του Αλεξιάδης Βασίλειος αναφέρει ότι στόχος του ήταν να γράψει ένα βιβλίο Μαγειρικής που να απευθύνεται στις οικογένειες και όχι στους Μαγείρους των μεγάλων ξενοδοχείων, τους λόγιους και τους επιστήμονες, στους οποίους προορίζονταν τα βιβλία Μαγειρικής μέχρι εκείνη την εποχή. Γι αυτό τον λόγο αυτό αποφεύγει να χρησιμοποιεί ξένους όρους, των οποίων γίνεται κατάχρηση στα υπόλοιπα βιβλία Μαγειρικής που κυκλοφορούν όπως επίσης αποφεύγει τα πολυδάπανα και πολυσύνθετα φαγητά. Το βιβλίο εκδόθηκε το 1905, και αποτελεί 2η έκδοση.

Το τρίτο βιβλίο (47) παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον γιατί αποτελεί οδηγό διδασκαλίας του Μαθήματος της Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914. Η σχολή αυτή εισήγαγε πρώτη την συστηματική διδασκαλία της Μαγειρικής στις Ελληνίδες. Το βιβλίο περιλαμβάνει 133 συνταγές Μαγειρικής και σύμφωνα με τον συγγραφέα απευθύνεται πέρα από τις

φοιτούσες στην σχολή σε όσες γυναίκες θέλουν να επιβλέπουν το μαγειρείο τους. Λόγω του ότι το βιβλίο αυτό δεν αποτελεί βιβλίο Μαγειρικής αλλά οδηγό διδασκαλίας, παρουσιάζεται ξεχωριστά.

Η «Νέα Οικιακή Μαγειρική» (48) του Αλέξιου Βιτσικουνάκη είναι το τέταρτο βιβλίο. Περιλαμβάνει 454 συνταγές Μαγειρικής και κυκλοφόρησε το 1925. Ο εκδότης αναφέρει στον πρόλογό του ότι ήταν αναγκαία η έκδοση ενός τέτοιου Οδηγού που να καθορίζει επιστημονικά τις αναλογίες παρασκευής των φαγητών, των ειδών ζαχαροπλαστικής και ποτοποιίας, γιατί δεν είχαν όλες οι οικοδέσποινες την δυνατότητα φοίτησης σε κάποια επαγγελματική σχολή. Συμπληρώνει ότι η κατάρτιση του Οδηγού αυτού βασίστηκε στα καλύτερα Βιβλία Μαγειρικής που εκδόθηκαν στην Ευρώπη.

Το πέμπτο βιβλίο αφορά έναν Οδηγό Μαγειρικής Στρατού που εκδόθηκε το 1928 από το Υπουργείο Στρατιωτικών. Περιλαμβάνει 128 συνταγές Μαγειρικής από τις οποίες οι έντεκα αφορούν τα συσσίτια των στρατιωτών σε περίοδο ειρήνης, κατά τη διάρκεια εκστρατειών, οι εξήντα δύο τα γεύματα των στρατιωτών και οι πενήντα πέντε τα γεύματα των αξιωματικών. Επειδή το βιβλίο αυτό δεν αποτελεί βιβλίο Μαγειρικής που να απευθύνεται στο κοινό, παρουσιάζεται ξεχωριστά. Ο τίτλος του βιβλίου είναι "Δοκίμιον Κανονισμού περί της Υπηρεσίας εν τοις Στρατιωτικοίς Μαγειρειοίς Μετά Οδηγού Μαγειρικής" (49).

Το επόμενο βιβλίο είναι η Μαγειρική του Τσελεμεντέ (50). Πρόκειται για την 8η έκδοση, που κυκλοφόρησε το 1938. Η 1η έκδοση κυκλοφόρησε το 1910. Στο βιβλίο αυτό περιλαμβάνονται 874 συνταγές Μαγειρικής από τις οποίες κάποιες αναφέρονται στην Γαλλική κουζίνα. Ο Τσελεμεντές αποτέλεσε το βιβλίο μαγειρικής με την μεγαλύτερη κυκλοφορία. Ίσως γι αυτόν τον λόγο ο όρος "βιβλίο Μαγειρικής" και *Τσελεμεντές* κατέστησαν όροι ταυτόσημοι. Το γεγονός ότι πάρα πολλοί Έλληνες μεγάλωσαν με την Μαγειρική του Τσελεμεντέ, καθιστά πολύ ενδιαφέρουσα την μελέτη του.

Το επόμενο βιβλίο φέρει τον τίτλο "Η νοικοκυρά τι πρέπει να γνωρίζει" (51) Έχει τη μορφή ενός Εγκυκλοπαιδικού Λεξικού που περιέχει ότι σχετίζεται με τις ζωικές και φυτικές τροφές, τις θρεπτικές τους ουσίες, την χημεία τους, την επίδρασής του στην υγεία του ατόμου, και πώς μέσω της Μαγειρικής και Ζαχαροπλαστικής τέχνης θα παρασκευαστούν ωραιότερα, οικονομικότερα και τελειότερα. Περιλαμβάνει 643 συνταγές Μαγειρικής οι οποίες παραθέτονται κατά αλφαβητική

σειρά. Αποτελεί την 4η έκδοση η οποία κυκλοφόρησε το 1949. Σύμφωνα με τον εκδότη Βασιλείου Γεώργιο, η Ελληνίδα δεν αρκεί να μάθει να μαγειρεύει καλά, πρέπει να αποκτήσει και εγκυκλοπαιδικές γνώσεις σε θέματα διατροφής, υγιεινής, οικιακής οικονομίας, διατηρήσεως των τροφίμων και γενικότερα ότι έχει να κάνει με τις ιδιότητες των τροφίμων, την υγεία και την καλή συμπεριφορά.

Το ένατο βιβλίο είναι "Η νέα και καλύτερη Μαγειρική Ζαχαροπλαστική" (52) της Αντείας Παντούλη. Πρόκειται για την 2η έκδοση που κυκλοφόρησε το 1954 και περιλαμβάνει 331 συνταγές Μαγειρικής. Η συγγραφέας αναφέρει ότι ένας από τους λόγους που την προέτρεψαν να γράψει την Μαγειρική αυτή ήταν το γεγονός ότι σε πολλά σπίτια παρά τα μέσα που διέθεταν και τους μαγείρους και τις μαγείρισσες που ακριβοπλήρωναν, τα φαγητά που της προσφέρθηκαν ήταν ακριβά μεν, αλλά άνοστα δε. Στο βιβλίο αυτό συμπεριέλαβε συνταγές φαγητών και γλυκισμάτων ώστε να μπορεί η νοικοκυρά να παρασκευάζει ένα καλό φαγητό ανάλογα με τις οικονομικές της δυνατότητες.

Τα τρία βιβλία του Θέμου Ποταμιάνου *Η Μαγειρική των Περιστάσεων* (53), *Τα Ψάρια και η Μαγειρική του Θέμου Ποταμιάνου* (54) και *33 Ελληνικές συνταγές* (55), ξεχωρίζουν από τις υπόλοιπες Μαγειρικές γιατί σε αντίθεση με τα υπόλοιπα βιβλία δεν είναι γραμμένα σύμφωνα με τα Δυτικά πρότυπα. Εκδόθηκαν αντίστοιχα το 1949, το 1956 και το 1965. Η *Μαγειρική των Περιστάσεων* περιλαμβάνει 92 συνταγές Μαγειρικής. Οι συνταγές αυτές είχαν περισσότερη απήχηση τα χρόνια της κατοχής όπου τα τρόφιμα ήταν λίγα και ακριβά. Ο συγγραφέας αναφέρει ότι ο λόγος που συνέταξε αυτή την Μαγειρική ήταν για να αναπληρώσει με την τέχνη και την αξία των Μαγείρων τις ελλείψεις των υλικών. Το βιβλίο *Τα Ψάρια και η Μαγειρική του Θέμου Ποταμιάνου* (54), αντιπροσωπεύει την Μαγειρική των ψαράδων. Περιλαμβάνει 52 συνταγές Μαγειρικής οι οποίες αφορούν γνωστούς και άγνωστους τρόπους μαγειρικής των διάφορων ψαριών που ο συγγραφέας αποκόμισε κάνοντας παρέα με τους ψαράδες. Στο βιβλίο αυτό ο συγγραφέας πέρα από τις συνταγές μαγειρικής παραθέτει και πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τα είδη ψαριών, τον τρόπο καθαρίσματός τους, την εποχή που το κάθε είδος είναι πιο νόστιμο. Επίσης κάνει λόγο για τα παστά και κατεψυγμένα ψάρια όπως και για μερικές σαλάτες από χόρτα θαλασσινά που μαζεύουν οι ψαράδες. Τέλος το βιβλίο «33 Ελληνικές συνταγές» περιλαμβάνει 33 συνταγές Μαγειρικής κάποιες από τις οποίες συμπεριλαμβάνονται στα δύο προηγούμενα βιβλία του συγγραφέα. Οι συνταγές και

στα τρία βιβλία είναι μοναδικές και βασίζονται στις αρχές της Ελληνικής παραδοσιακής δίαιτας. Επειδή τα τρία βιβλία του Ποταμιάνου διαφέρουν σημαντικά από τα υπόλοιπα βιβλία μαγειρικής, παρουσιάζονται ξεχωριστά.

6.2. Επεξεργασία δεδομένων

Τα στοιχεία που παρέχουν τα βιβλία κωδικοποιήθηκαν με βάση τις πρώτες ύλες (υλικά) καθώς και την μέθοδο παρασκευής τους. Οι πρώτες ύλες ταξινομήθηκαν σε έντεκα βασικές ομάδες τροφίμων: 1) το κρέας και τα εντόσθια 2) τα κυνήγια και τα πουλερικά, 3) τα ψάρια και τα θαλασσινά 4) τα αυγά, 5) τα γαλακτοκομικά, 6) τα όσπρια, 7) τα δημητριακά, 8) τα λαχανικά, 9) τα φρούτα και οι ξηροί καρποί και 11) τα λίπη και έλαια. Η μέθοδος μαγειρικής ή παρασκευής ταξινομήθηκε με βάση 8 διαφορετικές μεθόδους: 1) το βράσιμο, 2) το ψήσιμο στο φούρνο, 3) το μαγείρεμα στην κατσαρόλα-τσιγάρισμα, 4) το ψήσιμο στη σχάρα, 5) το ψήσιμο στη σούβλα, 6) το τηγάνισμα, 7) το πάστωμα και 8) το κάπνισμα.

Στη συνέχεια εξετάστηκε το ποσοστό των συνταγών που βασίζονται στις επιλεγμένες ομάδες τροφίμων όπως επίσης και το ποσοστό χρησιμοποίησης των μεθόδων μαγειρικής. Επιπλέον, υπολογίστηκαν τα ποσοστά εμφάνισης ορισμένων επιμέρους συστατικών, όπως για παράδειγμα του γάλακτος, του φουά γκρά, και όλων των λιπαρών υλών (ελαιόλαδο, το βούτυρο, το λαρδί, το βοδινό και το χοιρινό λίπος, τα ζωικά μαγειρικά λίπη, τα φυτικά μαγειρική λίπη και η μπόλια αρνιού). Τα τρόφιμα αυτά εξετάσθηκαν ιδιαιτέρως επειδή αποτελούν πρώτες ύλες χαρακτηριστικές της ελληνικής ή κάποιας ξένης γαστρονομικής κουλτούρας. Για τα τρόφιμα αυτά υπολογίστηκε το ποσοστό των αντίστοιχων συνταγών είτε ως προς το σύνολο των συνταγών, είτε ως προς τον αριθμό των συνταγών της ομάδας τροφίμων στην οποία ανήκουν. Αναφορικά με τις ομάδες τροφίμων, υπολογίστηκε το ποσοστό των αντίστοιχων συνταγών ως προς το σύνολο των συνταγών.

Στο κρέας και τα παράγωγα συμπεριλήφθησαν τα διάφορα είδη κρέατος, τα εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου και ο κιμάς από όλα τα είδη κρέατος. Στα είδη κρέατος συμπεριλήφθηκε το βοδινό, το μοσχάρι, το χοιρινό και το αρνί. Οι ζωμοί, το ζαμπόν, η ζελατίνα, τα λουκάνικα, το χοιρομέρι και τα λοιπά αλλαντικά υπολογίστηκαν ξεχωριστά ως τρόφιμα και δεν συμπεριλήφθηκαν στην ομάδα του κρέατος και των παραγώγων. Στα λοιπά αλλαντικά συμπεριλήφθησαν η καπνιστή

βοδινή γλώσσα ή αλεκαρλατ, το σαλστισότο, η χοιρινή καπνιστή γλώσσα, η μορταδέλα, το καπνιστό κρέας, το μπέικον και το Γερμανικό σαλάμι «Λεμπερτ Βυρστ». Στην ομάδα με τα πουλερικά και το κυνήγι συμπεριλήφθησαν το κοτόπουλο και η γαλοπούλα, τα πουλιά από κυνήγι και τα ζώα από κυνήγι. Στα πουλιά από κυνήγι συμπεριλήφθησαν όλα τα πουλιά από κυνήγι όπως τα κοτσύφια, τα περιστέρια, τα ορτύκια, οι πέρδικες, οι κορυδαλλοί, οι φραγκόκοτες, οι φασιανούς, οι μπεκάτσες, τα τρυγόνια, οι πάπιες, οι χήνες, οι φάσες, οι αγριόπαπιες και τα μικρά πουλιά. Στα ζώα από κυνήγι συμπεριλήφθησαν όλα τα ζώα από κυνήγι όπως ο λαγός, το κουνέλι, το ελάφι, το ζαρκάδι και το αγριογούρουνο. Το συκώτι της χήνας (φουα-γκρα) υπολογίστηκε ως επιμέρους τρόφιμο ξεχωριστά από την ομάδα των πουλερικών και του κυνηγιού. Στην ομάδα των ψαριών και θαλασσινών συμπεριλήφθησαν όλα τα είδη ψαριών και θαλασσινών. Ο ταραμάς και το χαβιάρι υπολογίστηκαν ως επιμέρους τρόφιμα. Στα όσπρια συμπεριλήφθησαν όλα τα είδη οσπρίων που χρησιμοποιούνται στις συνταγές: φακές, ρεβίθια, φασόλια και ξερά κουκιά. Στην ομάδα των γαλακτοκομικών συμπεριλήφθησαν οι συνταγές όπου χρησιμοποιούνται το γάλα, τα διάφορα είδη τυριού, το γιαούρτι και η κρέμα γάλακτος. Η ομάδα των δημητριακών περιλάμβανε το σιτάλευρο, το ψωμί, το κριθάρι, το ρύζι, τα ζυμαρικά, το πλιγούρι, ο τραχανάς και τα λοιπά δημητριακά. Αναφορικά με το σιτάλευρο, επειδή χρησιμοποιείται σε αρκετές συνταγές σε μικρές ποσότητες ως υλικό ένωσης όπως για παράδειγμα σε σάλτσες, σούπες και φριτούρες, υπολογίστηκαν μόνο οι συνταγές που περιλαμβάνουν τα διάφορα είδη ζύμης και πιττών. Αντιστοίχως για το ψωμί υπολογίστηκαν οι συνταγές που αφορούν την παρασκευή ψωμιού και όσες αφορούν την παρασκευή των *«σάντουιτς»*. Στα λοιπά δημητριακά συμπεριλήφθησαν όσα είδη δημητριακών δεν προαναφέρθηκαν, όπως η ταπιόκα και το σιμιγδάλι. Στα αυγά υπολογίστηκαν οι συνταγές στις οποίες τα αυγά συμμετείχαν ως βασικό τρόφιμο και όχι ως υλικό ένωσης. Στην ομάδα των λαχανικών υπολογίστηκαν οι συνταγές στις οποίες τα λαχανικά αποτελούσαν κυρίαρχο συστατικό είτε σε ωμή μορφή είτε σε μαγειρεμένη. Δεν υπολογίστηκαν οι συνταγές στις οποίες τα λαχανικά συμμετείχαν ως στοιχεία γαρνιτούρας ή ενδυνάμωσης της γεύσης. Οι πατάτες συμπεριλήφθηκαν στην ομάδα των λαχανικών. Στην ομάδα των ξηρών καρπών συμπεριλήφθηκαν τα κουκουνάρια, τα κάστανα, τα φιστίκια, τα αμύγδαλα, το ταχίνι και οι λοιποί ξηροί καρποί οι οποίοι αφορούν όλα τα είδη ξηρών καρπών τα οποία δεν προαναφέρθηκαν. Στην ομάδα των φρούτων συμπεριλήφθηκαν

τα αποξηραμένα και τα φρέσκα φρούτα: οι σταφίδες, τα κυδώνια, τα βερίκοκα, τα μήλα, ο πελτές φραγκοστάφυλου. Ως λοιπά φρούτα εννοούνται όσα φρούτα δεν προαναφέρθηκαν. Οι πράσινες και οι μαύρες ελιές συμπεριλήφθηκαν στην ομάδα των φρούτων. Στην ομάδα των λιπών και ελαίων συμπεριλήφθηκαν το ελαιόλαδο, το βούτυρο, το λαρδί, το βοδινό και το χοιρινό λίπος, τα ζωικά μαγειρικά λίπη, τα φυτικά μαγειρική λίπη και η μπόλια αρνιού.

Στις περιπτώσεις που οι συνταγές βασίστηκαν σε περισσότερες από μια ομάδες τροφίμων ή τρόφιμα, κάθε στοιχείο υπολογίστηκε ξεχωριστά. Για παράδειγμα η συνταγή για «γεμιστές ντομάτες με ρύζι και κιμά φούρνου» συμπεριλήφθηκε στην ομάδα κρέατος και ειδικότερα στον κιμά που μαγειρεύεται στον φούρνο καθώς επίσης και στην ομάδα των δημητριακών, στο ρύζι. Παρόλ' αυτά δεν συμπεριλήφθηκε στην ομάδα λαχανικών καθότι αποφασίσαμε να συμπεριλάβουμε σε αυτή μόνο όσες συνταγές έχουν ως κύριο συστατικό λαχανικά και όχι κρέας, πουλερικά, ψάρια ή θαλασσινά.

7. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι συνταγές από κάθε βιβλίο κατατάχτηκαν ανά κατηγορία τροφίμων και ανά μέθοδο μαγειρικής. Υπολογίσαμε το ποσοστό των συνταγών που αναλογούν σε κάθε ομάδα τροφίμων και σε κάποια είδη τροφίμων ξεχωριστά ως προς το σύνολο των συνταγών μαγειρικής του κάθε βιβλίου. Επίσης υπολογίσαμε το ποσοστό (%) των συνταγών για τα επιμέρους τρόφιμα των ομάδων τροφίμων ως προς το σύνολο των συνταγών της κάθε ομάδας όπως και τα ποσοστά των συνταγών ανά μέθοδο μαγειρικής. Είδαμε που και πόσο συχνά χρησιμοποιείται το βούτυρο ή το λάδι και τι θέση κατέχουν τα τηγανιτά φαγητά στην ελληνική κουζίνα. Επίσης είδαμε ποια η χρήση των οσπρίων και των δημητριακών, στοιχεία που έχουν συσχετιστεί με την Ελληνική παραδοσιακή δίαιτα αλλά και ποια λαχανικά χρησιμοποιούνται περισσότερο στις συνταγές. Είδαμε από πότε χρονολογούνται κάποιες συνταγές "του σήμερα", ποιες κοινές συνταγές υπάρχουν μεταξύ των βιβλίων μαγειρικής και τι είδους διαφοροποιήσεις υπεισέρχονται με το πέρασμα των χρόνων.

7.1 Το Κρέας και τα Εντόσθια στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές με κρέας συμπεριλαμβανομένων και των εντοσθίων αντιπροσωπεύουν κατά προσέγγιση 20 % του συνόλου των συνταγών στα 8 από τα 11 βιβλία μαγειρικής με μια αύξηση καθώς πλησιάζουμε την δεκαετία 50 με 60 (βλ. πίνακα 2). Εξαίρεση αποτελούν τα τρία βιβλία του Θέμου Ποταμιάνου που εκδόθηκαν το 1943, 1956 και 1965 όπου το κρέας συμμετέχει μόνο σε 4, 0 και 3% του συνόλου των συνταγών αντίστοιχα (βλ. πίνακα 16). Στο βιβλίο της Παντούλη που εκδόθηκε το1954 συναντάμε το μεγαλύτερο ποσοστό συνταγών σε κρέας σε σχέση με τα υπόλοιπα βιβλία που εξετάσαμε. Το ποσοστό αυτό ανέρχεται στο 37% του συνόλου των συνταγών. Κατά κανόνα οι συνταγές που έχουν ως κύριο συστατικό το κρέας ή τα εντόσθια του ζώου αντιπροσωπεύουν το μεγαλύτερο ποσοστό του συνόλου των συνταγών στα περισσότερα βιβλία μαγειρικής που αναλύσαμε.

Εκτός από το πρώτο επώνυμο ελληνικό βιβλίο μαγειρικής, την Μαγειρική του Σαράντη, που εκδόθηκε το 1863 όπου το κατεξοχήν είδος κρέατος που χρησιμοποιείται είναι το βοδινό και το μοσχαρίσιο, στα υπόλοιπα βιβλία μαγειρικής κυριαρχούν το αρνί, τα εντόσθια ή τα κατώτερα τμήματα των ζώων και ο κιμάς (βλ. πίνακα 1). Στον Σαράντη ο κιμάς δεν υπάρχει παρά μόνο σε μια συνταγή, την "Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα"(βλ. Παρ.1). Όμως με το πέρασμα των χρόνων ο κιμάς τείνει να αποτελεί την πιο συχνή μορφή κατανάλωσης του κρέατος. Συνταγές με κιμά με μεγάλη απήχηση στις μέρες μας όπως *τα γιουβαρλάκια*, *οι ντομάτες γεμιστές, οι ντολμάδες, ο μουσακάς, το παστίτσιο* και *οι κεφτέδες*, αναφέρονται ήδη στον Αλεξιάδη (βλ. Παρ. 2). Ανάμεσα στις συνταγές με εντόσθια η παρασκευή της *«Μαγειρίτσας»* περιγράφεται σε όλα σχεδόν τα βιβλία εκτός από την Μαγειρική του Σαράντη (βλ. Παρ. 2 - 11). Πρόκειται για την παραδοσιακή σούπα με εντόσθια του αρνιού, ρύζι και αυγολέμονο που σερβίρεται το Μεγάλο Σάββατο. Την συναντάμε και ως «σούπα Λαμπριάτικη Ελληνική», ως «Ελληνική σούπα του Πάσχα» ή ως «σούπα Πασχαλινή». Το «κοκορέτσι» αναφέρεται στον Αλεξιάδη (βλ. Παρ.2) ενώ στην Παντούλη (βλ. Παρ. 8) συναντάμε επιπλέον και το *«σπληνάντερο»*. Στο ίδιο βιβλίο αναφέρεται για πρώτη φορά και η συνταγή του «πατσά». Στην Μαγειρική του Σαράντη συναντάμε και την χρήση του μαστού του μοσχαριού, υλικό που πιθανότατα έπαψε να χρησιμοποιείται τα μεταγενέστερα χρόνια.

Η επικρατέστερη μέθοδος μαγειρικής για το κρέας είναι το σιγανό ψήσιμο στην "κατσαρόλα". Το *«γιαχνί»,* το *«στιφάδο»,* το «*φρικασέ»* και το *«κρέας αυγολέμονο»* αποτελούν χαρακτηριστικά πιάτα αυτού του τρόπου μαγειρέματος. Το βασικό συστατικό στο γιαχνί και το στιφάδο είναι τα κρεμμύδια και η ντομάτα. Ορισμένες φορές προστίθενται και το σκόρδο. Αντίστοιχα στο αυγολέμονο και το φρικασέ είναι το αυγό. Η αναλογία νερού στο «γιαχνί» παίζει σημαντικό ρόλο, πρέπει να είναι τέτοια ώστε το κρέας να μην είναι βραστό αλλά και να μην χρειάζεται συμπλήρωμα νερού στο φαγητό. Το είδος του κρέατος που συναντάμε συνήθως στα «γιαχνιά» είναι το αρνί.

Στον Σαράντη, το «βράσιμο» αποτελεί την δεύτερη πιο δημοφιλή μέθοδο μαγειρικής μετά το ψήσιμο στην κατσαρόλα. Στα υπόλοιπα βιβλία μετά τις συνταγές της «κατσαρόλας» πιο συχνά συναντάμε τα «τηγανιτά» και ακολουθούν οι συνταγές του «φούρνου». Το «βράσιμο» αποτελεί την επικρατέστερη μέθοδο μαγειρέματος για τα εντόσθια και κατώτερα μέρη του ζώου στην πλειοψηφία των βιβλίων (βλ. πίνακα 2). Παρατηρούμε ότι τα «τηγανιτά» και τα ψητά του «φούρνου» αυξάνονται καθώς περνάνε τα χρόνια. Στην Μαγειρική του Τσελεμεντέ του 1938 συναντάμε το μεγαλύτερο ποσοστό συνταγών με κρέας στο «τηγάνι» και στο «φούρνο» (βλ. πίνακα 2). Αξίζει να σημειωθεί ότι η πλειοψηφία των συνταγών «φούρνου» αφορούν τον κιμά. Το ψήσιμο στην σούβλα έχει συσχετιστεί με το σουβλιστό αρνί που καταναλώνεται το Πάσχα στις περισσότερες Ελληνικές οικογένειες. Ωστόσο στα μισά του περασμένου αιώνα αποτελούσε μια από τις πιο συνηθισμένες μεθόδους ψησίματος του κρέατος. Στο βιβλίο του 1863, σε 33% των συνταγών με κρέας από όλα τα είδη χρησιμοποιείται η σούβλα, ενώ στα βιβλία του 49 και 56, η χρήση της περιορίζεται μόνο στο ψήσιμο του αρνιού και του χοιρινού, αντιπροσωπεύοντας 2% των συνταγών με κρέας. Όσο για τα ψητά «σχάρας», δεν ξεπερνούν το 7% του συνόλου των συνταγών με κρέας σε όλα τα βιβλία (βλ. πίνακα 2).

Στον οδηγό Μαγειρικής του Στρατού συναντάμε και την χρήση κρέατος από κονσέρβα (βλ. Παρ. 5) ενώ στον Σαράντη συναντάμε δυο συνταγές με βοδινό καπνιστό (βλ. Παρ. 1).

Πίνακας 1. Συνταγές με είδη κρέατος

ΕΙΔΗ ΚΡΕΑΤΟΣ	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗΣ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Βοδινό & μοσχάρι (% στο σύνολο των συνταγών με κρέας)	68	18	14	26	22	24
Χοιρινό (% στο σύνολο των συνταγών με κρέας)	11	6.5	13	5	5	1
Αρνί (% στο σύνολο των συνταγών με κρέας)	10	32	39	19	27	20
Κιμάς από όλα τα είδη (% στο σύνολο των συνταγών με κρέας)	1	10	20	27	22	29
Εντόσθια & κατώτερα τμήματα του ζώου (% στο σύνολο των συνταγών με κρέας)	7	34	15	23	23.5	20

Πίνακας 2. Συνταγές με κρέας συμπεριλαμβανομένων των εντοσθίων και κατώτερων τμημάτων του ζώου

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗΣ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Κρέας (% στο σύνολο των συνταγών)	21	18	21	20	29	37
Βραστό (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	24,5	11,5	6	17	12	10
Βοδινό	88	33	50	14	17	2
μοσχάρι	8	0	0	11	0	0
Χοιρινό	0	0	0	0	4	1
Αρνί	4	9,5	0	10	9	1
Εντόσθια (1)	0	57	50	65,5	52	67
Κιμάς	0	0	0	0	4	0
Στη κατσαρόλα (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	26	50	50,5	29	38,5	43
Βοδινό	50	8	6	4	6	16
μοσχάρι	29	4	0	32	32	0
Χοιρινό	0	0	4	2	4	4
Αρνί	0	39	56	26	21	14
Εντόσθια (1)	21	39	12,5	6	11	4
Κιμάς	0	10	21	30	17	14
Στο φούρνο (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	6	12	17	21	18	20
Βοδινό	33	18	12,5	5,5	6	2
μοσχάρι	0	0	6	3	6	
Χοιρινό	0	18	12,5	3	0	1
Αρνί	50	18	25	22	23,5	4
Εντόσθια (1)	0	9	0	11	15	3
Κιμάς	17	36	44	55,5	44	14

Πίνακας 2. Συνταγές με κρέας συμπεριλαμβανομένων των εντοσθίων και κατώτερων τμημάτων του ζώου

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗΣ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Στη σχάρα: (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	4	7	4	5	6	6
Βοδινό	75	38	0	25	0	3
μοσχάρι	0	8	25	12,5	2	0
Χοιρινό	25	8	50	12,5	1	1
Αρνί	0	23	25	12,5	2	2
Εντόσθια (1)	0	23	0	0	2	1
Στη σούβλα: (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	33	11	13	4	2	2
Βοδινό	29	9,5	0	0	0	0
μοσχάρι	20	5	1	14	0	0
Χοιρινό	31	33	33	14	1	0
Αρνί	20	38	42	29	1	1
Εντόσθια (1)	0	14	17	43	1	2
Στο τηγάνι: (% στο σύνολο συνταγών με κρέας)	7	8	10	24	23	20
Βοδινό	43	0	0	7	5	6
μοσχάρι	0	14	22	22	4	0
Χοιρινό	0	0	22	10	4	3
Αρνί	43	36	0	15	12	2
Εντόσθια (1)	14	43	33	27	37	6
Κιμάς	0	7	22	19,5	21	7

1. Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

7.2 Τα Πουλερικά και το κυνήγι στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές με κυνήγι και πουλερικά αντιπροσωπεύουν γύρω στο 10-12 % του συνόλου των συνταγών στην πλειοψηφία των βιβλίων (βλ. πίνακα 3). Στα βιβλία του Αλεξιάδη και του Βιτσικουνάκη το ποσοστό είναι λίγο μεγαλύτερο πλησιάζοντας αυτό του κρέατος. Παρατηρούμε ότι στα πιο παλιά βιβλία Μαγειρικής υπερτερούν οι συνταγές με πουλιά από κυνήγι έναντι αυτών όσων αφορούν το μαγείρεμα του

κοτόπουλου και της γαλοπούλας. Στον Σαράντη, οι συνταγές με πουλιά από κυνήγι αντιπροσωπεύουν 80% των συνταγών με πουλερικά και κυνήγι, δηλαδή την πλειοψηφία.

Με το πέρασμα των χρόνων ενώ αυξάνεται η κατανάλωση του κοτόπουλου και της γαλοπούλας, μειώνεται η κατανάλωση των πουλιών από κυνήγι. Αυτό αποδίδεται στο γεγονός ότι τα πρώτα χρόνια το κυνήγι αποτελούσε μια συνηθισμένη ασχολία που όμως αργότερα άρχισε να εγκαταλείπεται. Επίσης υλικά όπως τα "χαρχάλια πετεινού", τα "λειριά κοκόρου", και τα "νεφρά πουλιών" συναντώνται μόνο στα πιο παλιά βιβλία (βλ. Παρ. 1-2). Αξίζει επίσης να σημειωθεί η προσθήκη *"αίματος λαγού"* σε παρασκευή σάλτσας στο βιβλίο του Αλεξιάδη όπως επίσης και η τοποθέτηση καμένου σίδερου στο εσωτερικό της κοιλιάς της πάπιας, της χήνας και της αγριόπαπιας για να βγει η αποφορά την οποία έχουν (βλ. Παρ.2).

Σε όλα τα βιβλία οι περισσότερες συνταγές με πουλερικά και κυνήγι αφορούν πιάτα της «κατσαρόλας». Στη Μαγειρική του 1863, ο δεύτερος πιο δημοφιλής τρόπος μαγειρέματος των πουλερικών και του κυνηγιού είναι το «βράσιμο». Ακολουθούν τα πιάτα του "φούρνου", στη συνέχεια τα "τηγανιτά" και της "σούβλας" ενώ στο τέλος έρχονται της "σχάρας". Στον Αλεξιάδη, μετά της «κατσαρόλας» ακολουθούν οι συνταγές του «φούρνου», στη συνέχεια οι συνταγές της σούβλας, τα «βραστά» και στο τέλος έρχονται οι συνταγές της «σχάρας» και του «τηγανιού». Στον Τσελεμεντέ η δεύτερη επικρατέστερη μέθοδος μαγειρικής μετά το ψήσιμο στην «κατσαρόλα» είναι το μαγείρεμα στο «φούρνο» ενώ ακολουθεί το «τηγάνισμα».

Πίνακας 3. Συνταγές με πουλερικά και κυνήγι

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗΣ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Πουλερικά & κυνήγι (% στο σύνολο των συνταγών)	12	23	18	9	12	10
γαλοπούλα (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	13	31	33	27	52,5	61
Πουλιά κυνήγι (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	80	52	64	56	30	30
Ζώα κυνήγι (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	6,5	16,5	2	16	14	9
Βραστό (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	26	15	23	14	12,5	15
κοτόπουλο & γαλοπούλα	0	58	63	82	80	5
πουλιά κυνήγι	94	41	37	18	20	0
ζώα από κυνήγι	6	0	0	0	0	0
Στη κατσαρόλα (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	46	48	42	44	57,5	61
κοτόπουλο & γαλοπούλα	25	32	26	17	54	11
πουλιά κυνήγι	71	44	73,5	83	30	6
ζώα από κυνήγι	12,5	24	0		15	3
Στο φούρνο (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	10	17	12	20	14	6
κοτόπουλο & γαλοπούλα	17	27,5	30	44	36	2
πουλιά κυνήγι	83	67,5	70	37,5	45	0
ζώα από κυνήγι	0	5	0	19	18	0

Πίνακας 3. Συνταγές με πουλερικά και κυνήγι

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗΣ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Στη σχάρα: (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά &	5	7	10	4	4	3
κοτόπουλο & γαλοπούλα	0	18	0	0	1	0
πουλιά κυνήγι	100	70,5	87,5	100	67	1
ζώα από κυνήγι	0	12	12,5	0	0	0
Στη σούβλα (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	6,5	16	2	1	4	12
κοτόπουλο & γαλοπούλα	0	21	0	0	67	1
πουλιά κυνήγι	75	60,5	100	100	0	3
ζώα από κυνήγι	25	18	0	0	1	0
Στο τηγάνι (% στο σύνολο συνταγών με πουλερικά & κυνήγι)	6,5	7	10	17,5	5	3
κοτόπουλο & γαλοπούλα	0	43,75	37,5	0	50	1
πουλιά κυνήγι	75	50	50	28,5	1	0
ζώα από κυνήγι	25	6	12,5	71	1	0

7.3 Τα Ψάρια και τα Θαλασσινά στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές με ψάρια και θαλασσινά αντιπροσωπεύουν κατά προσέγγιση 10-12 % του συνόλου των συνταγών στην πλειοψηφία των βιβλίων, δηλαδή το ίδιο ποσοστό με αυτό για τα πουλερικά και το κυνήγι (βλ. πίνακα 4). Στα βιβλία του Αλεξιάδη και του Βιτσικουνάκη, το ποσοστό συνταγών με ψάρια και θαλασσινά πλησιάζει αυτό του κρέατος. Οι συνταγές με ψάρια υπερτερούν σε αριθμό έναντι αυτών με τα θαλασσινά. Παρατηρούμε ωστόσο ότι οι συνταγές με θαλασσινά πληθαίνουν καθώς πλησιάζουμε προς τις δεκαετίες του 50 και του 60. Στον Σαράντη,

τα μοναδικά θαλασσινά που χρησιμοποιούνται είναι τα στρείδια, τα μύδια, οι καραβίδες, ο αστακός και οι γαρίδες (βλ. Παρ.1). Στα μεταγενέστερα βιβλία διακρίνουμε μια πολύ μεγαλύτερη ποικιλία στα θαλασσινά είδη. Στην Μαγειρική του Αλεξιάδη (βλ. Παρ.2), αναφέρονται οι "πίνες" και τα "παγούρια" ενώ στην Μαγειρική του Βασιλείου (βλ. Παρ.7) συναντάμε και τους "σωλήνες". Συνταγές όπως σουπιές "γιαχνί" ή "γεμιστές με ρύζι και σταφίδα", καλαμαράκια "γεμιστά" και "γιαχνί", χταπόδι "ψητό στα κάρβουνα" και χταπόδι "στιφάδο" συναντάμε σχεδόν σε όλα τα βιβλία Μαγειρικής (βλ. Παρ. 2-11) με εξαίρεση την Μαγειρική του Σαράντη. Στο βιβλίο της Παντούλη του 1949, 8 % των συνταγών με ψάρια και θαλασσινά αφορούν την κατανάλωση ωμών θαλασσινών, όπως χτένια, αχινούς, αχιβάδες, κυδώνια, πεταλίδες και στρείδια (βλ. Παρ. 8).

Στα βιβλία του 1949 και του 1954, η επικρατέστερη μέθοδο μαγειρικής για τα ψάρια και τα θαλασσινά είναι το «τηγάνι». Αντίθετα στην Μαγειρική του 1863 το κυριαρχεί το «ψήσιμο στην κατσαρόλα» ενώ στην Μαγειρική του Τσελεμεντέ το «βράσιμο».

Ανεξάρτητα από την επικρατέστερη μέθοδο μαγειρικής, σε κάθε βιβλίο υπάρχει μια συνταγή για τον *«τηγανιτό παστό μπακαλιάρο»* που συνοδεύεται τις περισσότερες φορές από την πατροπαράδοτη *«σκορδαλιά».* Επίσης με εξαίρεση την Μαγειρική του Σαράντη, άλλη μια κοινή συνταγή στα βιβλία μαγειρικής είναι το «ψάρι πλακί» στο φούρνο ή στην κατσαρόλα, με κύρια συστατικά το ελαιόλαδο, λαχανικά όπως ξυνίθρα, σέσκουλα, σπανάκι, ντομάτα, κρεμμύδια, σκόρδο, και κάποιες φορές οι σταφίδες. Η «κακκαβιά», η πατροπαράδοτη Ελληνική ψαρόσουπα, αναφέρεται μόνο στην Μαγειρική του Βασιλείου (βλ. Παρ. 7), και του Τσελεμεντέ (βλ. Παρ. 6). Στον Σαράντη (βλ. Παρ.1), στον Αλεξιάδη (βλ. Παρ 2) και τον Βιτσικουνάκη (βλ. Παρ. 4) στη θέση της συναντάμε την αντίστοιχη Γαλλική συνταγή ψαρόσουπας, "μπουγιαμπές". Στον Τσελεμεντέ συναντάμε και τις δυο συνταγές (βλ. Παρ. 6).

Η χρήση ψαριών κονσέρβας είναι διαδεδομένη ήδη από το 1863, όπως φαίνεται στις συνταγές της Μαγειρικής της αντίστοιχης περιόδου (βλ. Παρ. 1). Το ποσοστό εμφάνισης των ψαριών κονσέρβας στο σύνολο των συνταγών με ψάρια και θαλασσινά κυμαίνεται από 4%, στο βιβλίο του Βασιλείου, μέχρι 14 % στο βιβλίο του Τσελεμεντέ (βλ. πίνακα 4). Το κατεξοχήν ψάρι κονσέρβας που συναντάμε είναι η σαρδέλα (βλ. Παρ. 1-11). Συνήθως προστίθεται σε κρύες σαλάτες, ή χρησιμοποιείται

για την παρασκευή «βουτύρου σαρδέλας». Το βούτυρο σαρδέλας ήταν ένα μείγμα από κοπανισμένες σαρδέλες χωρίς το ραχοκόκαλο τους δουλεμένες με βούτυρο, που σερβιριζόταν ως ορεκτικό τα παλαιότερα χρόνια. Στην Μαγειρική του 1863 εκτός από την σαρδέλα κονσέρβας συναντάμε το σκουμπρί και τα λουφάρια (βλ. Παρ.1). Στον Αλεξιάδη (βλ. Παρ 2), συναντάμε επιπλέον τις ρέγκες και τον τόνο. Ο σολομός κονσέρβας αναφέρεται μόνο στην Μαγειρική του Βασιλείου (βλ. Παρ. 7). Συνταγές με καπνιστά ψάρια συναντάμε ως επί το πλείστον στα μετατενέστερα βιβλία, του Βασιλείου και της Παντούλη. Ωστόσο στην Μαγειρική του Αλεξιάδη συναντάμε δυο συνταγές με «φρύσες καπνιστές» (βλ. Παρ. 2), ενώ στον Τσελεμεντέ αναφέρεται και ο καπνιστός σολομός. Όσο για τα παστά ψάρια, ο παστός μπακαλιάρος υπάρχει σχεδόν σε όλα τα βιβλία, όπως επίσης η παστή σαρδέλα, η παστή ρέγκα και το παστό σκουμπρί. Στην Μαγειρική του Βασιλείου αναφέρεται και η παστή λακέρδα (βλ. Παρ. 7).

7.4 Οι Ζωμοί, τα Αλλαντικά, το Φουα γκρα και η Ζελατίνα στις συνταγές των βιβλίων

Τις περισσότερες συνταγές για ζωμούς συναντάμε στην Μαγειρική του 1863 του Σαράντη (8 % στο σύνολο των συνταγών). Στα υπόλοιπα βιβλία Μαγειρικής, οι ζωμοί αντιπροσωπεύουν 1-3 % του συνόλου των συνταγών (βλ. πίνακα 5). Η διαφορά αυτή πιθανόν να οφείλεται στο γεγονός ότι στην παλαιότερη Μαγειρική διακρίνονται πιο έντονα τα στοιχεία της Γαλλικής κουζίνας όπου οι ζωμοί κατέχουν μια σημαντική θέση. Στην Μαγειρική αυτή, αξιοπρόσεκτη είναι και η ποικιλία των ζωμών. Μεταξύ αυτών διακρίνουμε τα είδη: *κονσομέ*, σαρακοστιανούς ζωμούς και *ιατροζούμια*. Στους σαρακοστιανούς ζωμούς δεν χρησιμοποιείται κρέας ή πουλερικά, αλλά ψάρια και διάφορα λαχανικά. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα ιατροζούμια γιατί συστήνονται για την θεραπεία συγκεκριμένων πάθησεων σε περιπτώσεις ελλείψεως ιατρικής παρακολούθησης. Ως παράδειγμα να αναφέρουμε το "Ζουμί από άσπρον σικότι του μοσχαριού δια τα στήθη, όπου πάσχουν" (συκώτι, σύκα, χουρμάδες, ζίζυφα, σταφίδες, αδίαντον, σετεράκιον, πολύτριχον, σκολοπένδριον, πολυπόδιον ή 5 capillaire) και το "Ζουμί του πουλίου δια τας αιτίας του στήθους" (ζίζυφα, φύλλο πουλμονέρ ή πνευμονίας, σκολοπένδριον, πουράντζα, άνθη της πουράντζας, φύλλο τουσιλάζ-βήχιον, τα ζητάμε από το φαρμακείο) (βλ. Παρ. 1).

Πίνακας 4. Συνταγές με ψάρια και θαλασσινά

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Ψάρια & Θαλασινα (% στο σύνολο των συνταγών)	10	18	27	11	12	10
Ψάρια (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	73	64	58	65	69	69
Θαλασσινά (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	16	29	36	35	42	31
Ωμά: (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	0	0,5	0	1	8	0
θαλασσινά	0	100	0	100	100	0
Βραστά: (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	20	24	25	28	18	19
ψάρια	60	80	68	43	10	50
θαλασσινά	40	20	32	57	4	50
Στη κατσαρόλα: (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	39	22	24	16	23	22
ψάρια	100	40	3	31	22	29
θαλασσινά	0	60	65,5	69	78	71

Πίνακας 4. Συνταγές με ψάρια και θαλασσινά

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Στο τηγάνι: (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	8	19	12	19	26	25
ψάρια	75	59	47	79	70	75
θαλασσινά	25	41	53	21	30	25
Στο φούρνο (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	10	13	24	14	3	9
ψάρια	100	91	79	78	100	100
θαλασσινά	0	9	21	21	0	0
Στη σούβλα (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	0	2	0	0	1	0
ψάρια	0	100	0	0	1	0
Στη σχάρα (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	14	12	9	6	13	2
ψάρια	57	86	91	100	70	100
θαλασσινά	43	14	9	0	20	0
Ψάρια κονσέρβας (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια	8	7	5	14	4	6
Ψάρια καπνιστά (% στο σύνολο συνταγών με ψάρια & θαλασσινά)	0	1	1	1	5	12,5

Πολλά από τα παραπάνω υλικά αφορούν βότανα τα οποία μπορούσαν να προμηθευτούν μόνο από τα φαρμακεία. Ένα ακόμη στοιχείο της Γαλλικής κουζίνας που συναντάμε σε αρκετά βιβλία είναι το φουα γκρα ή συκώτι χήνας. Παρά το γεγονός ότι οι συνταγές με φουα γκρα δεν ξεπερνάνε το 1 % του σύνολο των συνταγών στα περισσότερα βιβλία, ωστόσο αυτός ο αριθμός είναι σημαντικός αν λάβουμε υπόψη ότι πρόκειται για ένα είδος πολυτελείας, όταν μάλιστα άλλα τρόφιμα όπως τα όσπρια αντιπροσωπεύουν 1- 4% του συνόλου των συνταγών.

Το χαβιάρι και ο ταραμάς συναντώνται σε ένα ποσοστό συνταγών που κυμαίνεται από 0,3% έως 1,25% του συνόλου των συνταγών. Στην μαγειρική του

Τσελεμεντέ που έχει το μεγαλύτερο ποσοστό συνταγών με χαβιάρι και ταραμά όπως επίσης και στην Μαγειρική του Βασιλείου και της Παντούλη συναντάμε και τα δύο είδη. Στην μαγειρική του Αλεξιάδη αναφέρεται μόνο το χαβιάρι. Από το χαβιάρι και τον ταραμά φτιάχνουν την «χαβιαροσαλάτα» και την «ταραμοσαλάτα» αντίστοιχα. Το χαβιάρι, ο ταραμάς, το φουα-γκρα και η ζελατίνα δεν υπάρχουν στην Μαγειρική του 1863.

Η χρήση της ζελατίνας εμφανίζεται στον Αλεξιάδη το 1905. Το μεγαλύτερο ποσοστό συνταγών με ζελάτινα, 2% στο σύνολο των συνταγών, το συναντάμε στον Τσελεμεντέ και το βιβλίο του Βιτσικουνάκη. Στην πρώτη Μαγειρική του 1863, προκειμένου να παρασκευάσουν ζελέ ή πηχτή, αντί για ζελατίνα χρησιμοποιούσαν τα ασπράδια του αυγού.

Πίνακας 5.
Συνταγές με ζωμούς, αλλαντικά, φουα –γκρά και ζελατίνα (% συνόλου)

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Ζωμοί	8	1.5	1.5	2	3	0.6
Ζαμπόν	5	2	0.2	4	0	4
Λουκάνι-κα	0	1	1	0.9	0.9	1
Χοιρομέ-ρι	0	2	1	0	2	0
Λοιπά Αλλαντι-κά	0.4	1	0.4	2	2	1
Ζελατίνα	0	0.5	2	2	0.5	0.9
Φουά γκρά	0	1	0.2	1	0.3	0
Χαβιάρι + Ταραμάς	0	0.3	0	1.25	0.5	0.9

Από τα αλλαντικά το είδος που χρησιμοποιείται περισσότερο στην πλειοψηφία των βιβλίων είναι το ζαμπόν. Στην παλαιότερη Μαγειρική του 1863, το ζαμπόν συμμετέχει στο 5% του συνόλου των συνταγών. Εκτός από το ζαμπόν συναντάμε το "σαλτσισότο" και την "βωδινή καπνιστή γλώσσα" ή "εκαρλάτ" αλλά σε πολύ μικρότερη χρήση. Συνταγή για παρασκευή λουκάνικων περιγράφεται στο βιβλίο του Αλεξιάδη (βλ. Παρ. 2). Στο ίδιο βιβλίο συναντάμε και συνταγή για «Σαρακοστιανά λουκάνικα» στα οποία αντί πουλερικών και κρέατος βάζουν ψάρι ή γαρίδες. Στο βιβλίο του Βιτσικουνάκη, συναντάμε συνταγή για την παρασκευή της «μουρταδέλας» (βλ. Παρ. 4). Στον Βασιλείου, συναντάμε ως είδη αλλαντικών την "λούζα", το "μπέικον" και το "σπεκ". Η λούζα προέρχεται από το ψαρονέφρι του χοίρου, το οποίο τυλίγεται σε πάχος χοιρινού και τοποθετείται μέσα σε έντερο. Τρώγεται ωμή, με αυγά τηγανιτά. Το μπέικον είναι τεμάχια χοιρινού κρέατος καπνιστού με λίπος και ελάχιστο κρέας. Το σπεκ είναι λαρδί καπνιστό. Στον Τσελεμεντέ εκτός από το μπέικον και την γλώσσα καπνιστή συναντάμε και ένα Γερμανικό σαλάμι, το " Λέμπερ Βύρστ".

7.5 Τα Αυγά στις συνταγές των βιβλίων

Τα φαγητά που έχουν ως βασικό συστατικό τα αυγά αντιπροσωπεύουν από 3% έως 8% του συνόλου των συνταγών στην πλειοψηφία των βιβλίων. Στις περισσότερες συνταγές τα αυγά γίνονται είτε «βραστά» είτε στο «τηγάνι». Ωστόσο στα παλαιότερα βιβλία συναντάμε συνταγές «κατσαρόλας» και «φούρνου». Στο Βιβλίο του Αλεξιάδη (βλ. πίνακα 6), 20 % των συνταγών με αυγά απαιτούν την χρήση του φούρνου. Τα "βραστά αυγά" συμμετέχουν και στην σύνθεση πολλών ειδών σαλάτας. Τα "τηγανιτά" τα συναντάμε είτε ως *«ομελέτα»* όπου πολλές φορές προστίθεται και κάποιο άλλο υλικό όπως λαχανικά ή κιμάς, είτε ως *«αυγά μάτια».* Σχεδόν σε όλα τα βιβλία αναφέρεται η συνταγή "*αυγά με ντομάτα*". Στην Μαγειρική του Σαράντη (βλ. Παρ.1) οι ομελέτες γίνονται είτε με μελιτζάνα, είτε με σπαράγγια, είτε με πατάτες, είτε με κολοκύθια, είτε με μανιτάρια ή τρούφες, είτε με κρεμμύδια. Η προσθήκη ζάχαρης ή και κάποιου αλκοολούχου ποτού σε κάποιες συνταγές για ομελέτα πιστοποιεί την γαλλική επιρροή που φέρνουν τα περισσότερα βιβλία. Πέρα από τις συνταγές στις οποίες τα αυγά αποτελούν το πρωτεύον συστατικό, υπάρχουν και πολλές άλλες στις οποίες τα αυγά χρησιμοποιούνται σε μικρότερη ποσότητα ως

δευτερεύοντα συστατικά. Συνήθως πρόκειται για σάλτσες, σούπες, ζωμούς, κροκέτες, ζύμες, είδη γέμισης, πουρέδες και κεφτέδες.

Πίνακας 6. Συνταγές με αυγά

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Αυγά (% στο σύνολο των συνταγών)	3	5	3	4	4	8
Βραστά (% στο σύνολο των συνταγών με αυγά)	29	8	58	55,5	28	48
Στη κατσαρόλα (% στο σύνολο των συνταγών με αυγά)	12	24	25	3	0	0
Στο τηγάνι (% στο σύνολο των συνταγών με αυγά)	59	48	8	33	64	48
Στο φούρνο (% στο σύνολο των συνταγών με αυγά)	0	20	8	8	8	4

7.6 Τα Γαλακτοκομικά στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές φαγητών που περιέχουν ως βασικό συστατικό τους γάλα, τυρί, γιαούρτι ή κρέμα γάλακτος αντιπροσωπεύουν το 5% έως και 31% του συνόλου των συνταγών, με αυξητική τάση όσο προσεγγίζεται η δεκαετία του 1960 (βλ. πίνακα 7). Στο παλαιότερο επώνυμο ελληνικό βιβλίο μαγειρικής, του 1863, κυριαρχεί η κρέμα

γάλακτος που αντιπροσωπεύει το 2% όλων των συνταγών. Στα μεταγενέστερα βιβλία αντίθετα, συναντώνται συχνότερα το τυρί και το γάλα. Η επιρροή της δυτικής κουζίνας διαφαίνεται από την παρουσία της παρμεζάνας ως του μοναδικού είδους τυριού στο σύγγραμμα του 1863 (βλ. Παρ.1), και της *γρουγιέρ*, του *τυριού της Σβιτσέρης και του ροκφορ* στα μεταγενέστερα βιβλία (βλ Παρ. 4-6). Η φέτα, το κασέρι και το κασκαβάλι εμφανίζονται για πρώτη φορά το 1925. Στον Τσελεμεντέ αναφέρεται και η χρήση της μυζήθρας (βλ. Παρ. 6). Η συμμετοχή του γιαουρτιού στην παρασκευή φαγητών περιορίζεται σε λίγες ξενόφερτες προτάσεις, όπως στη *«Σούπα από λάχανα αλά Ρούσα»* και το *«Πιλάφι με γιαούρτι»* (βλ Παρ.1).

Αναμφίβολα, τα βιβλία που εκδόθηκαν πριν από τον 2^{ο} Παγκόσμιο Πόλεμο αναδεικνύουν τα γαλακτοκομικά σε είδος πολυτελείας, όπως διαφαίνεται από το γεγονός ότι στον οδηγό που συνέταξε το 1928 το Υπουργείο 'Αμυνας, τα γαλακτοκομικά περιλαμβάνονται στα γεύματα των αξιωματικών αλλά όχι σε αυτά των οπλιτών (βλ. Παρ 5).

Πίνακας 7. Συνταγές με γαλακτοκομικά προϊόντα

Γαλακτοκομικά(% στο σύνολο των συνταγών)	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Γάλα	1	4	6	11	6	14
Τυρί	2	8	5	9	7	16
Κρέμα γάλακτος	2	1	2	1	1	0,6
Γιαούρτι	0,2	0,2	0	0,45	0,3	0,3

7.6 Τα Όσπρια στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές με όσπρια αντιπροσωπεύουν από 1% μέχρι 4% του συνόλου των συνταγών (βλ. πίνακα 8), δηλαδή από τα μικρότερα ποσοστά σχετικά με τις υπόλοιπες ομάδες τροφίμων, παρά το γεγονός ότι κατέχουν μια κεντρική θέση στην παραδοσιακή Ελληνική δίαιτα. Συνήθως τα μαγειρεύονται ή βραστά σε σούπα ή γιαχνί. Επίσης μπορούμε να τα συναντήσουμε και σε συνδυασμό με κρέας, αρνίσιο ή χοιρινό. Στα περισσότερα βιβλία τα όσπρια που αναφέρονται κυρίως είναι οι φακές, τα φασόλια, τα ρεβίθια και τα κουκιά. Μόνο στην Μαγειρική του Βασιλείου (βλ.

Παρ.7), αναφέρονται επιπλέον τα φασόλια γίγαντες και η φάβα. Στον Τσελεμεντέ οι συνταγές με όσπρια περιορίζονται στα φασόλια και τα ρεβίθια (βλ. Παρ. 6).

Πίνακας 8. Συνταγές με όσπρια (% συνόλου)

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
ΟΣΠΡΙΑ	1	2	4	2	4	3

7.8 Τα Δημητριακά στις συνταγές των βιβλίων

Όσο αφορά τις συνταγές με δημητριακά, παρατηρούμε μια μικρή αύξηση με το πέρασμα των χρόνων, η οποία παρόλα αυτά δεν ξεπερνάει το 22%. Η αύξηση αυτή συμβαδίζει με την αύξηση της χρήσης του ρυζιού. Το μικρότερο ποσοστό συνταγών με δημητριακά εμφανίζεται στα δυο παλαιότερα βιβλία του Σαράντη και του Αλεξιάδη, με ποσοστά 9 και 8,5% αντιστοίχως (βλ. πίνακα 9).

Σε γενικές γραμμές θα λέγαμε ότι το ρύζι αποτελεί το επικρατέστερο είδος δημητριακού στα περισσότερα βιβλία μαγειρικής. Ακολουθούν τα ζυμαρικά και οι διάφορες παρασκευές με αλεύρι όπως για παράδειγμα οι πίτες. Συνταγές για την παρασκευή ψωμιού συναντάμε μόνο στην Μαγειρική του Σαράντη. Πρόκειται για δυο συνταγές, η μια αναφέρεται στο ελληνικό ψωμί και η άλλη στο ψωμί γενικότερα. Η διαφορά τους έγκειται ότι στο ελληνικό ψωμί προσθέτεται στη ζύμη και γάλα. Επίσης και στις δυο συνταγές υπάρχει η χρήση μαγιάς (βλ. Παρ.1).

Στα υπόλοιπα βιβλία το ψωμί το συναντάμε είτε σε συνταγές που αφορούν τα διάφορα είδη σάντουιτς, είτε για την παρασκευή της «*σκορδαλιάς*», της «*ταραμοσαλάτας*» και της «*χαβιαροσαλάτας*», είτε ως βοηθητικό συστατικό σε διάφορες μαγειρικές παρασκευές όπως για παράδειγμα το δέσιμο μιας σάλτσας και το πανάρισμα. Επίσης πολύ συχνά συναντάμε την προσθήκη τηγανισμένων τετράγωνων κομματιών ψωμιού στις σούπες τα οποία αναφέρονται και ως "κρουτόν" ή "κρουτόνια". Τα κρουτόν αποτελούν στοιχείο της Γαλλικής γαστρονομίας, όπως το

μαρτυρεί και η ονομασία τους. Η κατασκευή σάντουιτς αναφέρεται για πρώτη φορά στην Μαγειρική του Αλεξιάδη που κυκλοφόρησε το 1905 (βλ. Παρ. 2).

Όσο για την χρήση του κριθαριού και άλλων δημητριακών όπως της ταπιόκας στις διάφορες συνταγές, θα λέγαμε ότι είναι περιορισμένη. Σε πολλά βιβλία το κριθάρι το συναντάμε και ως "φάρον" (βλ. Παρ.1-4).

Το ρύζι μαγειρεύεται είτε ως πιλάφι συνοδεύοντας το κρέας, τα πουλερικά ή τα θαλασσινά, είτε σε γέμιση όπου πολλές φορές προστίθεται κιμάς, ξηροί καρποί και αποξηραμένα φρούτα όπως σταφίδες. Στην Μαγειρική του Βασιλείου σε μια συνταγή για *κρεατόπιτα* προστίθεται και ρύζι (βλ. Παρ. 7).

Στις συνταγές με ζυμαρικά διακρίνουμε τα διάφορα "*παστίτσια", τα "γεμιστά κανελόνια", τις "μακαρονάδες", τα "λαζάνια" και τον "φιδέ"*. Στα πρώτα βιβλία του Σαράντη, του Αλεξιάδη και της σχολής των Οικοκυρικών συναντάμε και τα *τιμπάλ*, άλλο ένα δείγμα της Δυτικής κουζίνας (βλ. Παρ. 1-3). Τα *τιμπάλ* δεν είναι τίποτα άλλο από μακαρόνια που ψήνονται στο φούρνο σε ειδικές φόρμες. Στις διάφορες παρασκευές με αλεύρι βλέπουμε ένα συγκερασμό παραδοσιακών και ξένων συνταγών. Μεταξύ αυτών διακρίνουμε τα διάφορα είδη πίτας όπως «*σπανακόπιτες», «τυρόπιτες», «κοτόπιτες»* και «*κρεατόπιτες»*, αλλά και είδη ζύμης με γαλλικές ως επί το πλείστον ονομασίες όπως τα «*βολοβάν»,* την «*πάστα νουϊγ» ή» νούλ»ι*, τα «*πετι πατέ», τα « πετι-μπουσέ»*, την *«πατ α φριρ»,* την ζύμη για «*κρέπες»* (βλ. Παρ.1-8). Ο *«τραχανάς»* ένα είδος σπιτικού ζυμαρικού που έχει συσχετιστεί με την Ελληνική παραδοσιακή δίαιτα όπως και οι *«χυλοπίτες»*, αναφέρονται μόνο σε μία συνταγή, ο μεν τραχανάς στο βιβλίο της Αντείας Παντούλη του 1954 (βλ. Παρ. 8), οι δε χυλοπίτες στο βιβλίο του Βασιλείου του 1949 (βλ. Παρ.7).

7.9 Τα Λαχανικά στις συνταγές των βιβλίων

Το ποσοστό των συνταγών με λαχανικά κυμαίνεται μεταξύ 15% στο βιβλίο του 1863 και 24% στο βιβλίο του Βιτσικουνάκη το 1925, πλησιάζοντας μετά βίας το ποσοστό του κρέατος (βλ. πίνακα 10). Η συχνή χρήση των μανιταριών και της τρούφας όπως επίσης και η αναφορά της πράσινης σαλάτας στην Μαγειρική του Σαράντη του 1863, μαρτυρεί την επίδραση της Γαλλικής γαστρονομίας στα παλαιότερα κυρίως βιβλία Μαγειρικής. Ως προς τον τρόπο μαγειρέματος των λαχανικών, θα λέγαμε ότι στις περισσότερες συνταγές τα λαχανικά είτε βράζονται, είτε σιγοψήνονται στην κατσαρόλα με κάποια λιπαρή ύλη.

Πίνακας 9. Συνταγές με δημητριακά

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Δημητριακά (% στο σύνολο των συνταγών)	9	8,5	13	17	12	22
Σιτάλευρο-ζύμες (% των συνταγών με δημητριακά)	24	16	15	25	24	22
κριθάρι (% των συνταγών με δημητριακά)	6,5	2	5	1	1	0
Λοιπά δημητριακά (% των συνταγών με δημητριακά)	11	2	3	3	2,5	12,5
Ψωμί-σάντουιτς (% των συνταγών με δημητριακά)	4	5	0	18	2,5	14
Ζυμαρικά (% των συνταγών με δημητριακά)	26	25	22	16	21,5	17
Ρύζι (% των συνταγών με δημητριακά)	28	49	54	38	48	44

Η χρήση λαχανικών κονσέρβας αναφέρεται είδη από την Μαγειρική του Σαράντη. Πρόκειται για τα μανιτάρια και τα ντοματάκια κονσέρβας (βλ. Παρ.1). Μανιτάρια κονσέρβας συναντάμε και στην Μαγειρική του Βασιλείου (βλ. Παρ.7). Στην Μαγειρική του Βιτσικουνάκη συναντάμε τα μπιζέλια και τις ντομάτες κονσέρβας (βλ. Παρ. 4). Ένα λαχανικό που συναντάμε σε πολύ περιορισμένο αριθμό συνταγών είναι η πιπεριά. Ως εκ τούτου συμπεραίνουμε ότι η πιπεριά ήταν ένα από τα λαχανικά που άργησε να ενσωματωθεί στην ελληνική κουζίνα. Στα μοναδικά βιβλία που την συναντάμε είναι στην Μαγειρική του Σαράντη όπου χρησιμοποιείται περισσότερο ως καρύκευμα παρά σαν τρόφιμο (βλ. Παρ.1), στην Μαγειρική του Αλεξιάδη όπου γίνεται *«σαλάτα βραστή»* και «τουρσί (βλ. Παρ.2), στην Μαγειρική του Βασιλείου πάλι ως «τουρσί» (βλ. Παρ. 7) και στην Μαγειρική της Παντούλη ως

«πιπεριές ψητές στο φούρνο» (βλ. Παρ. 8). Επίσης σε δύο συνταγές που αξίζει να αναφερθούμε και που υπάρχουν μόνο στο Βιβλίο του Αλεξιάδη είναι ή «*σάλτσα από ξηραίς ντομάτες»* και η «*σάλτσα από ντομάτες διατηρημένες*». Στην πρώτη εξηγείται πώς φτιάχνονται οι λιαστές ντομάτες και στην δεύτερη πώς παρασκευάζεται ο χυμός ντομάτας και πώς φυλάσσεται (βλ. Παρ. 2). Η *«μελιτζανοσαλάτα»,* μια συνταγή που έχει συσχετιστεί με την Ελληνική δίαιτα και συνηθίζεται να ετοιμάζεται και στις μέρες μας περιγράφεται μόνο στο Βιβλίο του Αλεξιάδη. Ενδεικτικά να αναφέρουμε ότι τα υλικά που χρησιμοποιούνται στην συνταγή του 1905 είναι η ψημένη ψίχα μελιτζάνας στη σχάρα, τα ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια, το λάδι, το ξύδι, ο μαϊντανός και τα κοπανισμένα αμύγδαλα (βλ. Παρ.2). μεγαλύτερη ποικιλία στα είδη χόρτων και βολβών συναντάμε στα βιβλία που κυκλοφορούν μετά το 1940. Στην Μαγειρική του Βασιλείου πληροφορούμαστε ότι τα παντζάρια είναι τούρκικη λέξη.

Αξίζει να σημειωθεί η παρουσία ορισμένων υλικών φυτικής προέλευσης όπως το "σαλέπι", το "αραρούτ" και το "σαγού" στην Μαγειρική του Σαράντη σε συνταγές σούπας (βλ. Παρ.1)

7.10 Τα Αποξηραμένα φρούτα και οι Ξηροί καρποί στις συνταγές των βιβλίων

Οι συνταγές με αποξηραμένα φρούτα συμπεριλαμβανομένων και των φρέσκων καθώς επίσης και οι συνταγές με ξηρούς καρπούς συνιστούν γύρω στο 2-3 % του συνόλου των συνταγών στην πλειοψηφία των βιβλίων Μαγειρικής (βλ. πίνακα 11 & 12). Μπορεί σήμερα οι γλυκόξινες γεύσεις να ξενίζουν τον ουρανίσκο μας, ωστόσο στα βιβλία Μαγειρικής του προηγούμενου αιώνα δεν ήταν ασυνήθιστο να μαγειρεύουν το κρέας, τα πουλερικά και το ψάρι με ξερά φρούτα ή ξηρούς καρπούς. Στην Μαγειρική του Σαράντη βλέπουμε την προσθήκη πελτέ Φραγκοστάφυλλου σε διάφορες σάλτσες το οποίο αναμφισβήτητα αποτελεί έκφραση της γαλλικής γαστρονομίας, ενώ στα μεταγενέστερα βιβλία επικρατούν οι σταφίδες και οι ελιές. Πολύ συχνά στις συνταγές που προσθέτονται αποξηραμένα φρούτα, προσθέτονται και ξηροί καρποί. Οι ξηροί καρποί που συνήθως χρησιμοποιούνται είναι τα κουκουνάρια και τα κάστανα (βλ. πίνακα 12).

Πίνακας 10. Συνταγές με λαχανικά

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
ΛΑΧΑΝΙΚΑ (% στο σύνολο των συνταγών)	15	20	24	14	17	23
Ωμά (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	4	6	6	3	7	9
Βραστά (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	32	15,5	17	44	22	29
Κατσαρόλα (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	57	49	49,5	13	34	39
Στο φούρνο (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	0	6	5	15	13	12
Στο τηγάνι (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	4	12	14	14	16	11
Στη σχάρα (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	0	1	2	0	0	0
τουρσί (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	0	5	5	11	7	7
κονσέρβας (% ως προς τις συνταγές με λαχανικά)	3	5	3	0	1	0

Πίνακας 11. Συνταγές με αποξηραμένα φρούτα συμπεριλαμβανομένων και των φρέσκων

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Αποξηραμένα φρούτα (% στο σύνολο των συνταγών)	2	3	3	2	2	3
Σταφίδες (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	33	41	53	59	58	18
κυδώνια (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	0	6	7	6	8	9
Βερύκοκα (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	0	3	0	0	0	0
μήλα (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	0	6	7	29	8	0
Πελτές φραγκοστάφυλου (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	44	9	7	0	0	0
λοιπά ξερά φρούτα (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	22	0	6	0	8	18
Ελιές πράσινες+ μαύρες (% ως προς συνταγές με αποξηραμένα)	33	47	33	6	17	54,5

Μια ενδιαφέρουσα πρόταση που συναντήσαμε σε αρκετά βιβλία (βλ. Παρ. 2, 6, 6, 8) είναι η παρασκευή της *«σκορδαλιάς»* με αμύγδαλα ή καρύδια.

Η προσθήκη διάφορων αποξηραμένων ή φρέσκων φρούτων και ξηρών καρπών ήταν πολύ διαδεδομένη τον 15° και 16° αιώνα, στην Περσοαράβικη κουζίνα. Εκτός από το μέλι και το ξύδι στα διάφορα «γιαχνιά» πρόσθεταν μήλα, δαμάσκηνα, βερίκοκα, σταφύλια, σύκα, χουρμάδες και αμύγδαλα (56).

Πίνακας 12. Συνταγές με ξηρούς καρπούς

	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Ξηροί καρποί (% στο σύνολο των συνταγών)	2	3	3	3	3	2
Κουκουνάρια (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	50	33	42	63	61	50
Κάστανα (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	40	53	58	22	33	33
Φιστίκια (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	10	7	8	7		0
Αμύγδαλα (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	0	20	8	4	6	0
Ταχίνι (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	0	3	0	0	6	0
λοιποί ξηροί καρποί (% ως προς συνταγές με ξηρούς καρπούς)	0	0	8	19		17

7.11 Τα Λίπη και τα Έλαια στις συνταγές των βιβλίων

Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι το βούτυρο ήταν η επικρατέστερη λιπαρή ύλη που χρησιμοποιούσαν για το μαγείρεμα.

Στα 8 από τα 11 βιβλία που εξετάστηκαν το βούτυρο υπερισχύει έναντι του ελαιολάδου με ποσοστό που κυμαίνεται από 41% έως και 74% (βλ. πίνακα 13)στο σύνολο των συνταγών. Στο βιβλίο της Παντούλη, παρατηρείται η χρήση μαργαρίνης η οποία παίρνει τη θέση του βουτύρου. Η χρήση του ελαιόλαδου, παρόλο που

φαίνεται να αυξάνεται με το πέρασμα των χρόνων, δεν ξεπερνάει το 28% στο ίδιο βιβλίο. Στο βιβλίο του Τσελεμεντέ χρησιμοποιείται για την φριτούρα ένα είδος μαγειρικού λίπους που αποτελείται από μείγμα φυτικών και ζωικών λιπαρών. Θα λέγαμε ότι οι συνταγές στις οποίες χρησιμοποιείται το ελαιόλαδο ως λιπαρή ύλη αφορούν ως επί το πλείστον το μαγείρεμα των οσπρίων, των λαχανικών, των ψαριών και των θαλασσινών. Πρόκειται δηλαδή για αυτές που πλησιάζουν περισσότερο στα πρότυπα της Μεσογειακής διατροφής. Πολλές από αυτές τις συνταγές με εξαίρεση όσες περιλαμβάνουν ψάρια, συνιστούν τις "νηστίσιμες".

Πίνακας 13. Η χρήση των λιπών και των ελαίων στις συνταγές

ΛΙΠΗ (% στο σύνολο των συνταγών)	ΣΑΡΑΝΤΗΣ **1863**	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ **1905**	ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ **1925**	ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ **1938**	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ **1949**	ΠΑΝΤΟΥΛΗ **1954**
Βούτυρο	45	63	74	42	41	59
Ελαιόλαδο	6	15	19	17	16	28
Λαρδί	9	14	8	1	3	0,6
Λίπος χοιρινό	0,2	1	1	2	1	6
Βοδινό πάχος	1	0,4	1	0	3	0
Μαγειρικά λίπη	0	0	0	3	0	0
Μπόλια αρνιού	0	0	0	0	0,15	0,6
Φυτίνη	0	0	0	0	0	15

7.12 Οδηγός Μαγειρικής Στρατού. Υπουργείο Άμυνας, 1928

Το γεγονός ότι το βούτυρο αποτελούσε την κατ' επιλογήν λιπαρή ύλη για το μαγείρεμα την περίοδο αυτή, φαίνεται ξεκάθαρα στο εγχειρίδιο μαγειρικής του στρατού που εκδόθηκε το 1928. Στο εν λόγω βιβλίο (βλ. Παρ. 5), στη σύνθεση των γευμάτων που προορίζονταν για τους αξιωματικούς και τα οποία θεωρούνταν ανώτερα, το βούτυρο αντιπροσώπευε το σημαντικότερο είδος λιπαρής ύλης σε ποσοστό 65% έναντι του ελαιόλαδου που χρησιμοποιούταν μόνο στο 29% των

συνταγών. Αντίθετα στα γεύματα που προορίζονταν για τους στρατιώτες και τα οποία θεωρούνταν κατώτερα, το ελαιόλαδο χρησιμοποιούταν στο 68% των συνταγών με το βούτυρο να φτάνει ένα 29%. Επίσης κάποιες συγκεκριμένες τροφές όπως ο κιμάς και τα πουλερικά δεν υπήρχαν στα γεύματα των στρατιωτών, πράγμα που δεν ίσχυε για τους αξιωματικούς. Από την άλλη πλευρά, τα όσπρια και τα λαχανικά φαίνεται να καταναλώνονταν περισσότερο από τους στρατιώτες παρά από τους αξιωματικούς (βλ. πίνακα 14).

Πίνακας 14. Οδηγός Μαγειρικής Στρατού. Συνταγές για τα γεύματα στρατιωτών και τα γεύματα Αξιωματικών.

ΟΔΗΓΟΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΡΑΤΟΥ **1928** **(% του συνόλου των συνταγών)**	**ΣΥΣΣΙΤΙΑ** παρασκευαζόμενα εν εκστρατεία επί πλέον των εν ειρήνη	**ΣΥΣΣΙΤΙΑ ΟΠΛΙΤΩΝ**	**ΣΥΣΣΙΤΙΑ ΑΞΙΩΜΑΤΙΚΩΝ**
ΚΡΕΑΣ	45	31	44
ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ & ΚΥΝΗΓΙΑ	0	0	5
ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ	0	11	16
ΑΥΓΑ	0	0	5
ΓΑΛΑ	0	2	11
ΤΥΡΙ	0	2	15
ΓΙΑΟΥΡΤΙ	0	0	2
ΟΣΠΡΙΑ	18	11	7
ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ	18	23	44
ΛΑΧΑΝΙΚΑ	45	40	29
ΣΤΑΦΙΔΕΣ	0	2	2
ΚΟΥΚΟΥΝΑΡΙΑ	0	0	2
ΒΟΥΤΥΡΟ	0	29	65
ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ	0	68	29
ΛΑΡΔΙ	0	0	0
ΛΙΠΟΣ ΧΟΙΡΙΝΟ	82	29	2

7.13 Ξένες επιρροές

Οι ανθρωπολόγοι μας το έμαθαν προ πολλού και οι ιστορικοί το γνωρίζουν και το επαναλαμβάνουν. Ανάμεσα στους πολιτισμούς που είναι επαρκώς ή μετρίως εδραιωμένοι, ο κανόνας είναι μια διαρκής ανταλλαγή πολιτισμικών αγαθών. Οι συνταγές μαγειρικής είναι και αυτές πολιτισμικά αγαθά, και δεν θα μπορούσαν να αποτελούν εξαίρεση στον παραπάνω κανόνα. Σίγουρα δεν γνωρίζουμε με τι είδους

κριτήρια επέλεγαν οι συγγραφείς τις συνταγές τις οποίες συμπεριλάμβαναν στα βιβλία μαγειρικής, ούτε πόσο αντιπροσωπευτική ήταν η μαγειρική που περιείχαν αυτά. Το σίγουρο πάντως είναι ότι στα περισσότερα βιβλία που εξετάσαμε παρατηρήται ένα αρκετά μεγάλο άνοιγμα προς τις ξένες μαγειρικές και κυρίως την Δυτική κουζίνα. Ιδιαίτερα έντονη είναι η επίδραση της Γαλλικής haute cuisine γεγονός που πιστοποιείται από την εκτεταμένη χρήση υλικών που σχετίζονται περισσότερο με την Γαλλική γαστρονομία όπως οι τρούφες, το λαρδί, τα κρουτόν, η κρέμα γάλακτος, η σάλτσα μπεσαμελ, το τυρί ροκφορ (βλ. Παρ.6), το φουα γκρα (βλ. Παρ.2, 3, 6) και τα μπούτια βατράχων (βλ. Παρ. 2) όπως επίσης και οι γαλλικοί τίτλοι που φέρουν πολλές συνταγές. Από την άλλη μεριά ονομασίες συνταγών όπως *«Σουβλάκια από πρόβειο κρέας κατά τον Τούρκικον τρόπον»* και «Πιλάφι κατά τον *Τούρκικον τρόπον»* (βλ. Παρ. 2), «μελιτζάνες γιαρικ»(βλ. Παρ. 6), «πιλάφι τας κεμπαπ» μαζί με την επικράτηση των συνταγών με κιμά επιβεβαιώνουν ότι πέρα από την Δυτική κουζίνα, εξίσου σημαντική ήταν και η επιρροή της Οθωμανικής.

7.14 Οδηγός διδασκαλίας του Μαθήματος της Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914

Η προσκόλληση στην *Γαλλική haute cuisine* είναι αξιοσημείωτη ακόμα και στα μαθήματα Μαγειρικής που παραδίδονται από την Επαγγελματική και Οικοκυρική Σχολή της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914. Στο βιβλίο αυτό η πλειοψηφία των συνταγών έχουν γαλλικούς τίτλους όπως *«ταρτελετ με τυρί»* και *«μπριζοτιν»* (βλ. Παρ.3). Να σημειωθεί ότι η κρέμα γάλακτος χρησιμοποιείται σε ποσοστό 9% των συνταγών ενώ οι συνταγές με όσπρια αντιπροσωπεύουν μόνο 1.5% των συνταγών. Σχετικά με την λιπαρή ύλη που χρησιμοποιείται, το βούτυρο κυριαρχεί με ποσοστό 76% έναντι του ελαιόλαδου που φτάνει μόνο το 17% (βλ. πίνακα 15).

Πίνακας 15. Συνταγές του οδηγού Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων

	Βιβλίο Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως Των Ελληνίδων-1914
ΚΡΕΑΣ (% του συνόλου των συνταγών)	11
βοδινό (% ως προς συνταγές με κρέας)	27
κιμάς (% ως προς συνταγές με κρέας)	46
αρνί (%ως προς συνταγές με κρέας)	27
ΖΩΜΟΙ (% του συνόλου των συνταγών)	1
ΛΟΙΠΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ (% του συνόλου των συνταγών)	1
ΧΟΙΡΟΜΕΡΙ (% του συνόλου των συνταγών)	1
ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ & ΚΥΝΗΓΙΑ (% του συνόλου των συνταγών)	18
κοτόπουλο & γαλοπούλα (% των συνταγών με πουλερικά & κυνήγια)	29
πουλιά κυνήγι (% των συνταγών με πουλερικά & κυνήγια)	71
ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ (% του συνόλου των συνταγών)	18
ψάρια (% ως προς συνταγές με ψάρια & θαλασσινά)	67
θαλασσινά (% ως προς συνταγές με ψάρια & θαλασσινά)	33
ΧΑΒΙΑΡΙ (% του συνόλου των συνταγών)	1,5
ΑΥΓΑ (% του συνόλου των συνταγών)	8
ΓΑΛΑ (% του συνόλου των συνταγών)	4
ΤΥΡΙ (% του συνόλου των συνταγών)	15
ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ (% του συνόλου των συνταγών)	10
ΟΣΠΡΙΑ (% του συνόλου των συνταγών)	1,5
ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ (% του συνόλου των συνταγών)	17
ΛΑΧΑΝΙΚΑ (% του συνόλου των συνταγών)	29
ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ ΦΡΟΥΤΑ (% του συνόλου των συνταγών)	5
ΞΗΡΟΊ ΚΑΡΠΟΊ (% του συνόλου των συνταγών)	4
ΒΟΥΤΥΡΟ (% του συνόλου των συνταγών)	76
ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ (% του συνόλου των συνταγών)	17
ΛΑΡΔΙ (% του συνόλου των συνταγών)	1,5
ΛΙΠΟΣ ΧΟΙΡΙΝΟΥ (% του συνόλου των συνταγών)	1,5

7.15 Τα βιβλία του Θέμου Ποταμιάνου

Τα τρία βιβλία του Θέμου Ποταμιάνου "Η μαγειρική των περιστάσεων", "Τα ψάρια και η μαγειρική" και "33 Ελληνικές συνταγές" που εκδόθηκαν το 1943, το 1956 και το 1965 αντίστοιχα, αποτελούν εξαίρεση ως προς τις προηγούμενες παρατηρήσεις όσο αφορά την γενική εικόνα των βιβλίων μαγειρικής. Και τούτο γιατί αποτελούν ίσως τα μοναδικά βιβλία που περιέχουν συνταγές από την καθημερινή διατροφή των απλών ανθρώπων της υπαίθρου. Μάλιστα "Η μαγειρική των περιστάσεων" αναφέρεται στην μαγειρική των δύσκολων καιρών την περίοδο της κατοχής. Στα βιβλία του Ποταμιάνου τα υλικά που χρησιμοποιούνται προέρχονται εξολοκλήρου από την ελληνική χλωρίδα και πανίδα, αναδεικνύοντας την ποικιλία και την εφευρετικότητα της ελληνικής κουζίνας. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι συνταγές με τους πρωτότυπους συνδυασμούς των δημητριακών με τα λαχανικά και τα όσπρια.

Και στα τρία βιβλία το κρέας συμμετέχει ελάχιστα αντιπροσωπεύοντας 4, 0 και 3% του συνόλου των συνταγών αντίστοιχα. Ο συγγραφέας χαρακτηριστικά αναφέρει ότι ακόμα και οι κεφτέδες, οι «πολεμικοί», γίνονται με διάφορα υλικά εκτός του κρέατος. Αντίθετα τα ψάρια και τα θαλασσινά συνιστούν το 14, 100 και 50% των συνταγών. Όσο για τα δημητριακά, που αποτελούν την βάση της μεσογειακής διατροφής, τα συναντάμε σε 49, 15 και 33% του συνόλου των συνταγών αντίστοιχα. Οι συνταγές με όσπρια συνιστούν το 18.5, το 2 και το 0% του συνόλου των συνταγών ενώ τα λαχανικά το 44.5, το 0 και το 24% αντίστοιχα (βλ. πίνακα 16). Ο λόγος που στα δυο τελευταία βιβλία τα ποσοστά των συνταγών με τα όσπρια, τα λαχανικά και τα δημητριακά είναι μικρότερα σε σχέση με του πρώτου, είναι ότι τα βιβλία αυτά περιλαμβάνουν κατά κύριο λόγο συνταγές με ψάρια και θαλασσινά. Το δεύτερο μάλιστα βιβλίο αναφέρεται αποκλειστικά στο μαγείρεμα των ψαριών και των θαλασσινών, όπως άλλωστε υποδηλώνει και ο τίτλος του. Όσο για το ελαιόλαδο, θα λέγαμε ότι αποτελεί την κατεξοχήν λιπαρή ουσία και στα τρία βιβλία με ποσοστό γύρω στο 90% (βλ. πίνακα 16).

Στην "Μαγειρική των Περιστάσεων" μεταξύ των δημητριακών συναντάμε ως επί το πλείστον το πλιγούρι και τον τραχανά. Μια πρωτότυπη στη σύλληψη της αλλά παραδοσιακή ως προς τα υλικά της, συνταγή με πλιγούρι είναι η «λαδόσουπα με μπλιγούρι» (βλ. Παρ. 9). Πολύ ενδιαφέρουσες είναι και οι συνταγές με κάποια

λαχανικά που συναντάμε στο δεύτερο και το τρίτο βιβλίο του Ποταμιάνου. Ο λόγος για τα *«ράμματα»,* τα *«κρίταμα»,* τα «*σκολύμπρια»*, τις «*αγριοκουκούτσες»*, τις «*οβρυές»*, τους «κολλιτσάνους» και τις «ανεμώνες». Τα *«ράμματα», τα κρίταμα οι κολλιτσάνοι και οι ανεμώνες, είναι θαλασσινά φυτά που έχουν* ανακαλύψει οι ψαράδες στα παράλια μας και τρώγονται είτε ωμά είτε μαγειρεμένα. Τα *«ράμματα»* είδος που φύεται στους υφάλους και τα ρηχά θαλασσινά νερά, τρώγονται ωμά με λαδολέμονο ως σαλάτα αλλά και μαγειρεμένα (βλ. Παρ. 10). Τα «κρίταμα» εκτός του ότι τρώγονται ωμά και βραστά, γίνονται και τουρσί όπως η κάπαρη (βλ. Παρ. 11). Οι «κολλιτσάνοι» και οι «ανεμώνες», θαλάσσιες ανεμώνες, γίνονται όπως και οι κεφτέδες από κιμά κρέατος. Οι «*οβρυές»* είναι ένα τρυφερό αναρριχητικό φυτό το οποίο συνήθως βράζουν μαζί με τα άγρια σπαράγγια. «Αγριοκουκούτσες» λέγονται οι άγριες αγκινάρες στα Επτάνησα, ενώ τα σκολύμπρια είναι χόρτα με σκληρά, κατσαρά φύλλα πού φυτρώνουν σε ακαλλιέργητους πετρώδεις τόπους και τρώγονται συνήθως μαζί με σκορδαλιά. Στον "Βυθό και τα Ψάρια" αξίζει να σημειώσουμε την αναφορά στον "γάρο", μια παρασκευή από συκώτι του ψαριού, που συνηθιζόταν από τα χρόνια του Βυζαντίου. Στο ίδιο βιβλίον ενδιαφέρον παρουσιάζουν και τα σχόλια για τα κατεψυγμένα και τα αφυδατωμένα ψάρια.

Τα αλλαντικά που συναντάμε στον Ποταμιάνο είναι το λουκάνικο, το σαλάμι και το σύγκλινο, το οποίο χρησιμοποιείται για την παρασκευή ενός παραδοσιακού φαγητού των Κυκλάδων από αυγά, τα «φρουτάλια» (βλ. Παρ. 11).

Τα βιβλία του Ποταμιάνου εκφράζουν απόλυτα το Μεσογειακό πρότυπο διατροφής (24).

Πίνακας 16. Συνταγές μαγειρικής στα 3 βιβλία του Ποταμιάνου.

	Η ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΩΝ ΠΕΡΙΣΤΑΣΕΩΝ ΤΟΥ ΘΕΜΟΥ ΠΟΤΑΜΙΑΝΟΥ ΑΘΗΝΑ **1943**	ΤΑ ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ Η ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΟΥ ΘΕΜΟΥ ΠΟΤΑΜΙΑΝΟΥ **1956**	33 ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΘΕΜΟΣ ΠΟΤΑΜΙΑΝΟΣ **1965**
ΚΡΕΑΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΙΔΩΝ (%σύνολο συνταγών)	**4**	**0**	**3**
Κρέας (%συνταγές με κρέας)	50	0	0
Εντόσθια (%συνταγές με κρέας)	25	0	0
Κιμάς (%συνταγές με κρέας)	25	0	0
ΛΟΙΠΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ (%σύνολο συνταγών)	1	0	3
ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ (%σύνολο συνταγών)	1	0	0
ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ (%σύνολο συνταγών)	**14**	**100**	**54,5**
Ψάρια (%συνταγές με θαλασσινά)	38,5	79	55,5
Θαλασσινά (%συνταγές με θαλασσινά)	61,5	21	44,5
ΑΥΓΑ (%σύνολο συνταγών)	**2**	**6**	**9**
ΓΑΛΑ (%σύνολο συνταγών)	**2**	**0**	**0**
ΤΥΡΙ (%σύνολο συνταγών)	**6,5**	**2**	**18**
ΟΣΠΡΙΑ (%σύνολο συνταγών)	**18,5**	**2**	**0**
ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ (%σύνολο συνταγών)	**49**	**15**	**33**
Σιτάλευρο (ζύμες) (%συνταγές με δημητριακά)	27	25	27
Λοιπά δημητριακά (%συνταγές με δημητριακά)	0	0	9
Ψωμί (σάντουιτς) (%συνταγές με δημητριακά)	4	0	9
Ζυμαρικά (%συνταγές με δημητριακά)	0	12,5	0
Ρύζι (%συνταγές με δημητριακά)	9	62,5	45
Μπλιγούρι (%συνταγές με δημητριακά)	40	0	0
τραχανάς (%συνταγές με δημητριακά)	20	0	9
ΛΑΧΑΝΙΚΑ (%σύνολο συνταγών)	**44,5**	**0**	**24**
ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ ΦΡΟΥΤΑ (%σύνολο συνταγών)	**0**	**2**	**9**
Σταφίδες (%συνταγές με αποξηραμένα φρούτα)	0	100	33
Ελιές πράσινες (%συνταγές με αποξηραμένα φρούτα)	0	0	67
ΞΗΡΟΊ ΚΑΡΠΟΊ (%σύνολο συνταγών)	**6,5**	**0**	**0**
Κάστανα (%συνταγές με ξηρούς καρπούς)	17	0	0
Ταχίνι (%συνταγές με ξηρούς καρπούς)	83	0	0
ΒΟΥΤΥΡΟ (%σύνολο συνταγών)	**3**	**6**	**12**
ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ (%σύνολο συνταγών)	**93**	**90**	**88**
ΛΑΡΔΙ (%σύνολο συνταγών)	1	0	0
ΛΙΠΟΣ ΧΟΙΡΙΝΟ (%σύνολο συνταγών)	1	0	0

8. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Όπως είδαμε η ελληνική γαστρονομία ως ο άμεσος πρόγονος του, πολύ γνωστότερου, διατροφικού πολιτισμού της Ρώμης αποτέλεσε την πηγή, την αρχή από την οποία κατάγονται πολλά στοιχεία της σύγχρονης Ευρωπαϊκής διατροφής και κουζίνας. Τα περισσότερα στοιχεία της σύγχρονης Ελληνικής κουζίνας ήταν γνωστά στην περιοχή του Ελληνικού χώρου από τον 5^{ο} αιώνα π.Χ., την εποχή της κλασσικής αρχαιότητας, και σύμφωνα με τον Dalby (33, 34, 35, 36,) πολύ λίγα καινούρια πράγματα ήρθαν τελικά να προστεθούν έκτοτε. Ωστόσο τα τελευταία 20 με 30 χρόνια η αρχαιότερη κουζίνα της Ευρώπης, η Ελληνική φαίνεται ότι αρχίζει να εγκαταλείπεται από τους ίδιους του Έλληνες, που στρέφονται όλο και περισσότερο προς τις δυτικού τύπου διατροφικές συνήθειες.

Γνωρίζοντας ότι τα βιβλία μαγειρικής συγκεντρώνουν πληθώρα πληροφοριών για τη διαιτητική χρήση των τροφίμων, την μελέτη της ιστορίας της διατροφής και την διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών, μελετήθηκαν προκειμένου να κατανοηθούν οι αλλαγές που παρατηρήθηκαν στις διατροφικές συνήθειες των Ελλήνων. Διαπιστώθηκε ότι τα περισσότερα βιβλία μαγειρικής που εκδόθηκαν την περίοδο από τα μέσα του 18^{ου} αιώνα μέχρι και την δεκαετία του 1960 από Έλληνες συγγραφείς, κάθε άλλο παρά την Ελληνική παραδοσιακή δίαιτα διέδιδαν, πλην κάποιων ελάχιστων εξαιρέσεων. Η διαπίστωση της ερευνήτρια Ματθαίου ότι τα πρώτα βιβλία που κυκλοφορούν στην Ελλάδα από τα μέσα του 18^{ου} αιώνα σχεδόν, αντιγράφουν τα βιβλία Μαγειρικής της Δύσης, και ιδιαίτερα της Γαλλίας, (37) όπου αρχικά αναπτύχθηκε η Γαλλική haute cuisine, επιβεβαιώνεται και στα μεταγενέστερα βιβλία. Η πλειοψηφία των συνταγών στα βιβλία που κυκλοφορούν, αφορούν κυρίως τα ζωικά προϊόντα, όπως το κρέας, τα πουλερικά, το κυνήγι και το βούτυρο, στοιχεία που συναντάμε ως επί το πλείστον στην Δυτική κουζίνα. Αντίθετα τα σιτηρά, τα όσπρια και το ελαιόλαδο που αποτελούσαν για αιώνες την βάση της ελληνικής παραδοσιακή δίαιτας, εμφανίζονταν σε πολύ περιορισμένο βαθμό.

Έτσι παρά το γεγονός ότι η ελληνική δίαιτα συνίσταται από αξιόλογους διατροφικούς συνδυασμούς και εκμεταλλεύεται άριστα την χλωρίδα και την πανίδα της ελληνικής γης δεν εκτιμήθηκε από τους Έλληνες συγγραφείς βιβλίων μαγειρικής οι οποίοι έσπευσαν να προβάλλουν και να υιοθετήσουν τις γαστρονομικές προτάσεις της Δύσης.

Αυτό είχε σαν συνέπεια οι νεότεροι Έλληνες να μεγαλώσουν με τα βιβλία Μαγειρικής του Τσελεμεντέ και των άλλων, οι οποίοι προσπάθησαν να ενσωματώσουν τα ξένα διατροφικά πρότυπα και ιδιαίτερα την Γαλλική κουζίνα, την ελληνική πραγματικότητα. συνέταξαν τα βιβλία Μαγειρικής έχοντας ως πρότυπο την Γαλλική κουζίνα, ενσωματώνοντας κάποιες ελληνικές παραδοσιακές συνταγές όπως τα διάφορα "γιαχνιά", τον "τηγανιτό μπακαλιάρο με την σκορδαλιά" και το "ψάρι πλακί". Μπορούμε να υποθέσουμε ότι η επικράτηση των ξένων διατροφικών προτύπων στην πλειονότητα των βιβλίων μαγειρικής που κυκλοφόρησαν στην Ελλάδα από τα τέλη του 19 αιώνα μέχρι τα μέσα του 20 αιώνα προετοίμασε το έδαφος για την στροφή που παρατηρήθηκε στη δίαιτα των Ελλήνων τα τελευταία χρόνια. Σίγουρα δεν μπορούμε να ξέρουμε σε ποιο βαθμό τα βιβλία Μαγειρικής συνέβαλλαν στην αλλαγή των διατροφικών συνηθειών των Ελλήνων. Αυτό που γνωρίζουμε όμως είναι ότι η Μεσογειακή κουζίνα και ιδιαίτερα η Ελληνική, αποτέλεσε ασπίδα προστασίας στην υγεία των Ελλήνων μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο πόλεμο, την περίοδο δηλαδή εκείνη που έχουμε τα πρώτα επιστημονικά στοιχεία πάνω σε θέματα διατροφής στην Ελλάδα. Κλείνοντας θα θέλαμε να επισημάνουμε ότι η ελληνική κουλτούρα φαγητού αποτελεί ένα θησαυρό που οι σύγχρονοι Έλληνες δεν γνωρίζουν ακόμα πώς να εκμεταλλευτούν.

Η εργασία αυτή αποτελεί μια πρώτη προσπάθεια μελέτης των παλιών βιβλίων μαγειρικής στην Ελλάδα. Το υλικό των βιβλίων αυτών προσφέρεται για περαιτέρω μελέτες, όπως θα ήταν μια εθνοβοτανική ανάλυσή ή μια ιστορική προσέγγιση για την εισαγωγή των διαφόρων τροφίμων στην Ανατολική Μεσόγειο.

9. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Counihan, Carole M, The Social and Cultural Uses of Food, in *CWHF,* vol. II, 1516.
2. Larson, L.B., Massoth, D.M., and Chase, H.P.: A potpourri of nutrition education methods. *J. Nutr. Educ.* 6:21, 1974.
3. Keys, A. ed. Coronary heart disease in seven countries. *Circulation* 1970; 41(suppl. 1):1-211.
4. World Health Organization. World health statistics annual, 1993. Geneva: WHO, 1994.
5. World Bank. World development report: investment in health. Washington, DC: *World Bank*, 1993.
6. WHO, F. A.O. Food and health indicators in Europe: nutrition and health, 1961-1990(computer program). Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe, 1993.
7. Kafatos A, Kouroumalis I, Vlachonikolis I, Theodorou C, Labadarios D. Coronary-heart disease risk-factor status of the Cretan urban population in the 1980s. *Am J Clin Nutr* 1991;54:591-8.
8. Manousos O, Day Ne, Tzonou A, Papadimitriou C, Kapetanakis A, Polychronopoulou-Trichopoulou A et al. Diet and other factors in the etiology of diverticulosis: an epidemiological study in Greece. *Gut* 1985,26:544-549.
9. Trichopoulos D, Ouranos G, Day Ne, Tzonou A, Manousos O, Papadimitriou C et al. Diet and Cancer of the stomach: a case-control study in Greece. *Int J Cancer* 1985, 36:291-297.
10. Katsouyanni K, Skalkidis Y, Petridou E, Polychronopoulou-Trichopoulou A, Willett W, Trichopoulos D et al. Diet and peripheral arterial occlusive disease: the role of poly-, mono-, and saturated fatty acids. *Am J Epidemiol* 1991, 133:24-31.
11. Trichopoulou A, Katsouyanni K, Stuver S, Tzala L, Gnardellis Ch, Rimm E et al. Consumption of olive oil and specific food groups in relation to breast cancer risk in Greece. *J Natl Cancer Inst* 1995, 87:110-116.

12. Tzonou A, Signorello Lb, Lagiou P, Wuu J, Trichopoulos D, Trichopoulou A. Diet and cancer of the prostate: a case-control study in Greece. *Int J Cancer* 1999, 80:704-708.
13. Lagiou P, Wuu J, Trichopoulou A, Hsieh C-C, Adami H-O, Trichopoulos D. Diet and benign prostatic hyperplasia: a study in Greece. *Urology* 1999, 54:284-290.
14. Nestle, M. Mediterranean diets: historical and research overview. *J Clin Nutr* 1995; 61 (suppl):1313S-20S.
15. Allbaugh LG. Crete: a case study of an undeveloped area. Princeston, University Press, 1953.
16. Department of Agriculture, US Department of Health and Human Services. Nutrition and your health: dietary guidelines for Americans. 3rd ed. Washington, DC: US Government Printing Office, 1990.(Home and garden bulletin no. 232)
17. US Department of Agriculture. The food guide pyramid. Hyattsville, MD: Human Nutrition Information Service, 1992. (Home and garden bulletin no. 252).
18. Cannon G. Food and health: the experts agree. London: Consumers' Association, 1992.
19. Keys A. The Mediterranean diet and public health: personal reflections. *Am J Clin Nutr* 1995:61(suppl):1321S-3S.
20. Keys A, ed. Coronary heart disease in seven countries. *Circulation* 1970;41(suppl 1): 1-211.
21. Keys A, Aravanis C, Blackburn H, et al. Seven countries: a multivariate analysis of death and coronary heart disease. Cambridge, MA: *Harvard University Pres*s, 1980.
22. Cresta M, Ledermann S, Garnier A, Lombardo E, Lacourly G. Study of the food consumption of the population of eleven regions of the European Community in view of the determination of levels of radioactive contamination: report of the Center of Nuclear Study of Fontenay-aux – Roses, France. (Etude des consummations alimentaires des populations de onze regions de la Communaute Europeenne en vue de la determination des niveaux de contamination radioactive. Rapport etabli au Centre d'

Etude Nucleaire de Fontenay-aux-Roses, France.) EUR 4218f. Brussels: Communaute Europeenne de l' Energie Atomique (EURATOM), 1969(in French).

23. Trichopoulou A, Toupadaki N, Tzonou A, et al. The macronutrient composition of the Greek diet; estimates derived from six case-control studies. *Eur J Clin Nutr* 1992; 47:549-58.
24. Willett WC, Sacks F, Trichopoulou, et al. The Mediterranean diet pyramid: a cultural model for healthy eating. *Am J Clin Nutr* 1995;61(suppl):1402S-6S.
25. Λουκόπουλος, Δ. Αιτωλικαί οικήσεις σκεύη και τροφαί. ΑΘΗΝΑ: Π.Δ. Σακελλαρίου, 1925, σελ. 87.
26. Todhunter, E. N. Seven Centuries of Cookbooks-Treasures and Pleasures. *Nutrition today.* Issue of Jan/Feb.1992, pp. 6-12.
27. Mennel, S. *All Manners of Food,* Oxford, New York, 1985, 97.
28. Platina, On Right Pleasure and Good Health. A critical Edition and Translation of De Honesta Voluptate et Valetudine, by Mary Ella Milham, Tempe, Arizona (Medieval & Renaissance Texts & Studies), 1998.
29. Jansen-Sieben R. Dietetics in 16th century cookbooks. *Verh K Acad Geneeskd Belg.*1996;58(30);285-300.
30. Godina-Golija, M. The influence of Cookbooks on Food Culture in Slovenia in the Nineteenth Century and at the beginning of the Twentieth Century. [In]: Lysaght, P. (eds). Changing Tastes. Basel, Schweizeriche Gessllshaft für Volkskunde, 2004, pp. 191-197.
31. Dumpe, L. The spread of Sweet Foods in Latvia: An example of Changing Taste Habits in the Industrial Age. [In]: Lysaght, P. (eds). Changing Tastes. Basel, Schweizeriche Gessllshaft für Volkskunde, 2004, pp.
32. Van Winter, J. M. Green salads: An innovation in the Diet of the Renaissance Period. [In]: Lysaght, P. (eds). Changing Tastes. Basel, Schweizeriche Gessllshaft für Volkskunde, 2004, pp.
33. Dalby, A. Siren Feasts. London: Routlege, 1996, chp2.
34. Dalby, A. Siren Feasts. London: Routlege, 1996, chp3.
35. Dalby, A. Siren Feasts. London: Routlege, 1996, chp4.

36. Κουκουλές Φ., Αι τροφαί και τα ποτά [Στο]*Βυζαντινών Βίος και Πολιτισμός,* τομ. Ε΄, Εν Αθήναις 1952.

37. Άννα Ματθαίου. Ο Βριλιά Σαβαρίν και το ψάρι του αρχιναυάρχου Κανάρη: τα ελληνικά βιβλία μαγειρικής του 19 αιώνα. *Ιστορικά*.1998;28-29: 109-122.

38. " Η μαγειρική, Ανώνυμη μετάφραση του 1828" Εισαγωγή-παρουσίαση Α. Ματθαίου, Αθήνα 1992

39. "Τα μυστήρια της γαλλικής μαγειρικής" υπό Α. Γογυέ, Αρχαίου Αρχιμαγείρου των μαγειρίων του Κόμητος Δαυκαΰλα, του λόρδου Μελβίλλου, Μεταγλωττισθέν υπό **, Αθήνα 1860.

40. Α. Συγγρός. Απομνημονεύματα, τ. 1, Αθήνα 1908. σ. 258-259(υπάρχει τώρα η φωτομηχανική ανατύπωση: Α Συγγρός, Απομνημονεύματα Επιμέλεια Άλκης Αγγέλου, Μαρία-Χριστίνα Χατζηϊωάνου, Αθήνα, Βιβλιοπωλείο της Εστίας, 1998, σ. 258-259.

41. Σαράντης Ν., *Σύγγραμμα της Μαγειρικής Περιεκτικόν και Ευμέθοδον εις την Απλοελληνικήν υπό Νικολάου Σαράντου*, Κωνσταντινούπολη, εκ του τυπογραφείου Α. Εξάρχου, 1863 (επανέκδοση στην Αθήνα, 1882).

42. S. Zubaïda, «National, Communal and Global Dimensions in Middle Eastern Food Cultures», S. Zubaïda-R. Tapper(επιμ.), *Culinary Cultures of the Middle East,* Λονδίνο-Νέα Υόρκη 1996, σ. 33-54.

43. Η περιγραφή του αντίτυπου: Θ.Ι. Παπαδόπουλος, Ελληνική Βιβλιογραφία 1544-1863. Προσθήκες-Συμπληρώσεις, Αθήνα 1992, ;ρ. 485(Α5197).

44. Ελληνική μαγειρική ήτοι οδηγός χρησιμώτατος προς κατασκευήν των φαγητών και των γλυκισμάτων, εκδίδεται υπό Ανέστη Κωσταντινίδου, Αθήνα 1891.

45. Π. Καντώρος, Μεγάλη και πλήρης μαγειρική και ζαχαροπλαστική επεξεργασθείσα επί τη βάσει των νεότατων και πληρεστάτων κλασικών συγγραμμάτων και των menus των Βασιλικών γευμάτων, Αθήνα 1900.

46. Αλεξιάδης Β., *Μεγάλη Οικογενειακή Μαγειρική και Ζαχαροπλαστική,* 2η έκδοση, Αθήνα, 1905.

47. Βιβλίο Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων, 1914.

48. Βιτσικουνάκης Α., *Νέα Οικιακή Μαγειρική υπό Αλεξάνδρου Βιτσικουνάκη*, Αθήνα, 1925.

49. Ελληνικό Υπουργείο Στρατιωτικών. *Δοκίμιον Κανονισμού περί της Υπηρεσίας εν τοις Στρατιωτικοίς Μαγειρείοις Μετά Οδηγού Μαγειρικής*, Αθήνα, 1928

50. Τσελεμεντές Ν., *Οδηγός Μαγειρικής Ν. Τσελεμεντέ*, 8η έκδοση, Αθήνα, 1938

51. Βασιλείου Γ., *Η νοικοκυρά τι πρέπει να γνωρίζει*, 4η έκδοση, Αθήνα, 1949

52. Παντούλη Α., *Η νέα και καλύτερη Μαγειρική Ζαχαροπλαστική,* 2η έκδοση, Αθήνα, 1954

53. Ποταμιάνος Θ., Η *Μαγειρική των Περιστάσεων,* Αθήνα, 1943.

54. Ποταμιάνος Θ., *Τα Ψάρια και η Μαγειρική του Θέμου Ποταμιάνου*, Αθήνα, 1956

55. Ποταμιάνος Θ., *33 Ελληνικές συνταγές*, Αθήνα, 1965

56. Γερασίμου Μ., *Η οθωμανική μαγειρική*, σελ. 67., 2η έκδοση, Αθήνα, 2004

10. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Παράρτημα 1: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Σαράντη Ν, 1863.

Καρυκεύματα και μπαχαρικά

Μοσχοκάρυδο, κανέλα, ζινέβρα, ρίγανη, βασιλικός, δάφνη, μαϊντανός, εστραγκόν ή δρακόντιον, ζαφορά, κρεμμύδια, πιπέρι άσπρο, πιπέρι μαύρο, πιπέρι καγιέν, πιπέρι κόκκινο, γαρύφαλλα, σερφόλιον, μολόχα, φασκόμηλο, κόκκινη πιπεριά, φλούδα νεραντζιού, δεντρολίβανο,
αδίαντον, σετεράκιον, πολύτριχον, σκολοπένδριον, πολυπόδιον ή 5 capillaire

Διάφορα κονσομέ και ζωμοί

- Ανάλυσις του ζουμίου(κόκκαλο βιδελίσιον, κρέας, 1 όρνιθα ψημένη στη σούβλα, νερό, αλάτι, 2 καρότα, 1 σαλγάμι, 3 πράσα, ½ ρίζα σέλινο, 1 κρεμμύδι στο οποίο έχουμε καρφώσει γαρύφαλλα)
- Μαρμίτι εις το μπαμαρί ή ζουμί υγιεινόν(κρέας βοδινό, ψαχνό βιδέλου και πρόβειου, 1 όρνιθα ψημένη στη σούβλα, νερό, 1 καρότα, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι, 1 κρεμμύδι στο οποίο έχουμε καρφώσει γαρύφαλλο, 2 πράσα, ½ ρίζα σέλινο, αφού βράσουν τα σουρώνεις και σερβίρεις το ζουμί)
- Μεγάλον μαρμίτι ή μεγάλον ζουμί (κόκαλα και ψαχνό από κομμάτι βοδινού, νερό, 2 καρότα, 1 κρεμμύδι με γαλύφαλο, 1 σαλγάμι, 2 πράσα, 1ρίζα σέλινο)
- Ζουμί από πουλερά διά τάς σούπας της υγείας-σαντέ (2 όρνιθες ψημένες στη σούβλα, νερό κρύο, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι με γαρύφαλο,1/2 ρίζα σέλινο, 1 σαλάτα, βούτυρο στο οποίο τσιγαρίζονται τα υλικά)
- Ζουμί του δίνδιου διά τάς σούπας της υγείας (δίνδιος ψητός στη σούβλα, νερό, 2 καρότα, 2 σαλγάμια, 4 πράσα, 1 ρίζα σέλινο, 1 μαρούλι ή σαλάτα ψιλοκομμένη, και τσιγαρισμένη στο βούτυρο, γαρίφαλο, αλάτι)
- Ζουμί θρεπτικόν από πέρδικας (4 πέρδικες ψημένες στη σούβλα, 1 κομμάτι κρέας βιδελίσιο, νερό, ρίζες τσιγαρισμένες σε βούτυρο)
- Ζουμί από μικρά λαγουδάκια(2 λαγουδάκια, ψαχνό από βιδέλο, νερό, ρίζες τσιγαρισμένες σε βούτυρο)
- Διπλόν ζουμί δια να μεταχειρίζεσθαι εις κάθε σούπαν, επειδή τη δίδει περισσοτέραν ουσίαν και δύναμιν (βούτυρο, βιδέλο, κρέας πρόβειο, 1 όρνιθα, 2 κρεμμύδια, δύο καρότα, πράσα, σέλινα, ζουμί)
- Κονσομέ άσπρο από όρνιθας
- Κονσομέ από περισσεύματα των πουλιών ή από όρνιθας ή από δίνδιον
- Άσπρο κονσομέ της υγείας από πουλιά
- Ουσία ή καπνός δια σουπρέμας
- Γλάσο από πουλιά
- Ζου βωδινόν ωσάν ζελατίνα (βούτυρο, 4 κρεμμύδια, βοδινό, περισσεύματα πουλιών, βιδέλου, προβάτου, κόκαλα πέρδικας, ζουμί, 1 ασπράδι αυγού)
- Βλόν του βιδέλου (βούτυρο, ζαμπόν, 1 όρνιθα, βιδέλο, ζουμί, 2 καρότα, δύο κρεμμύδια)
- Όλα ή ζουμί Ισπανικόν (βοδινό, κόκαλο μοσχαριού, λαιμό αρνιού, 1 όρνιθα, 1 πέρδικα, 1 κομμάτι ζαμπόν 3 καρότα, 3 σαλγάμια, πράσα, ρίζα σέλινου, ¼ λάχανου, πιπέρι, γαρύφαλλα, το περνάμε από πετσέτα)

Σαρακοστιανά

- Ζουμί από ρίζας δια σούπας σαρακοστιανόν (10 καρότα, 10 σαλγάμια, βούτυρο, πράσα, σέλινο, 1 κρεμμύδι με γαλύφαλλα, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι. Τσιγαρίζουμε τα λαχανικά είτε σε βούτυρο είτε σε λάδι)
- Μεγάλο ζουμί σαρακοστιανόν(μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, 10 καρότα, 10 σαλγάμια, 5 κρεμμύδια, σέλινο, 10 κωβίδια, πράσα, αφού βράσουν τα περνάμε από κόσκινο)
- Άλλη ρετσέτα δια το ζουμί μεγάλον σαρακοστιανόν(2 ψάρια του γλυκού νερού, και 2 μικρά ψάρια γουλιανούς μαζί με τα λαχανικά που αναφέραμε παραπάνω και βούτυρο)
- Γλάσον σαρακοστιανόν από χόρτα ή ρίζας
- Ζουμί σαρακοστιανόν από πιζέλια ξηρά, ρίζας κ.τ.λ.(10 καρότα, 10 σαλγάμια, 10 κρεμμύδια, πράσα, σέλινο, μπιζέλια, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, αφού βράσουν τα περνάμε από κόσκινο). Τα μπιζέλια μπορούν να αντικατασταθούν με φακές ή φασόλια ξερά.
- Κούρ βουλιόν σαρακοστιανόν, ήγουν κοντόν ζουμί σαρακοστιανόν (αντί κονσομέ βάζουμε ζουμί των ριζών ή του ψαριού)
- Κούρ βουλιόν, ήγουν κοντόν ζουμί(6 κρεμμύδια, 6 καρότα, βούτυρο, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό, σκόρδο, γαρύφαλλα, μαύρο κρασί ή βορδώ, κονσομέ)

Ιατροζούμια

- Δόσις δια νερόν του πουλίου δροσιστικόν(1 πουλί, φύλλα σαλάτας, ξινίθρα, σερφόλιον, νερό)
- Ζουμί του πουλίου δροσιστικόν -3 διαφορετικές μέθοδοι (σπόρους κρύους είναι οι πεπονόσποροι και οι καρπουζόσποροι ή σπόρους παπαρούνας, φύλλα σαλάτας και πουράντζας, ρύζι)
- Ζουμί του πουλίου δροσιστικόν και στηθικόν(1 πουλί, 2κ. της σούπας φάρον, σιρόπι μολόχας)
- Ζουμί του μοσχαρίου δροσιστικόν (μοσχάρι, αρνί, νερό, σπόρους, φύλλα σαλάτας, αφού βράσουν σουρώνουμε και χρησιμοποιούμε το ζουμί)
- Ζουμί της αχελώνας(**χελώνα,** ραδίκια, χρησιμοποιείται το ζουμί)

- Ζουμί δροσιστικόν και ελαφρόν απ το σικότι του μοσχαριού(συκώτι του μοσχαριού, σερφόλιον, κρισόνι, ραδίκια, φύλλα πεμπρινέλας)
- Ζουμί από άσπρον σικότι του μοσχαριού δια τα στήθη, όπου πάσχουν(σηκότι, σύκα, χουρμάδες, ζίζυφα, σταφίδες, αδίαντον, σετεράκιον, πολύτριχον, σκολοπένδριον, πολυπόδιον ή 5 capillaire)
- Ζουμί του πουλίου δια τας αιτίας του στήθους(ζίζυφα, φύλλο πουλμονέρ ή πνευμονίας, σκολοπένδριον, πουράντζα, άνθη της πουράντζας, φύλλο τουσιλάζ-βήχιον, τα ζητάμε από το φαρμακείο)
- Ζουμί από **βαθράκους** και **σαλιάγκους** δια τον ξηρόβηχα
- Ζουμί δροσιστικόν από καραβίδες δια να καθαρίσει το αίμα
- Ζουμί δροσιστικόν από σερφόλιον (μοσχάρι, σερφόλιον)
- Ζουμί δροσιστικόν από κρεσόνι(μοσχάρι, κρεσόνι)
- Ζουμί δια την φλογώσιν του μεσεντέρου, του σικοτίου και της σπλήνας
- Ζουμί δροσιστικόν από διάφορα χόρτα (ξινίθρα, **γλιστρίδα**, φύλλα σαλάτας, βούτυρο)
- Ζου από χόρτα(κρεσόνι, φύλλα σαλάτας, ραδίκια, ξινίθρα, σερφόλιο, όλα αυτά κοπανίζονται στο γουδί, και βγάζουν όλο το ζουμί τους το οποίο και χρησιμοποιείται)

ΚΡΕΑΣ

Βραστό:

Σούπες

- Σούπα από λάχανα αλά Ρούσσα (κονσομέ, βοδινό στήθος, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, 1 άσπρο λάχανο, αλεύρι, 1 ποτήρι ξυνόγαλον ή γιαούρτι, καρότα)
- Σούπα Ρωσσική από λάχανα (βοδινό στήθος, λαρδί, ζουμί, 2 κρεμμύδια τσιγαρισμένα σε βούτυρο, 1 άσπρο λάχανο, αλεύρι)
- Σούπα από σέγλ αλά αλμάντ (2 όρνιθες, βίδελον, ζουμί, σέγλ, πράσα, ρίζα σέλινο, αλεύρι με κονσομέ, ζάχαρη)
- Σούπα Γερμανική από σέγλ (όπως η σούπα από σέγλ αλά αλμάντ αλλά προσθέτουμε, μια σάλτσα από 12 κρόκους αυγού χτυπημένα με βούτυρο, και κρέμα γάλακτος, μοσχοκάρυδο)
- Σούπα Πολωνική ή Μπάρς αλά Πολωνέζα (2 πουλιά ψημένα στη σούβλα, 1 κόκαλο βωδιού, βιδέλο, λαρδί, ζουμί, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια πράσα, σέλινο, μαϊντανό, άσπρο πιπέρι, βούτυρο, παντζάρια, κινέλια από φάρσα πουλιών, 30 κρούσταις ψωμιού)

Βοδινό

- Βραστόν βωδινόν με ρίζας γλασαρισμένας
- Βραστόν βωδινός αλά Νιβερνέζα
- Βραστόν βωδινόν με καρότα αλά Αλμάντ
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με κρομμύδια γλασαρισμένα
- Βραστό βωδινόν γαρνιτό με κρομμύδια παραγεμιστά
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με ρίζας σέλινα γλασαρισμένα
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με κάστανα
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με πρόκολα αλά Εγγλέζα
- Βραστόν βωδινόν αλά Ιρλανδέζα
- Βραστόν βωδινόν αλά Βιενέζα
- Βραστόν βωδινόν αλά Νουιλλί
- Βραστόν βωδινόν αλά Βουρζουάζ
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με πατάταις με κονσομέ
- Βραστόν βωδινόν με μας-πατέτος αλά Σκοτσέζα
- Βραστόν βωδινόν με πουρέ πατάταις
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό από καρότα
- Διά μεγάλον πιάτον βραστόν βωδινόν αλά Φραντσέζα γαρνιτό με ατλέταις
- Βραστόν βωδινόν αλά Παριζιάνα
- Βραστόν βωδινόν, μέρος φιλέτου μαζη με το έξω φιλέτον δια μεγάλον πιάτον
- Διά μεγάλον πιάτον βωδινόν αλεκαρλάτ (το τρίβουμε με νίτρο, μετά το θέτουμε στο αλάτι με 2 κρεμμύδια, 2 καρότα, σκόρδο, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό, πιπέρι, για 6 ημέρες. Το βράζουμε και το σερβίρουμε με βραστά λαχανικά)

Αρνί

- Ρύζι σούπα αλά Αρμένα (πρόβειο κρέας, ρύζι, μπορεί να περιέχει και ρεβίθια)

Στη κατσαρόλα:

Βοδινό

- Φιλέτον βωδινό βρεζέ του κυνηγού γαστρονόμου (φιλέτο βοδινό με ζαμπόν, λαρδί, φιλέτα λαγού, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια, δάφνη, ρίγανη, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, κρασί μαδέρα, σάλτσα εσπανιολ)
- Φιλέτο βωδινό αλά Ρουαγιάλ (λαρδώνεις με γλώσσα, λαρδί, κονσομέ, 2 κρεμμύδια, 2 καρότα, ζαμπόν, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, κρασί μαδέρα, κρασί μάλαγα, βούτυρο, γαρνίρουμε με χαρχάλια πετεινού, τρούφλ μαύρες, καραβίδα)

- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινό βρεζέ αλά κολνέτ (όπως για κυνηγό γαστρονόμο, προσθέτουμε βούτυρο, **νεφρά πετεινού**)
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ με σαμπάνια αλά Ιταλιάνα (ζαμπόν, λαρδί, **σαμπάνια,** λάδι, σκόρδο, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια, ζάχαρη, λεμόνι, μανιτάρια, σερβίρουμε με σάλτσα ιταλιάνα και φρέσκο βούτυρο)
- Φιλέτον βωδινόν αλά Ρωμάνα μεγάλον πιάτο (κόκκινη πιπεριά, ρίζα σέλινο, βούτυρο, σάλτσα εσπανιολ, σάλτσα ρωμάνα)
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Ναπολιτάνα (ζαμπόν, κρασί μαδέρα, σάλτσα Ναπολιτάνα , πελτέ φραγκοστάφυλο, σταφίδες, κίτρο, βούτυρο)
- Μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν αλά βουρζουάζ (λαρδί, κρασί, ρακί, πάχος από το φιλέτο, ρίγανη, 2 κρεμμύδια, βούτυρο)
- Μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν αλά βουρζουάζ (6 κρεμμύδια, βούτυρο ή πάχος των πουλιών, σουκρούτ, κρασί άσπρο, κονσομέ, λαρδί, 2 καρότα, βούτυρο)
- Φιλέτο βωδινόν βρεζέ με σού-κρούτ αλά Φραντσέζα-οι Γάλλοι το σάουτ-κράουτ το λένε σου-κρουτ
- Φιλέτο βωδινόν βρεζέ γαρνίτο με καρότα γλασαρισμένα
- Βωδινόν αλά μόδα (κρασί, ρακί, ζουμί, 4 κρεμμύδια, το λαρδώνουμε και το βράζουμε)
- Βωδινόν εις ζελατίναν αλά βουρζουάζ (πάχος, ασπράδι αυγού)
- Νουά βωδινόν βρεζέ
- Ουραί βωδιναί βρεζέ γαρνίται με ρίζας (λαρδί, ζαμπόν, κονσομέ, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια)

Μοσχάρι

- Διά μεγάλον πιάτον, νουά του μοσχαριού αλά Ζαρδινιέρα (λαρδί, βούτυρο, κονσομέ, 2 κρεμμύδια, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, ζαμπόν, 2 καρότα)
- Μπριζόλαις του μοσχαρίου σοτέ γαρνιταις με πιζέλι και λαρδί καπνιστόν
- Νουά του μοσχαρίου με ζελέ ασπίκ αλά μοδέρνα (λαρδί, μαστοί μοσχαριού, χοιρομέρι, πόδια μοσχαριού, νουά μοσχαριού, καρότα, κρεμμύδια, κρασί, κονσομέ)
- Νουά του μοσχαρίου με βούτυρον μοντπελιέ
- Νουά του μοσχαρίου με βούτυρον της καραβίδας
- Μπριζόλαι του μοσχαριού με ζελέ ασπίκ (λαρδώνουμε τις μπριζόλες με λαρδί και χοιρομέρι και τις ψήνουμε στη κατσαρόλα με 2 καρότα, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, ρίγανη, βασιλικό, αλάτι, κρασί, σερβίρουμε με ζελέ)
- Μπριζόλαις του μοσχαριού της ωραίας θέας (λαρδώνουμε τις μπριζόλες με λαρδί και χοιρομέρι και τις ψήνουμε στη κατσαρόλα, σερβίρονται με ζελέ)
- Μιρέ πουά(μοσχάρι, λαρδί, ζαμπόν, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, μανιτάρια, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, γαρύφαλλα, χυμό λεμονιού, κρασί)

Εντόσθια και κατώτερα μέρη

- Κεφαλή του μοσχαρίου νατουράλε (ετοιμάζουμε την κεφαλή όπως συνήθως και σερβίρουμε με μαϊντανό και σάλτσα από λάδι και ξύδι, εστραγκόν, πιπέρι, αλάτι)
- Κεφαλή του μοσχαριού αλά τορτού (αφού ζεματίσουμε την κεφαλή, την βάζουμε στη κατσαρόλα με πάχος βοδινό, 2 καρότα, μαϊντανό, συνοδεύουμε με σάλτσα τορτού)
- Κεφαλή του μοσχαριού αλά Βενετσιάνα (αφού ετοιμάσουμε την κεφαλή, την σερβίρουμε με σάλτσα αλά βενετσιάνα από μανιτάρια, χαρχάλια του πετεινού)
- Από μυαλά του μοσχαρίου μαγιονέζ
- Σαλάτα από μυαλά του μοσχαριού (μυαλά του μοσχαριού ζεματισμένα και μαγειρεμένα στη κατσαρόλα, σαλάτα πράσινη, αυγά, μαγιονέζα)
- Μυαλά του μοσχαρίου με βούτυρον μοντπελιέ

Στη σχάρα:

Βοδινό

- Εις την σχάραν μπιφστέκ αλά μετ δοτέλ (με λάδι)
- Μπριζόλαις βωδιναίς στη σχάρα αλά μετ δοτέλ
- Μπριζόλαις βωδιναις στη σχάρα με πουρέ πατάταις

Χοιρινό

- Μπριζόλαι χοιριναί εις της σχάραν

Στη σούβλα:

Βοδινό

- Ροσμπίφ από διπλούν φιλέτον αλά Φραντσέζα
- Ροσμπίφ από αλογιό αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις
- Ροσμπίφ από αλογιό αλά Παριζιάνα γαρνίτο ατλέταις
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον πικέ μαρινέ εις ζορκάδι
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν λαρδωμένον και μαρινάτον αλά Πρεντανιέρ
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένο αλά Εγγλέζα
- Φιλέτο βωδινόν αλά Ρισελιού
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον αλά Ρώσσα (το συνοδεύουμε με ρύζι με κομμάτια από χήνες και πάχος των πουλιών)
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον και γαρνίτο με μακαρόνια αλά Ναπολιτάνα

- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον γαρνίτο με μακαρόνια αλά Φραντσέζα

Μοσχάρι

- Διά μεγάλον πιάτον το διπλούν φιλέτον του μοσχαρίου εις την σούβλαν
- Διά μεγάλον πιάτον μπριζολίκι του μοσχαριού εις την σούβλαν
- Διπλούν φιλέτον μοσχαρίου αλά κρέμ (λαρδί, χαρτί αλειμμένο με μπεσαμέλ, στη σούβλα)
- Διπλούν φιλέτο του μοσχαρίου αλ' Εγγλέζα (στη σούβλα, το αλείφουμε με Εγγλέζα)
- Διπλούν φιλέτον του μοσχαρίου αλά πομπαδούρ (το ψήνουμε στη σούβλα σάλτσα
- Μπριζολίκι του μοσχαρίου αλά περιγκιού (το γεμίζουμε με γέμιση από τρούφες, φάρσα των πουλιών και βιδέλου, το ράβουμε με σπάγγο και ψήνουμε στη σούβλα)
- Μπριζολικι του μοσχαριού αλά βουρζουάζ (όπως παραπάνω αλλά στη φάρσα προσθέτουμε μαϊντανό με βούτυρο)

Χοιρινό

- Χοιρομέριον εις την σούβλαν
- Φιλέτον χοιρινίσιον εις την σούβλαν αλά ροβέρτ
- Φιλέτο χοιρινίσιον εις την σούβλαν αλά παρμεντιέρ
- Τέταρτον χοιρινόν βραστόν αλά Ιρλανδέζα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά μέτ δοτέλ
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Εγγλέζα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν με μακαρόνια αλά Ναπολιτάνα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλ' Ιταλιάνα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Μοσκοβίτ
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Γραίκα(βάζουμε στο γουρουνάκι αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, βασιλικό, δεντρολίβανο, ρίγανη, χυμό λεμονιού, λάδι, δυόσμο, φασκόμηλο, μαϊντανό, δάφνη, μοσχοκάρυδο, και το τρίβουμε με όλα αυτά. Το ψήνουμε στη σούβλα αφού πρώτα έχουμε βγάλει την μαρινάδα.)
- Άλλη μέθοδος διά το γουρουνάκι το ψητόν εις την σούβλαν και παραγεμιστόν αλά Γραίκα (ετοιμάζουμε την εξής γέμιση: τσιγαρίζουμε κρεμμύδια σε βούτυρο, προσθέτουμε κομματάκια από το σηκότι του γουρουνιού, προσθέτουμε σταφίδες, κουκουνάρια, κρασί της Κύπρου, και κάστανα ψημένα, επίσης ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, κανέλα, ρίγανη, πράσινες ελιές, δεντρολίβανο. Γεμίζουμε το γουρουνάκι, το ράβουμε και το ψήνουμε στη σούβλα. Το αλείφουμε κάθε 10 λεπτά με λάδι.

Αρνί

- Σέλα του προβάτου εις την σούβλαν γαρνίτο με πατάταις διά μεγάλα πιάτα
- Σέλα του προβάτου αλά Εγγλέζα
- Μερί πρόβειον εις την σούβλαν
- Τέταρτον του προβάτου αλά Ιρλανδέζα
- Σέλα του αρνιού εις την σούβλαν
- **Ψητόν αρνί αλά Γραίκα**
- Τέταρτον του προβάτου μαρινάτον ωσάν ζορκάδι με σάλτσαν Ποβράτ

Στο φούρνο:

Βοδινό

- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Λουξεμβουρ (το βουτάμε σε αυγό, βούτυρο, παρμεζάνα, ψωμί τριμμένο και ψήνουμε στο φούρνο, σερβίρουμε σε εσκαλόπ λαγουδάκια με φασόλια πράσινα, πάτους αγκινάρας και κροκέτες λαγού)
- Μπόφ αλά κιουλέρ- Βραστόν βωδινόν εις το χουλιάρι αλά Παριζιάνα γαρνίτο με ατλέταις

Αρνί

- Μπριζόλαις του αρνίου σοτέ γαρνίταις με πιζέλι αλά Παριζιάνα
- Μπριζόλαις του αρνίου λαρδωμέναις και γλασαρισμέναις γαρνίταις με σπαράγγια πράσινα
- Μπριζόλαις πρόβειαις σοτέ εις το γλάσον των

Στο τηγάνι:

Μοσχάρι

- Κροκέταις από μοσχάρι αλά Βιενέζα (μοσχάρι ψημένο στη σούβλα ή βρεζέ ή ψημένο σε ένα ποάλ, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, σάλτσα βιενέζα, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)
- Κροκέταις από μοσχάρι αλά Εσπιανιόλα (μοσχάρι ψημένο στη σούβλα ή βρεζέ ή ψημένο σε ένα ποάλ, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, σάλτσα εσπανιόλ, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)
- Στήθος του μοσχαριού εις μπριζόλας αλά Βιενέζα (πανάρουμε τις μπριζόλες σε ψωμί τριμμένο, αυγό χτυπημένο, και τηγανίζουμε σε βούτυρο)

Αρνί

- Κροκέται από αρνί αλά Πιεμοντέζα(αρνί, μοσχοκάρυδο, αλάτι, βούτυρο με ουσία σκόρδου, μαϊντανό, βελουτέ, ψωμί, αυγά, φριτούρα)
- Επιγρέμ του αρνίου με πουρέ πιζέλια νέα (πανάρουμε τις μπριζόλες σε ψωμί τριμμένο, αυγό χτυπημένο, και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Μπριζόλαις του αρνίου πανέ αλ' Εγγλέζα γαρνίταις με σέλινα αλά Φραντσέζα (πανάρουμε τις μπριζόλες σε ψωμί τριμμένο, αυγό χτυπημένο, και τηγανίζουμε σε βούτυρο)

Εντόσθια και κατώτερα μέρη

- Φριτούρα από μυαλά μοσχαριού(2 μυαλά μοσχαριού βραστά, πιπέρι, λάδι, αλάτι, πάτ α φρίρ, μαϊντανό, φριτούρα)

Καπνιστό

- Κιουλότον βωδινόν καπνιστόν αλ' αμπουρζουάζ (αφού το κάνουμε καπνιστό και το κρεμάσουμε, όταν είναι να το καταναλώσουμε το βράζουμε)
- Στήθος βωδινόν καπνιστόν αλά Εγγλέζα

Ζαμπόν

- Διά μεγάλον πιάτο, Χοιρομέρι με σπανάκια (ξαλμυρίζουμε 1 μεγάλο κομμάτι ζαμπόν σε νερό για 24 ώρες, και το βάζουμε έπειτα να βράσει με 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, 2 πράσα, μαϊντανό, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη. Το σερβίρουμε με σπανάκι)
- Μέθοδος διά να κάμης ασπίκ (είναι ζελέ. Χρησιμοποιούμε ζωμό από μοσχάρι, 2 πουλιά, ζαμπόν και διάφορα μυρωδικά βρασμένα 4 ώρες, **ασπράδια αυγού**, κρασί, ξύδι από εστραγκόν, λεμόνι)
- Χοιρομέρι γλασέ αλά Ζαρδινιέρα ή ζαμπόν γλασέ (ετοιμάζουμε το ζαμπόν όπως προηγουμένως και σερβίρεται σε ζαρδινιέρα)
- Χοιρομέρι γλασέ αλά μασεδουάν (ετοιμάζουμε το ζαμπόν όπως προηγουμένως, και το σερβίρουμε πάνω σε μασεδουάν)
- Βλόν του βιδέλου (βούτυρο, ζαμπόν, 1 όρνιθα, βιδέλο, ζουμί, 2 καρότα, δύο κρεμμύδια)
- Όλα ή ζουμί Ισπανικόν
- Ποάλ:χρησιμοποιείται στις εντράδες, τα πουλερικά και άλλα. (ζαμπόν, λαρδί, καρότα, βούτυρο, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα, ρίγανη, βασιλικόν, σκόρδο, χυμό λεμονιού)
- Μιρέ πουά (μοσχάρι, λαρδί, ζαμπόν, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, μανιτάρια, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, γαρύφαλλα, χυμό λεμονιού, κρασί)
- Σάλτσα Ποβράτ (1 κρεμμύδι, ξύδι, πιπέρι, δάφνη, ρίγανη, ζαμπόν, γαρύφαλλα, σκόρδο, εσπανιολ)
- Μεγάλη σάλτσα Εσπανιόλ
- Σάλτσα καρέ αλά Ινδιάνα
- Σάλτσα Σεβρολί
- Σάλτσα Πικάντε
- Σάλτσα αλά Μιλανέζα & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Μιλανέζα
- Σάλτσα Τορτού
- Σούπα αλά Τορτού
- Σούπα από πουρέ φακαίς αλά κοντί
- Πουρέ από φασούλια ξηρά
- Ομελέτα με ζαμπόνι
- Φιλέτον βωδινό βρεζέ του κυνηγού γαστρονόμου
- Φιλέτο βωδινό αλά Ρουαγιάλ
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινό βρεζέ αλά κολνέτ
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ με σαμπάνια αλά Ιταλιάνα
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Ναπολιτάνα
- Ουραί βωδιναί βρεζέ γαρνίται με ρίζας
- Διά μεγάλον πιάτον, νουά του μοσχαριού αλά Ζαρδινιέρα

Γλώσσαν αλ' εκαρλάτ

- Ψωμί από πουλία αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις (βούτυρο, ψαχνά πουλιών, 5 κρόκους αυγού, βελουτέ, μαστός μοσχαριού, **γλώσσαν αλεκαρλάτ,** τρούφες, γλώσσα μοσχαριού, φιστίκια Συρίας, λαρδί)

ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ & ΚΥΝΗΓΙΑ

Πανάδες, φάρσαις

- Φάρσα από πουλία (φιλέτα από πουλιά, βυζί μοσχαριού, 4 κρόκους αυγών, πανάδα, βεσαμέλ κρύα)
- Φάρσα από φαζάνι (όπως φάρσα από πουλία, όπου αντί φιλέτα πουλιών βάζουμε φιλέτα από φαζάνια)
- Φάρσα από μπεκάτσαις (φιλέτα από μπεκάτσες, και τα υπόλοιπα υλικά όπως οι προηγούμενες φάρσες)
- Φάρσα από πέρδικας
- Φάρσα από λαγουδάκια
- Φάρσα από μικρόν κυνήγιον (κοτσύφια)

Βραστά:

Πουλιά

- Σούπα της Κλεοπάτρας (γεμίζουμε 15 ορτύκια με φάρσα φαζανίων και πουρέ από **τρούφλ**, τα ράβουμε, τα τυλίγουμε με λαρδί και τα ψήνουμε σε μιρεπουά, προσθέτουμε νεφρά πετεινού, φιλέτα της πέρδικας, τρουφλ, **συκοφάδες με κρασί** της Κύπρου)-σούπα ελληνική
- Σούπα του Αρχέστρατου(2 όρνιθες, ψαχνό μοσχαριού, ψαχνό βοδινού, μεγάλο ζουμί, 2 καρότα, 2 σαλγάμια, 1 ρίζα σέλινο, μαϊντανό, σερφόλιον, 2 κρεμμύδια, βασιλικό, ρίγανη, μοσχοκάρυδο. Αφού βράσουν σουρώνεται το ζουμί. Σε αυτό προστίθεται μια φάρσα από στήθη φαζανίου, νεφρά του πετεινού, ουρές

καραβίδας, στρείδια, χαρχάλια του πετεινού, μύτες από σπαράγγια πράσινες, φιλέτα από τσίχλες και ουσία από τρούφλ)-σούπα Ελληνική

- Σούπα αλά Τορτού(βούτυρο, βιδέλο, κονσομέ, κεφάλι του βιδέλου, 1 καρότο, 1 κρεμμύδι, 4 όρνιθες, μεγάλον ζουμί, εσπανιόλ, φέτες λαρδί, χυμό λεμονιού, κρασί μαδέρα, ζαμπόν, 1 καρότο, 2 κρεμμύδια, μανιτάρια, σαρδέλες αλειμμένες με βούτυρο, βασιλικό, ρίγανη, πιπέρι, δεντρολίβανο, πιπέρι καγιέν, μαϊντανό, κόκκινη **πιπεριά**,50 μικρά αυγά τα οποία γίνονται από φάρσα πουλιών με αυγά κοπανισμένα 3 κροκάδια αυγού και βεσαμέλ και προσθέτονται στη σούπα και γίνονται ποσέ)
- Σούπα της υγείας αλά φραντσέζα (όπως η σούπας της υγείας αλλά χωρίς φύλλα σαλάτας και ξινήθρα και αντί για ψωμί βάζουμε κινέλια από φάρσα των πουλιών)
- Σούπα της υγείας αλά ρεζάνς (μπιζέλια ζεματισμένα, ψωμί των πουλιών: φιλέτα πουλιών, κονσομέ, 8 αυγά, βούτυρο)-σούπα Γαλλική
- Σούπα της υγείας ό σασόρ ήγουν των κυνηγών (3 πέρδικες τυλιγμένες με λαρδί, ψημένες στη σούβλα, τις σερβίρεις σε κομμάται μέσα στη σούπα κονσομέ)
- Σούπα αλά βρουνουάζ (1 καρότο, 1 σαλγάμι, 2 ρίζες σέλινο, βούτυρο, 2 πράσα, σερφόλιον, μαϊντανό, ξινήθρα, φύλλα από 2 σαλάτες, ζάχαρη, κονσομέ, ψωμί πουλιών ή κινέλια από φάρσα πουλιών)
- Σούπα από αγγουράκια παραγεμιστά (3 αγγουράκια γεμιστά με φάρσα πουλιών, κονσομέ, σερφόλιον, μαϊντανός)
- Σούπα από πουρέ πιζέλια νέα, αλά φραντσέζα (ετοιμάζουμε μια σούπα από πουρέ πιζέλια νέα και σερβίρουμε με κινέλια από φάρσα των πουλιών αντί για κρουτόν)
- Σούπα εθνική Ισπανική (ζουμί Ισπανικόν, φλούδες ψωμιού. Αλευρώνουμε και βουτάμε σε αυγό χτυπημένο **τσιγαρίδες των πουλιών,** χαρχάλια πετεινού και νεφρά πετεινού, τα τηγανίζουμε και τα βάζουμε πάνω από το ψωμί)
- Σούπα Πολωνική ή Μπάρς αλά Πολωνέζα (2 πουλιά ψημένα στη σούβλα, 1 κόκαλο βωδιού, βιδέλο, λαρδί, ζουμί, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια πράσα, σέλινο, μαϊντανό, άσπρο πιπέρι, βούτυρο, παντζάρια, κινέλια από φάρσα πουλιών, 30 κρούσταις ψωμιού)
- Σούπα από κρέμα του ρυζιού αλά ρουαγιάλ (2 πουλιά, 1 κομμάτι μοσχάρι, μεγάλο ζουμί, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι, 1 ρίζα σέλινο, 2 πράσα, αφαιρούμε το κρέας και το λίπος, και προσθέτουμε ρύζι, πουρέ από πουλιά)
- Σούπα αλά ρέν (2 όρνιθες, 1 κομμάτο μοσχάρι, ζουμί, ρίζες, αφού βράσουν αφαιρούμε τα κρέατα και το λίπος. Το προσθέτουμε σε πουρέ πουλιών, προσθέτουμε ρύζι, ψίχα ψωμιού, μπεσαμέλ, αλάτι, κροτόνια)
- Σούπα από πουρέ των πουλιών αλά φραντσέζα (ετοιμάζουμε τη σούπα όπως τη σούπα αλά ρέν και την σερβίρουμε με κινέλια από φάρσα των πουλιών)
- Σούπα από πουρέ των πουλίων αλά πρενσές (ετοιμάζουμε μια σούπα αλά ρέν και την σερβίρουμε με 2 πουλιά αλά ρέν κομμένα σε κομμάτια και σερφόλιον)

Ζώα από κυνήγι

- Σούπα από λαγουδάκια αλά εγγλέζα

(Σημείωση: για να γίνουν οι σούπας σαρακοστιανές βάζουμε ζουμί σαρακοστιανό αντί για κονσομέ)

Στη κατσαρόλα:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Ποάλ καθημερινόν(ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδια, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, μαϊντανό, γαρύφαλλα, χυμό λεμονιού, όρνιθα ή δίνδιο ή καπώνι, λαρδί)
- Διά μεγάλον πιάτον δίνδιος αλά Φραντσέζα γαρνίτος με ατλέτας
- Διά μεγάλον πιάτον δίνδιος με τρουφλ αλ' Εσπανιόλα (λαρδί, τον γεμίζεις με φάρσα των πουλιών, τρούφες και τον ψήνεις)
- Διά μεγάλον πιάτον, Καπώνια αλ' Ιταλιάνα (λαρδί, φάρσα πουλιών, πουρέ μανιτάρια, σάλτσα αλά Ιταλιάνα)
- Δίνδιος αλά Παριζιάνα (φάρσα από βούτυρο της καραβίδας, ραγού ο σουπρέμ, χαρχάλια του πετεινού, σάλτσα σουπρέμ)
- Δίνδιος αλά γοδάρ (γεμίζουμε τη γαλοπούλα με φάρσα ουσία τρουφλ, τον ψήνουμε στη κατσαρόλα, τον σερβίρουμε με ραγού αλά φινανσιέρ, κινέλια ψημένα, συκώτι χήνας καρφωμένο με τρουφλ, χαρχάλια πετεινού, νεφρά των πουλιών, ουρές καραβίδας)
- Γαλαντίνα του δίνδιου με ζελέ

πουλιά

- Δια μεγάλον πιάτον, Πουλιά αλά Πιεμοντέζα (2 πουλιά, τα γεμίζεις με κουκουνάρια, τρούφες, βούτυρο του σκόρδου, τα τυλίγεις σε λαρδί, τα ψήνεις και τα σερβίρεις με ραγού από τρουφλ αλα Πιεμοντέζα)
- Πουλιά αλά Ινδιάνα(πουλιά με γέμιση από φάρσα πουλιών με πιπέρι καγιέν και ζαφορά, μοσχοκάρυδο)
- Φιλέ των πουλιών σοτέ αλά τουλούζ (βούτυρο ή πάχος σε πλασοτέ)
- Φιλέτα των πουλιών σοτέ αλά μασεδουάν (σοτέ με βούτυρο ή πάχος)
- Φιλέτα των πουλιών σοτέ με καρότα αλά φλαμάντ (τα σοτάρεις με βούτυρο ή πάχος και σερβίρεις με καρότα αλά φλαμάντ)
- Επιγρέμ από πουλιά αλά Φινανσιέρ (βάζουμε τα φιλέτα σε πλασοτέ με βούτυρο ή πάχος, τα σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και τα σοτάρουμε, τηγανίζουμε τα μεριά των πουλιών και σερβίρουμε με ραγού αλά φινανσιέρ)

- Φιλέτα της πάπιας με ελαίας (ψήνουμε στη σούβλα 6 πάπιες, έπειτα τις βράζουμε στη κατσαρόλα να σιγοβράσουν με εσπανιολ, κρασί και ελιές ζεματισμένες)
- Μεριά της πάπιας με κάστανα αλ' Εσπανιόλα (σιγοβράζουμε 6 πάπιες με εσπανιολ και σερβίρουμε με κάστανα γλασέ τα οποία σκεπάζουμε με την εσπανιολ)
- Πιπίνια αλ' α Ζαρδινιέρα (βράζουμε τα πιπίνια και τα σερβίρουμε με ζαρδινιέρα)
- Ορτύκια αλά Ζαρδινιέρα (ψήνουμε 6 ορτύκια στη κατσαρόλα, και σερβίρομε με φασόλια πράσινα, καρότα, σαλγάμια και πιζέλια αλά Παριζιάνα)
- Πουλιά νέα αλά ρέν (3 πουλιά με τα φιλέτα κάνουμε φάρσα, τα βουτάς σε ασπράδι αυγού και βάζει πάνω από καθένα λαρδί, τα βάζεις στη κατσαρόλα, και αλάτι, δάφνη, βουτυρωμένο χαρτί, τα σιγοβράζουμε, αφαιρούμε το λαρδί, και σερβίρουμε σε πρενσές)
- Ασπίκ από φιλέτα των πουλίων γαρνίτα με μιαν μασεδουάν
- Μαγιονέζι από πουλιά με ζελέ ασπίκ
- Ζεστόν κρύον φρικασέ από πουλία με ζελέ ασπίκ
- Ζεστόν κρύον φρεκασέ των πουλίων με τρούφλ
- Ψωμί από πουλία αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις (βούτυρο, ψαχνά πουλιών, 5 κρόκους αυγού, βελουτέ, μαστός μοσχαριού, γλώσσαν αλεκαρλάτ, τρούφες, γλώσσα μοσχαριού, φιστίκια Συρίας, λαρδί)
- Ραγού από κινέλια των πουλιών αλά Ολλανδέζα(φάρσα των πουλιών με μαϊντανό, φορμάρουμε μικρά κινέλια τα οποία γίνονται ποσέ με κονσομέ, έπειτα στραγγίζονται και τα βάζουμε σε μια σάλτσα Ολλανδέζικη με μανιτάρια και σερβίρουμε ως εντράδα)
- Ραγού από κινέλια των πουλιών με βούτυρον της καραβίδας(ετοιμάζουμε φάρσα με βούτυρο της καραβίδας, τα κάνεις ποσέ με κονσομέ, τα στραγγίζεις και έπειτα τα προσθέτεις σε μια σάλτσα σουπρέμ με μανιτάρια, ουρές από καραβίδες, και τα σερβίρεις)
- Ραγού δαβατί δε βολάϊλ αν αρικό βιέρζ(σοτάρεις με βούτυρο τα εντόσθια 6 πουλιών ή 3 δίνδιων σε μια κατσαρόλα, προσθέτεις αλεύρι, βρέχεις με κονσομέ, έπειτα τηγανίζεις 30 κρεμμυδάκια κόκκινα και 5 σαλγάμια , τα προσθέτεις στην κατσαρόλα και σερβίρεις)
- Ραγού από κρέτ και νεφρά των πουλιών αλά Τουλούζ(σε μια κατσαρόλα βάλε 2 κουταλιές της σούπας αλμάντ, ρίχνεις 2 φούχτες μανιτάρια, γλάσο των πουλιών, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, 12 χαρχάλια πετεινού-κρέτ, 24 νεφρά, τα αφήνεις να πάρουν βράσει 3 φορές και σερβίρεις)

Ζώα από κυνήγια

- Ραγού ή Εσκαλόπ από μικρά λαγουδάκια αλά Παριζιάνα (ζεμάτισε μπιζέλια, έπειτα τα σοτάρεις με σάλτσα αλμάντ, λίγο γλάσο από ουσία του κυνηγίου και ζάχαρη, πιπέρι, βούτυρο. Προσθέτεις φιλέτα ενός λαγού σοταρισμένα σε βούτυρο)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα (η γέμιση γίνεται με κιμά, συκώτια του γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια σταφίδες, κουκουνάρια, 40 πράσινες ελιές, ρύζι, κάστανα ψημένα, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί, δεντρολίβανο. Ψήνεται στη σούβλα ή στον φούρνο σκεπασμένο με μια κόλα χαρτί αλειμμένη με βούτυρο)

πουλιά

- Φιλέτα των φαζανίων ο σουπρέμ αλά περιγόρ (βάζεις τα φιλέτα φασιανού σε πλασοτέ με βούτυρο ή πάχος, τα σκεπάζεις με βουτυρωμένο χαρτί, τα ψήνεις στο φούρνο)
- Μπριζόλαις από πιπίνια νέα με σέλινα αλά Φραντσέζα (αφού αφαιρέσουμε το κόκαλο του στήθους από 6 πιπίνια, τα βάζουμε σε πλασοτέ με βούτυρο και τα ψήνουμε στο φούρνο σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί. Σερβίρουμε με σέλινα αλα φραντσέζα)
- Μπριζόλαις από ορτύκια σοτέ με σπαράγγια (τσιγαρίζουμε τις μπριζόλες με βούτυρο στο φούρνο, σερβίρουμε με σπαράγγια)
- Ορτύκια ο γρατέν (γεμίζουμε 8 ορτύκια με φάρσα πουλιών, τα ψήνουμε στο φούρνο, σκεπάζουμε με λαρδί και χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Σερβίρουμε με εσπανιόλα)
- Παστίτσι κρύον από φαζάνι με ζελέ (2 φαζάνια τα οποία γεμίζουμε με φάρσα με 2 κρόκους αυγού, μοσχάρι, λαρδί, μοσχοκάρυδο. Βάζουμε σε μια φόρμα παστίτσιου πάστα, σκεπάζουμε με λαρδί και ¼ της φάρσας από μοσχάρι, τα 2 φαζάνια και σκεπάζουμε με ¼ της φάρσας, λαρδί και την πάστα, την οποία αλείφουμε με αυγό, και ψήνουμε στο φούρνο. Αφήνουμε το παστίτσιο να κρυώσει και σερβίρουμε με ζελέ)

Στη σχάρα:

πουλιά

- Πιπίνια εις το χαρτί αλά Αιγυπτιακά (βάζουμε τα πιπίνια σε μαρινάδα από λάδι και λεμόνι για 3 ώρες. Τα πιπίνια ψήνονται στη σχάρα)
- Μπριζόλαις από πιπίνια νέα αλά κραπουνδέν (12 μπριζόλες από 6 πιπίνια, τις βουτάμε σε πάχος ή βούτυρο, τις ψήνουμε στη σχάρα και σερβίρουμε με σάλτσα ταρτάρ ή ρεμουλάντ)
- Ορτύκια αλά κραπουνδέν με σάλσα Ταρτάρ (αλατίζουμε, πιπερώνουμε και πανάρουμε 8 ορτύκια σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα. Σερβίρουμε με σάλτσα ταρτάρ)

Στο τηγάνι:

πουλιά

- Κροκέταις από πουλιά αλά αλμάντ (βρασμένα φιλέτα από τα πουλιά, σάλτσα αλμάντ, πιπέρι, αλάτι, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)

- Μεριά των πουλιών αλά αλμάντ (τα πανάρουμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πουδίν δε βολάι άλ'εγγλέζ(φάρσα των πουλιών, 1 ασπράδι αυγού, εσπανιόλ, 1 αυγό, μαϊντανό, γίνονται φριτούρα)

Ζώα

- Κροκέται από κυνήγιον ο Σουπρέμ(κυνήγι, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι, σουπρέμ, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)

Στη σούβλα:

πουλιά

- Ραγού από κοτσύφια αλά περιγγόρ(ψήσε 12 κοτσύφια στη σούβλα, βάλε τα φιλέτα σε ένα πιάτο της εντράδας και σκέπασέ τα τρούφ**λ** τα οποία έχεις βράσει σε μια σουπρέμ, στο τέλος προσθέτεις και τη σάλτσα
- Σαλμί ζεστόν κρύον από πέρδικας με ζελέ ασπίκ
- Κρουστάδ του ψωμιού με σαλμί ζεστόν κρύον από μπεκάτσαις)

Ζώα από κυνήγι

- Τέταρτον του ζορκαδίου μαρινάτον με σάλτσαν Ποβράτ (λαρδί, μαρίναρα, στη σούβλα, σερβίρεις με σάλτσα ποβράτ)

ΨΑΡΙΑ & ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Βραστά:

Ψάρια

- Σούπα από χέλυ
- Σούπα από ψάρι και ρίζας της ανοίξεως
- Σούπα τορτού αλά Αμερικάνα (1 καρότο, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, μανιτάρια, δάφνη, πιπέρι καγιέν, ρίγανη, μοσχοκάρυδο, κόκκινο πιπέρι, γαρύφαλλα, μισό μπουκάλι σαμπάνια, χέλι παστό)
- Άλλη ρετσέτα δια το ζουμί μεγάλον σαρακοστιανόν(2 ψάρια του γλυκού νερού, και 2 μικρά ψάρια γουλιανούς μαζί με τα λαχανικά που αναφέραμε παραπάνω και βούτυρο)
- Άλλο ζουμί σαρακοστιανόν από ψάρι(βούτυρο, λαχανικά που αναφέραμε, 1 χέλι, 10 σκορπίδια, 10 κωβίδια)
- Ζου από ψάρι(βούτυρο,4 κρεμμύδια, 1 χέλι, 5 γωβίδια, 10 σκορπίδια, 2 κέφαλους, 2 γλώσσες, ζουμί σαρακοστιανόν, μαϊντανό, κρεμμύδια, πράσο, δάφνη, σέλινο καρότα, σαλγάμι, βασιλικό).

Θαλασσινά

- Σούπα από καραβίδας του γλυκού νερού
- Σούπα από καραβίδας αλά φραντσέζα

Ραγού

- Ραγού από εσκαλόπ του αστακού αλά βεσαμέλ (βράζουμε τον αστακό και τον βάζουμε σε μια μπεσαμέλ)
- Ραγού από μύδια, καρίδας και μανιτάρια (αχνίζουμε 24 μύδια και τα προσθέτουμε σε μια σάλτσα από μανιτάρια, προσθέτουμε 50 γαρίδες)

Στην κατσαρόλα:

ΨΑΡΙΑ

- Ψάρι καλκάνι του Αρχιναυάρχου Κανάρη (καλκάνι, φάρσα από μερλάνια, 1 ασπράδι αυγού, αγγουράκια πράσινα, μανιτάρια, χυμό λεμονιού. Σερβίρεται με ραγού των πισιών σοταρισμένα με μπεσαμέλ και στρείδια)
- Μπουγιαμπές αλά Προβενσάλα(σκορπίδια, κωβίδια, κέφαλο, καλκάνι, χέλι, χελιδονόψαρα, μπαρμπούνια ή μερλάνια, σκόρδο, μαϊντανό, κρεμμύδια, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, χυμό λεμονιού, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι, ζαφορά, λάδι, νερό)
- Καλκάνι αλα Νορμάνδ (καλκάνι, χυμό λεμονιού, νερό, αλάτι, 200 μύδια, 200 στρείδια, σάλτσα αλα Νορμάνδ, μανιτάρια, ξύδι, ουρές και κεφάλια μερλανίων, σερβίρεται με πατάτες βραστές)
- Δια μεγάλον πιάτον ξυρρύχι φρέσκον, νεόν αλά Βενετσιάνα (βράζουμε το ξυρρύχι, το σερβίρουμε με ραγού από χέλυ, ματλοτ με κρασί βορδώ, βούτυρο της σαρδέλας, μανιτάρια)
- Δια μεγάλον πιάτον ξυρρίχι αλά Ινδιάνα (αφού βράσει το ξυρρύχι, σερβίρεται με φιλέτα του καλκανίου και μικρά κινέλια από χέλυ με μανιτάρια, σάλτσα καρή αλ' Ινδιάνα)
- Δια μεγάλο πιάτον ψάρι ξυρρίχι αλά Ιταλιάνα (αφού βράσει το ψάρι, το σερβίρουμε με ραγού από φιλέτα του σαζανίου, μανιτάρια και σάλτσα αλ' Ιταλιάνα με κρασί σαμπάνια ή σοτέρνα)
- Δια μεγάλον πιάτον ψάρι ξυρρύχι με σάλτσαν από βούτυρο της σαρδέλας (αφού βράσει το ψάρι σερβίρεται με σάλτσα με βούτυρο της σαρδέλας)
- Ψάρι βραστόν αλά Εγγλέζα παραγεμιστόν (γεμίζουμε το ψάρι με φάρσα από ψάρι με βούτυρο του αστακού, και το βράζουμε με νερό και αλάτι. Σερβίρεται με μαϊντανό, πατάτες βρασμένες και σάλτσα από βούτυρο του αστακού)
- Λαβράκι ψάρι βραστόν και παραγεμιστόν αλά Ολλανδέζα (γεμίζουμε το ψάρι με φάρσα από μερλάνια, το βράζουμε, το σερβίρουμε με βούτυρο λιωμένο, χυμό λεμονιού, μαϊντανό και πατάτες βραστές)
- Ψάρι παραγεμιστό, ψάρι βραστόν αλά Ραβιγότ (γεμίζεις το ψάρι όπως προηγουμένως και σερβίρεις με σάλτσα Ραβιγότ)
- Διά μεγάλον πιάτον ψάρια πισιά αλά Γερμανικά (βούτυρο, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, λεμονόψιχα, μαϊντανό)
- Διά μεγάλον πιάτον πισιά αλά Πιεμοντέζα (τα φιλέτα βράζονται, γαρνίρονται με μαϊντανό, πατάτες, και σάλτσα σαρακοστιανή αλά Πιεμοντέζα)

- Ραγού ματλότ αλά Τζενοβέζα (σοτάρουμε φιλέτα από 1 ψάρι, 10 τρουφλ, σάλτσα αλα Τζενοβέζα σαρακοστιανή, μανιτάρια φρέσκα ή κονσέρβας, κινέλια από φάρσα από μερλάνια με τρούφλ, ποσέ σε ζουμί σαρακοστιανό, κρεμμυδάκια)
- Ραγού από εσκαλόπ του καλκανίου αλά Ολλανδέζα (φιλέτα καλκανίου, σοτέ με βούτυρο, σάλτσα ολλανδέζα)
- Ραγού από φιλέτα των μπαρμπουνίων με σάλτσαν μανιταριών (σοτέ στο βούτυρο)
- Ραγού εσκαλόπ από φιλέτα των σκομβρίων αλά μέτ δοτέλ (σοτάρουμε τα φιλέτα με μέτ δοτέλ)
- Ραγού από φιλέτα των πισίων αλά Βενετσιάνα (σοτάρουμε τα φιλέτα των πισιών με βούτυρο, τα περιχύνουμε με σάλτσα αλά Βενετσιάνα)
- Ραγού από εσκαλόπ μερλάνια με σάλτσα ματλότ (σοτάρουμε τα φιλέτα και τα προσθέτουμε σε σάλτσα ματλότ, προσθέτουμε κρεμμυδάκια)
- Ψάρι λαβράκι ιστορημένον αλά μοδέρνα (το μαρινάρουμε με καρότα, βούτυρο, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, σκόρδο, αλάτι, τα σιγοβράζουμε, σε αυτή τη μαρινάρα, σερβίρουμε με σάλτσα μαγιονέζα)

Σάλτσες

- Σάλτσα από μύδια(αχνίζουμε 50 μύδια, τα ρίχνουμε σε αλμάντ, προσθέτουμε ζουμί από τα μύδια)
- Σάλτσα από Αστακόν με Βεσαμέλ (αστακός,σάλτσα βεσαμέλ, ουσία αστακού)
- Σάλτσα από στρείδια(ζεματίζεις 50 στρείδια, τα βάζεις σε αλμάντ, προσθέτεις χυμό λεμονιού, βούτυρο, μαϊντανό, νερό των στρειδιών, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα από στρείδια και μανιτάρια & Σάλτσα σαρακοστιανή από στρείδια και μανιτάρια
- Μεγάλη σάλτσα Εσπιανόλ σαρακοστιανή (2 ψάρια, βούτυρο, 1 χέλι, 10 κωβίδια, 10 σκορπίδια, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, 2 καρότα, ζουμί σαρακοστιανό, ρού, μανιτάρια)
- Μεγάλη σάλτσα βεσαμέλ σαρακοστιανή (ψάρια, βούτυρο, κρεμμύδια, καρότα, μανιτάρια, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό, μοσχοκάρυδο, αλεύρι, γάλα)
- Σάλτσα ματλότ (χέλυ, 5 σκορπίδια, 2 κρεμμύδια, 2 καρότα, σκόρδο, μαϊντανό, μανιτάρια, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, κανέλα, βορδώ, εσπανιολ, βλον του μοσχαριού)

Στο φούρνο:

Ψαρια

- Ψάρι λαβράκι του Αρχιναυάρχου Μιαούλη (λαβράκι, λαρδί, ασπράδι αυγού, κρασί σαμπάνιας, βούτυρο, γαρνίρεται με ουρές αστακού, ραγού από μύδια, γαρίδες και μανιτάρια, φιλέτο μερλανιού, αγγουράκια πράσινα, γλάσο του ψαριού, βούτυρο της καραβίδας)
- Ψάρι λαβράκι του Αρχιναυάρχου Σαχτούρη (λαβράκι, βούτυρο του αστακού, 1 ασπράδι αυγού, αγγουράκια πράσινα, λαρδί, βούτυρο, γαρνίρεται με ραγού από στρείδια, ουρές της καραβίδας, κινέλια του ψαριού με σάλτσα από βούτυρο του αστακού, φιλέτα των μπαρμπουνιών σοταρισμένα και γλασαρισμένα με γλάσο, 1 αστακό μέσα στο κεφάλι του ψαριού ο οποίος γαρνίρεται με κροκέτες του αστακού με βούτυρο της σαρδέλας)
- Δια μεγάλον πιάτον λαβράκι αλά σαμπόρ μοδέρν γαρνίτο με ατλέταις (λαβράκι, φάρσα από μερλάνια ή καλκάνι, λαρδί, βούτυρο, κρασί μαδέρα ή μαρσάλα, σαρακοστιανή εσπανιολ από ουσία τρουφλ, ραγού από ουρές καραβίδας, μανιτάρια, τρουφλ)
- Δια μεγάλον πιάτον ψάρι λαβράκι αλ' Αθηναία γαρνίτο με ατλέταις(λαβράκι, φάρσα από μερλάνια, 1 ασπράδι αυγού, 12 φιλέτα μερλανίων, αγγουράκια πράσινα**,** 100 γαρίδες, λαρδί, κρασί ρενό, βούτυρο, ραγού από ουρές γαρίδας, στρείδια, μανιτάρια, μαϊντανό, βούτυρο σαρδέλας)
- Ασπίκ μαγιονέζι από φιλέτα των μπαρμπουνίων

Στο τηγάνι:

Ψάρια

- Διά μεγάλον πιάτον ψάρια πισιά αλά Σκοτσέζα(μαρινάρουμε τα φιλέτα σε χυμό λεμονιού με κρεμμύδι, ρίγανη, αλάτι, δάφνη, έπειτα τα πλένουμε σε γάλα τα βουτάμε σε αλεύρι, αυγό και τριμμένο ψωμί και τα τηγανίζουμε)
- Διά μεγάλον πιάτον ψάρια πισιά αλά Γολβέρ
- Φριτούρα από Μπακαλιάρον (μπακαλιάρος παστός, λάδι, πιπέρι, λεμόνι, πάτ α φρίρ, φριτούρα, μαϊντανό)

Θαλασσινά

- Φριτούρα από Στρείδια(100 στρείδια, αλάτι, πάτ α φρίρ, φριτούρα με λάδι ή με βούτυρο)

Στη σχάρα:

Ψάρια

- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά μέτ δολέτ (12 μπαρμπούνια, τα μαρινάρουμε σε ½ ποτήρι λάδι με 1 κρεμμύδι, φύλλο δάφνης, το ψήνουμε στη σχάρα σε χαρτί λαδωμένο, σερβίρεις με βούτυρο αλά μέτ δοτέλ)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια ο σουπρέμ (μπαρμπούνια μαριναρισμένα σε λάδι, ψημένα στη σχάρα, γαρνίρονται με κινέλια από φάρσα του ψαριού με βούτυρο καραβίδας και μια σάλτσα σουπρέμ)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά Βενετσιάνα (ψήνουμε τα μπαρμπούνια όπως και προηγουμένως και σερβίρουμε με σάλτσα αλα Βενετσιάνα, γαρνίρουμε με φιλέτα χελιού κομμένα σε μικρά κομμάτια)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά Ινδιάνα (αφού ψηθούν στη σχάρα, σερβίρονται με σάλτσα αλά Ινδιάνα, και κινέλια από φάρσα των μερλανίων στην οποία έχουμε βάλει λίγο σαφράν και πιπέρι κόκκινο)

Θαλασσινά

- Στρείδια στη σχάρα αλά Γραίκα (50 στρείδια, βούτυρο, μαϊντανό, ψωμί, αλάτι, πιπέρι, χυμό λεμονιού, λάδι)

- Στρείδια στην σχάρα αλά Βεσαμέλ (100 στρείδια, βεσαμέλ, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, πιπέρι, ψίχα ψωμιού)
- Στρείδια στη σχάρα μισοθλυμμένα (50 στρείδια, ψωμί, πιπέρι, λάδι, λεμόνι)

Κονσέρβας

- Σαλάτα από φιλέτα των λουφαρίων (12 αυγά σφικτά, 6 φιλέτα λουφαριών, τόνο, σαλάτα, μαγιονέζα)
- Σαλάτα από φιλέτα των σκουμπριών
- Σαλάτα από φιλέτα της σαρδέλας
- Βούτυρον του μοντπελιέ δια τας εντράδας κρύας

ΟΣΠΡΙΑ

Σούπες

- Σούπα από πουρέ φακαίς αλά κοντί (φακές, ζαμπόν, 1 πέρδικα, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι, 2 πράσα, 1 ρίζα σέλινο, ζουμί μεγάλον, αφού βράσουν αφαιρούμε την πέρδικα και το ζαμπόν και περνάμε τις φακές από ταμίνα, προσθέτουμε κονσομέ και σερβίρουμε με κρουτόν κοκκινισμένα σε βούτυρο)
- Σούπα από πουρέ φασούλια άσπρα ξηρά (φασόλια άσπρα, 1 καρότο, 1 κρεμμύδι, όταν βράσουν αφαιρούμε τα λαχανικά και προσθέτουμε κονσομέ, σερβίρουμε με κρουτόν κοκκινισμένα σε βούτυρο)
- Ρύζι σούπα αλά Αρμένα (πρόβειο κρέας, ρύζι, μπορεί να περιέχει και ρεβίθια)
- Πουρέ από φασούλια ξηρά (φασόλια ξηρά, ζαμπόν, πράσο, κρεμμύδι, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 ρίζα σέλινο, βούτυρο, βεσαμέλ, γλάσο, μοσχοκάρυδο, ζάχαρη)
- Σούπα Πολωνική ή Μπάρς αλά Πολωνέζα

ΑΥΓΑ

Στην κατσαρόλα:

- Αυγά μπρουλιέ(κατσαρόλα, βούτυρο, γάλα, αυγά)
- Όφ ο μπορ νουάρ: βάζουμε βούτυρο μαύρο

Βραστά:

- Όφ μολέ: βράστά αυγά 41/2 λεπτά, σερβιρισμένα με ξινίθρα ή σπανάκι
- Όφ αλά κόκ(τα βράζεις 21/2 λεπτά και τα σερβίρεις)
- Αυγά ποσέ (κατσαρόλα, νερό ξύδι, σπας τα αυγά μέσα ενώ έχεις την κατσαρόλα στη φωτιά, τα σερβίρεις με σάλτσα της αρεσκείας σου)
- Σαλάτα από φιλέτα των λουφαρίων (12 αυγά σφικτά, 6 φιλέτα λουφαριών, τόνο, σαλάτα, μαγιονέζα)
- Σαλάτα από μυαλά του μοσχαριού (μυαλά του μοσχαριού ζεματισμένα και μαγειρεμένα στη κατσαρόλα, σαλάτα πράσινη, αυγά, μαγιονέζα)

Στο τηγάνι:

- Ομελέτα (βούτυρο, τηγάνι, τα αυγά ανακατωμένα με αλάτι και πιπέρι και λίγο γάλα)
- Ομελέτα με ζαμπόνι
- Ομελέτα με σπαράγγια
- Ομελέτα με κρεμμύδια
- Ομελέτα με μανιτάρια
- Ομελέτα με τρούφλ
- Ομελέτα με πατάτας
- Ομελέτα με κολοκύθια
- Ομελέτα με μελιτζάνες
- Όφ ο μιρουάρ: σημαίνει αυγά μάτια

Ασπικ

- Μέθοδος για να κάνεις ασπίκ (ζελέ δηλαδή, χρησιμοποιούνται όχι ζελατίνα αλλά 4 ασπράδια αυγού, κονσομέ, ζαμπόν,κτλ)

Πανάδες, φάρσαις

- Πανάδα(3 αυγά, ψίχα ψωμιού, 3κ. ραγού κονσομέ, βούτυρο)
- Πανάδα δια τα παιδιά (ψίχα ψωμιού, ζουμί του πουλιού, 1 κρόκο αυγού)
- Φάρσα από πουλία(φιλέτα από πουλιά, βυζί μοσχαριού, 4κρόκους αυγών, πανάδα, βεσαμέλ κρύα)
- Φάρσα από φαζάνι(όπως φάρσα από πουλία, όπου αντί φιλέτα πουλιών βάζουμε φιλέτα από φαζάνια)
- Φάρσα από μπεκάτσαις(φιλέτα από μπεκάτσες, και τα υπόλοιπα υλικά όπως οι προηγούμενες φάρσες)
- Φάρσα από πέρδικας
- Φάρσα από λαγουδάκια
- Φάρσα από μικρόν κυνήγιον(κοτσύφια)
- Φάρσα από μερλάνια (ψίχα από ψωμί βρεγμένη με γάλα, φιλέτα από 4 μερλάνια βούτυρο, 4 κρόκους αυγού, βεσαμέλ κρύα)- Για να γίνει σαρακοστιανόν αντί μπεσαμέλ προσθέτουμε μπεσαμέλ από ζουμί. Μπορούμε αντί **για βυζί μοσχαριού** να βάλουμε βούτυρο καραβίδας.

Σάλτσες

- Σάλτσα αλμάντ (Για να φτιάξουμε την αλμάντ, προσθέτουμε στην βελουτέ 8-10 κρόκους αυγών και μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα Ρεμουλάδ αλά ραβιγότ (σερφόλιο, εστραγκόν, παμπρινέλα, κρεμμυδάκι φρέσκο, 3 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, λάδι, ξύδι)
- Σάλτσα Μαγιονέζικη ή Μαγιονέζ & Σάλτσα Μαγιονέζ αλά προβενσάλα(2 κρόκους αυγών, ξύδι, αλάτι, πιπέρι άσπρο, λάδι, λεμόνι-για την μαγιονέζα προβενσάλα προσθέτουμε και σκόρδο)

- Σάλτσα Μαριονέζ Ρεμουλάδ(μαγιονέζα, μουστάρδα, μαϊντανός, σερφόλιο, εστραγκόν, λίγο σκόρδο)
- Σάλτσα Μαγιονέζ άσπρη με το ζελέ
- Σάλτσα με βούτυρον αλά Εγγλέζα και αυγά
- Σάλτσα αλά Ταρτάρ(αλμάντ σαρακοστιανή, μουστάρδα, 2 κρόκους αυγών, λάδι, ξύδι, σκόρδο, σερφόλιον, εστραγγόν)
- Σάλτσα Ολλανδική ο σουπρέμ
- Σάλτσα αλά Εγγλέζα
- Σάλτσα με βούτυρο αλά Εγγλέζα με αυγά
- Βούτυρον του μοντπελιέ δια τας εντράδας

Σούπες

- Σούπα σουφλέ αλά Ισπανιόλα
- Σούπα Ολλανδική από κινέλια από πατάταις
- Σούπα Γερμανική από σέγλ
- Σούπα της υγείας αλά ρεζάνς
- Σούπα αλά Τορτού
- Σούπα εθνική Ισπανική
- Σούπα ρύζι αλά Ιταλιάνα

Πανέ

- Επιγρέμ του αρνίου με πουρέ πιζέλια νέα (πανάρουμε τις μπριζόλες σε ψωμί τριμμένο, αυγό χτυπημένο, και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Μπριζόλαις του αρνίου πανέ αλ' Εγγλέζα γαρνίταις με σέλινα αλά Φραντσέζα
- Στήθος του μοσχαριού εις μπριζόλας αλά Βιενέζα (πανάρουμε τις μπριζόλες σε ψωμί τριμμένο, αυγό χτυπημένο, και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Μεριά των πουλιών αλά αλμάντ (τα πανάρουμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πουδίν δε βολάι άλ'εγγλέζ(φάρσα των πουλιών, 1 ασπράδι αυγού, εσπανιόλ, 1 αυγό, μαϊντανό, γίνονται φριτούρα)
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Λουξεμβουρ (το βουτάμε σε αυγό, βούτυρο, παρμεζάνα, ψωμί τριμμένο και ψήνουμε στο φούρνο, σερβίρουμε σε εσκαλόπ λαγουδάκια με φασόλια πράσινα, πάτους αγκινάρας και κροκέτες λαγού)

Κροκέτες

- Κροκέται από αρνί αλά Πιεμοντέζα
- Κροκέταις από μοσχάρι αλά Εσπιανιόλα
- Κροκέταις από μοσχάρι αλά Βιενέζα (μοσχάρι ψημένο στη σούβλα ή βρεζέ ή ψημένο σε ένα ποάλ, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, σάλτσα βιενέζα, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)
- Κροκέταις από πουλιά αλά αλμάντ (βρασμένα φιλέτα από τα πουλιά, σάλτσα αλμάντ, πιπέρι, αλάτι, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)
- Κροκέται από κυνήγιον ο Σουπρέμ(κυνήγι, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι, σουπρέμ, βούτυρο, ψωμί, αυγά, φριτούρα)

ζύμες

- Φολιετάζ
- Παστίτσι κρύον από φαζάνι με ζελέ
- Πάστα διά τα κρύα τα παστίτσια
- Πάστα διά τα παστίτσια τα ζεστά
- Πάστα φίνα δια τα τιμπάλ
- Πάστα φίνα διά της τούρταις της εντράδας
- Πάτ α φριρ αλά φραντσέζα (2 ποτήρια νερό, βούτυρο, αλάτι, αλεύρι, 2 ασπράδια αυγού. Στο μείγμα αυτό βουτάμε οτιδήποτε θέλουμε να τηγανίσουμε)
- Πάτ α φριρ αλά ολλανδέζα(όπως οι προηγούμενες μόνο που προσθέτεις και μπύρα)
- Πάτ α φριρ δια τα γλυκά

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Ξινογαλο ή γιαούρτι

- Σούπα από λάχανα αλά Ρούσσα(κονσομέ, βοδινό στήθος, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, 1 άσπρο λάχανο, αλεύρι, 1 **ποτήρι ξυνόγαλον ή γιαούρτι**, καρότα)

Κρέμα γάλακτος

- Σούπα Γερμανική από σέγλ(όπως η σούπα από σέγλ αλά αλμάντ αλλά προσθέτουμε, μια σάλτσα από 12 αυγά χτυπημένα με βούτυρο και κρέμα γάλακτος, μοσχοκάρυδο)
- Σούπα Ολλανδική από κινέλια από πατάταις (κονσομέ με σερφόλιον, αλεύρι, μοσχοκάρυδο, ξινίθρα τσιγαρισμένη σε βούτυρο και κινέλια που έχουν γίνει από πουρέ από πατάτες με βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο, κρέμα γάλακτος και 6 κρόκους αυγού)
- Σούπα από μακαρόνια, αλά Ναπολιτάνα
- Πουρέ από αντίδια(12 αντίδια, κονσομέ, βούτυρο, ζάχαρη, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, ψίχα ψωμιού, βεσαμέλ, γλάσο των πουλιών, κρέμα γάλακτος)

- Πουρέ από κάστανα(κάστανα, κονσομέ, βούτυρο, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, ψίχα ψωμιού, εσπανιολ, κρέμα γάλακτος)
- Πουρέ πατάταις αλά λεονέζα (πουρέ πατάτας, μοσχοκάρυδο, κρέμα γάλακτος, ζάχαρη, βούτυρο, μαϊντανό)
- Άλλη μέθοδος διά τον πουρέ από ξινιθραν
- Βεσαμέλ (Όταν προστεθεί στην βελουτέ κρέμα γάλακτος τότε έχουμε την βεσαμέλ)
- Κροκέταις από πατάταις

Γάλα

- Αυγά μπρουλιέ(κατσαρόλα, βούτυρο, γάλα, αυγά)
- Ομελέτα (βούτυρο, τηγάνι, τα αυγά ανακατωμένα με αλάτι και πιπέρι και λίγο γάλα)
- Πουρέ από μανιτάρια
- Πουρέ από πατάτας
- Μεγάλη σάλτσα βεσαμέλ σαρακοστιανή
- Διά μεγάλον πιάτον ψάρια πισιά αλά Σκοτσέζα (μαρινάρουμε τα φιλέτα σε χυμό λεμονιού με κρεμμύδι, ρίγανη, αλάτι, δάφνη, έπειτα τα πλένουμε σε γάλα τα βουτάμε σε αλεύρι, αυγό και τριμμένο ψωμί και τα τηγανίζουμε)
- Ψωμί ελληνικόν (6 λίτρα αλεύρι, αλάτι, λάδι ή βούτυρο, μαγιά, γάλα, αφού ζυμώσουμε, το αφηνουμε 3 ώρες σε μέρος ζεστό, το βάζουμε σε φόρμες αλειμένες με βουτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)

Τυρί

- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον γαρνίτο με μακαρόνια αλά Φραντσέζα(σερβίρουμε τα μακαρόνια με σάλτσα στην οποία εχουμε προσθέσει ζαμπόν και παρμεζάνα)
- Διπλούν φιλέτον του μοσχαρίου αλά πομπαδούρ
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Λουξεμβουρ
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλά Μιλανέζα
- Σούπα από μακαρόνια, αλά Ναπολιτάνα
- Σούπα ρύζι αλα Ιταλιάνα (παρμεζάνα)
- Σούπα ρύζι αλά Πιεμοντέζα (παρμεζάνα)
- Κροκέταις από πατάταις

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Ρύζι

Σούπες

- Ζουμί του πουλίου δροσιστικόν
- Σούπα από κρέμα του ρυζιού αλά ρουαγιάλ (2 πουλιά, 1 κομμάτι μοσχάρι, μεγάλο ζουμί, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι, 1 ρίζα σέλινο, 2 πράσα, αφαιρούμε το κρέας και το λίπος, και προσθέτουμε ρύζι, πουρέ από πουλιά)
- Σούπα αλά ρέν (2 όρνιθες, 1 κομμάτο μοσχάρι, ζουμί, ρίζες, αφού βράσουν αφαιρούμε τα κρέατα και το λίπος. Το προσθέτουμε σε πουρέ πουλιών, προσθέτουμε ρύζι, ψίχα ψωμιού, μπεσαμέλ, αλάτι, κροτόνια)
- Σούπα από πουρέ των πουλιών αλά φραντσέζα (ετοιμάζουμε τη σούπα όπως τη σούπα αλά ρέν και την σερβίρουμε με κινέλια από φάρσα των πουλιών)
- Σούπα από πουρέ των πουλίων αλά πρενσές (ετοιμάζουμε μια σούπα αλά ρέν και την σερβίρουμε με 2 πουλιά αλά ρέν κομμένα σε κομμάτια και σερφόλιον)
- Σούπα ρύζι αλά Ιταλιάνα(ρύζι, κονσομέ, βούτυρο, 3 κροκάδια αυγού, παρμεζάνα)
- Σούπα ρύζι αλά Πιεμοντέζα(4 σαλγάμια τα οποία τσιγαρίζονται σε βούτυρο, κονσομέ, ρύζι, βούτυρο, παρμεζάνα)
- Σούπα καρή αλά Ινδιάνα(πουλιά ψημένα στη σούβλα, βίδελο, λαρδί, δάφνη, 4 γαρύφαλλα, πιπέρι καγιέν, ρίγανη, βασιλικό, ρύζι, σαφράν)
- Ρύζι σούπα αλά Αρμένα (πρόβειο κρέας, ρύζι, μπορεί να περιέχει και ρεβίθια)

Πιλάφι

- Κασαρόλαι από ρύζι (σιγοβράζει με νερό)
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον αλά Ρώσσα (το συνοδεύουμε με ρύζι με κομμάτια από χήνες και πάχος των πουλιών)

Γέμιση

- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Μοσχοβίτα (το γεμίζουμε με γέμιση από ρύζι)

Ζυμαρικά

Σούπες

- Σούπα από πάστα της Ιταλίας (κονσομέ, πάστα της Ιταλίας)
- Σούπα από μακαρόνια, αλά Ναπολιτάνα

τιμπαλ

- Τιμπάλ από μακαρόνια αλά Μιλανέζα(είναι ένα είδος πίτας με γέμιση από μακαρόνια βρασμένα με νερό στο οποίο έχει προστεθεί λίγο βούτυρο. Η γέμιση περιέχει επίσης βούτυρο, παρμεζάνα, βελουτέ, γλάσο των πουλιών ή ζωμό βοδινό. Το φύλλο της πίτας είναι μια πάστα που απλώνουμε στον πάτο ενός ταψιού και αλείφουμε με βούτυρο, και με το ίδιο φύλλο σκεπάζουμε τα μακαρόνια. Το τιμπάλ ψήνεται στον φούρνο)

- Τιμπάλ από λαζάνια(γίνεται όπως το τιμπάλ από μακαρόνια, αλλά αντί για μακαρόνια χρησιμοποιούμε λαζάνια)
- Τιμπάλ από νουίλι(Γίνεται όπως το τιμπάλ με μακαρόνια, αλλά αντί για αυτά χρησιμοποιούνται τα νουίλι τα οποία γίνονται ως εξής: κάνουμε ένα μείγμα σφιχτό από 6 κρόκους αυγού το απαιτούμενο αλεύρι, ανοίγεις το φύλο και το κόβεις όπως τα λαζάνια ή τον φιδέ)
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον και γαρνίτο με μακαρόνια αλά Ναπολιτάνα
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον γαρνίτο με μακαρόνια αλά Φραντσέζα
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητός εις την σούβλαν αλ' Ιταλιάνα (το γεμίζουμε με μακαρόνι

Φιδές

- Σούπα από φιδέ με κονσομέ (2 όρνιθες η μια ψημένη στη σούβλα, ψαχνό βιδέλλο, μεγάλο ζουμί, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 κρεμμύδι, 1 πράσο, 1 ρίζα σέλινο, σιγοβράζουμε και εν συνεχεία αφαιρούμε τα κρέατα κα το λίπος. Προσθέτουμε 2 ασπράδια αυγού χτυπημένα με κρύο κονσομέ, φιδέ ζεματισμένο)
- Σούπα από φιδέ με πιζέλι (ετοιμάζουμε τον φιδέ όπως προηγουμένως και σερβίροντας προσθέτουμε μπιζέλια αλά φραντσέζα)
- Σούπα από φιδέ με σπαράγγια (ετοιμάζουμε τον φιδέ όπως προηγουμένως και σερβίρουμε με σπαράγγια ζεματισμένα)
- Σούπα από φιδέ με σερφόλιον (σούπα φιδέ με σερφόλιον)

Σιμιγδάλι

- Σούπα από σιμιγδάλι με κονσομέ (κονσομέ, σιμιγδάλι, ανακατώνεις να μη σβολιάσει)

Ταπιόκα

- Σούπα από ταπιόκα με κονσομέ (κονσομέ, ταπιόκα, ανακατώνεις να μη σβολιάσει)

Σαγού

- Σούπα από σαγού με κονσομέ (κονσομέ, σαγού, ανακατώνεις να μη σβολιάσει)

Σαλέπι

- Σούπα από σαλέπι με κονσομέ (κονσομέ, **σαλέπι της Τουρκίας** λιωμένο με κρύο κονσομέ)

Αραρούτ

- Σούπα από αραρούτ με κονσομέ (αραρούτ λυωμένο με κρύο κονσομέ, κονσομέ ζεστό)

Κριθάρι

- Σούπα από φάρον αλά πρενσές (φάρος, κονσομέ, 2 πουλιά, σερφόλιο, μπιζέλια, 6 σαλάτες)
- Σούπα από φάρον αλά ρουαγιάλ (φάρος, πουρέ από πουλιά, κονσομέ)
- Ζουμί του πουλίου δροσιστικόν και στηθικόν(1 πουλί, 2κ. της σούπας φάρον, σιρόπι μολόχας)

Αλεύρι

Ζύμες

- Φολιετάζ (αλεύρι, αλάτι, 2 κρόκους αυγού, βούτυρο, νερό, κάνουμε μια ζύμη με τα υλικά και την ανοίγουμε σε φύλλα με τον ξύλινο πλάστη, και το ψήνουμε στο φούρνο)
- Πάστα φολιετάζ από άλειμμα βωδινόν (άλειμμα ή λίπος βωδινό, λάδι, φολιετάζ
- Φολιετάζ από λάδι
- Πάστα δια τα κρύα τα παστίτσια
- Πάστα δια τα παστίτσια τα ζεστά
- Πάστα φίνα διά τα τιμπάλ
- Πάσταφίνα δια της τούρταις της εντράδας
- Παστίτσι ζεστόν από μπεκατσόνια με τρούφλ
- Παστίτσι ζεστόν από ψάρι ξυρρύχι
- Μικρά παστιτσόνια αλά Παριζιέν
- Μικρά βολοβάν με στρείδια αλά Ολλανδέζ

Πατ α φριρ

- Πάτ α φριρ αλά φραντσέζα (2 ποτήρια νερό, βούτυρο, αλάτι, αλεύρι, 2 ασπράδια αυγού. Στο μείγμα αυτό βουτάμε οτιδήποτε θέλουμε να τηγανίσουμε)
- Πάτ α φριρ αλά ολλανδέζα(όπως οι προηγούμενες μόνο που προσθέτεις και **μπύρα)**
- Πάτ α φριρ δια τα γλυκά (όπως η πάτ α φριρ αλά φραντσέζα, μόνο που η δόση του νερού είναι μικρότερη και προσθέτουμε λίγο κρασί ή κονιάκ)
- Φριτούρα ρισόλ με τι τρόπον θα τα μεταχειρισθήτε

Σαλτσες

- Ρού άσπρον δια βελουτέ (βούτυρο, αλεύρι)
- Ρου μελαχροινόν δια εσπανιόλ (βούτυρο, αλεύρι)
- Μεγάλη σάλτσα βεσαμέλ σαρακοστιανή
- Σάλτσα με βούτυρο (αλεύρι, βούτυρο, κονσομέ, λεμόνι, μοσχοκάρυδο)

Σούπες

- Σούπα αλά Τιρολιάνα (κονσομέ, μπιζέλια, ένωση από αλεύρι και κονσομέ, ζάχαρη, μαϊντανό)
- Σούπα Ρωσσική από λάχανα
- Σούπα από σέγλ αλά αλμάντ

- Σούπα δ' οτόν-του φθινοπώρου
- Σούπα Ολλανδική από κινέλια από πατάταις

Διάφορα

- Ραγού δαβατί δε βολάϊλ αν αρικό βιέρζ(σοτάρεις με βούτυρο τα εντόσθια 6 πουλιών ή 3 δίνδιων σε μια κατσαρόλα, προσθέτεις αλεύρι, βρέχεις με κονσομέ, έπειτα τηγανίζεις 30 κρεμμυδάκια κόκκινα και 5 σαλγάμια , τα προσθέτεις στην κατσαρόλα και σερβίρεις)
- Διά μεγάλον πιάτον ψάρια πισιά αλά Σκοτσέζα

Ψωμί

- Ψωμί γενικόν (6 λίτρα αλεύρι, μαγιά, αλάτι, νερό, αφού το ζυμώσουμε και το αφήσουμε να φουσκώσει 2 ώρες, το ψήνουμε στο φούρνο, το αλείφουμε με βούτυρο)
- Ψωμί ελληνικόν (6 λίτρα αλεύρι, αλάτι, λάδι ή βούτυρο, μαγιά, γάλα, αφού ζυμώσουμε, το αφηνουμε 3 ώρες σε μέρος ζεστό, το βάζουμε σε φόρμες αλειμένες με βουτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)

Διάφορα που περιέχουν ψωμί

- Κρουστάδ του ψωμιού με σαλμί ζεστόν κρύον από μπεκάτσαις (τηγανίζουμε ένα μεγάλο ψωμί σε βούτυρο και το σερβίρουμε με το σαλμί από μπεκάτσες)
- Σάλτσα με βούτυρον και ψωμί αλά Εγγλέζα

Πανάδες, φάρσαις

- Σούπες
- Κροκέταις
- Πανέ
- Πουρέδες
- Στρείδια στη σχάρα αλά Γραίκα (50 στρείδια, βούτυρο, μαϊντανό, ψωμί, αλάτι, πιπέρι, χυμό λεμονιού, λάδι)
- Στρείδια στην σχάρα αλά Βεσαμέλ (100 στρείδια, βεσαμέλ, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, πιπέρι, ψίχα ψωμιού)
- Στρείδια στη σχάρα μισοθλυμμένα (50 στρείδια, ψωμί, πιπέρι, λάδι, λεμόνι)
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Εγγλέζα (γέμιση από άλειμα βωδινό, ψωμί ψίχα, μαιντανό, φασκόμηλο, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

- Σαλάτα από φιλέτα των λουφαρίων (12 αυγά σφικτά, 6 φιλέτα λουφαριών, τόνο, σαλάτα, μαγιονέζα)
- Σαλάτα από μυαλά του μοσχαριού (μυαλά του μοσχαριού ζεματισμένα και μαγειρεμένα στη κατσαρόλα, **σαλάτα πράσινη**, αυγά, μαγιονέζα)
- Μαρινάτα ωμή(6καρότα, κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, σκόρδο, δάφνη, βασιλικό, ρίγανη, μοσχοκάρυδο ξύδι, νερό)

Βραστά:

- Μαρινάτα βραστή(καρότα, κρεμμύδια, μαϊντανό, βασιλικό, βούτυρο, γαρύφαλλα, σκόρδο, δάφνη, ξύδι, ζουμί)

Σούπες

- Σούπα της υγείας (2 πουλιά ψημένα, ράχη μοσχαριού, κόκαλα, για κονσομέ, 2 ασπράδια αυγού, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, σέλινο, 2 πράσα, φύλλα της σαλάτας, σερφόλιο, ξινίθρα, ζάχαρη, σπαράγγια**,** κόρα ψωμιού)-σούπα Γαλλική
- Σούπα πρεντανιέρ ήγουν της ανοίξεως (όπως σούπα της υγείας, ζεματίζεις και 12 κρεμμυδάκια)
- Σούπα αλά πεϊζάν (Ετοιμάζουμε κονσομέ όπως στη σούπα αλά ζουλιέν, προσθέτουμε μπιζέλια, φασολάκια άσπρα όχι ξηρά, φασόλια πράσινα, 1 καρότο, 1 σαλγάμι, 1 ρίζα σέλινο, 2 πράσα, 1 αγγούρι, 12 κρεμμυδάκια, λάχανο, ξυνίθρα, σερφόλιον, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο)
- Σούπα α πιτί πουά-από πιζέλι (ετοιμάζουμε κονσομέ, το ρίχνουμε σε λίτρα μπιζέλια αλα φραντσέζα, σερφόλιο, κόρα ψωμιού)
- Σούπα ό πουά, αλά ζαρδινιέρ-περιβολάρικη (κονσομέ, μπιζέλια, 24 κρεμμυδάκια, σερφόλιον, σαλάτα, ξυνίθρα, κομμάτια ψωμιού ξηρά)
- Σούπα από πιζέλια αλά κρεσέ (κονσομέ, μπιζέλια, 2 καρότα, ζάχαρη, κόρα ψωμιού)
- Σούπα από μικρά καρότα νέα (καρότα, κονσομέ, ζάχαρη, κροτόνια)
- Σούπα από καρότα νέα με πιζέλι(όπως η σούπα από μικρά καρότα νέα, αλλά προσθέτουμε στο τέλος και μπιζέλια φρέσκα)
- Σούπα από σαλάταις βρεζέ (20 σαλάτες ζεματισμένες, αλάτι, πιπέρι, κονσομέ, μαϊντανό, ρίγανη 1 κρεμμύδι, δάφνη, 1 καρότο. Για το κονσομέ αυτής της σούπας βάζεις 2 πουλιά ψημένα στη σούβλα, 1 κομμάτι ψαχνό μοσχάρι, και ρίζες)
- Σούπα από σαλάτας βρεζέ με πιζέλι (20 σαλάτες ζεματισμένες, μπιζέλια αλά εγγλέζα, δυόσμο, κροτόνι)
- Σούπα από αγγούρια με πιζέλι (κονσομέ, μπιζέλια, 2 αγγουράκια κομμένα σε φέτες και ζεματισμένα, ζάχαρη)
- Σούπα από λάχανα, φρεζέ (κονσομέ, 1 λάχανο, βούτυρο, σερβίρεται με κόρα ψωμιού)
- Σούπα από μικρά κρομμυδάκια άσπρα και πιζέλι (κρεμμυδάκια, κονσομέ, κροτόνια, μπιζέλια αλά φραντσέζα)
- Σούπα από κρομμύδια, αλά κλερμόν (κρεμμύδια, βούτυρο, κονσομέ, ζάχαρη, αφαιρείς το πάχος, κόρη ψωμιού)

- Σούπα δ' οτόν-του φθινοπώρου (2 ρίζες σέλινο, 1 σαλάτα, κονσομέ, μπιζέλια φρέσκα, ζάχαρη, αλεύρι λιωμένο με κονσομέ, κροτόνια)
- Σούπα από ξινίθραν (ξινήθρα, σαλάτα, σερφόλιον, λαρδί, βούτυρο, κονσομέ, ζάχαρη, αφαιρούμε το πάχος και σερβίρουμε με κροτόνια)
- Σούπα από σπαράγγια (σπαράγγια, κροτόνια, ζάχαρη, κονσομέ)
- Σούπα από κωνοπίδι, πρόκολα κα μαγδανόν (κονσομέ, κουνουπίδι ζεματισμένο χωρισμένο σε μικρά μπουκετάκια, μαϊντανό, μπρόκολα ζεματισμένα, κροτόνια)
- Σούπα από κάστανα αλά λεονέζα (κονσομέ, 50 κάστανα, ζάχαρη, κροτόνια, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό)
- Σούπα από πουρέ πιζέλια νέα (μπιζέλια, αλάτι, τα κοπανίζουμε αφού τα ζεματίσουμε, τα ανακατώνουμε με κονσομέ, ζάχαρη, βούτυρο, κροτόνια κοκκινισμένα σε βούτυρο)
- Σούπα από πουρέ των ριζών (6 καρότα, 6 σαλγάμια, 4 κρεμμύδια, 10 πράσα, 2 ρίζες σέλινου, βούτυρο, κονσομέ, κρουτόν κοκκινισμένα με βούτυρο)
- Σούπα αλά Τιρολιάνβα (κονσομέ, μπιζέλια, ένωση από αλεύρι και κονσομέ, ζάχαρη, μαϊντανό)
- Σούπα Ολλανδική από κινέλια από πατάταις (κονσομέ με σερφόλιον, αλεύρι, μοσχοκάρυδο, ξινίθρα τσιγαρισμένη σε ούτυρο και κινέλια που έχουν γίνει από πουρέ από πατάτες με βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο, κρέμα γάλακτος και 6 κρόκους αυγού)

Στη κατσαρόλα:

Πουρέδες κρεατινοί(γίνονται σαρακοστιανοί αν χρησιμοποιηθεί ζωμός και κονσομέ σαρακοστιανό)

- Πουρέ από μανιτάρια (μανιτάρια, βούτυρο, χυμό λεμονιού, κονσομέ, ψίχα ψωμιού μουσκεμένη σε γάλα, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ από Τρουφλ (τρούφλ, κονσομέ, ψίχα ψωμιού μοσχοκάρυδο, πιπέρι, εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών, βούτυρο)
- Πουρέ από κρεμμύδια αλά σοουβίζ (12 κρεμμύδια, βούτυρο, κονσομέ των πουλιών, μοσχοκάρυδο, ζάχαρη, βεσαμέλ)
- Πουρέ από πιζέλι νέον (μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, αλμάντ βούτυρο, ζάχαρη, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ από κουκκία νέα (κουκιά, αλμάντ, βούτυρο, πιπέρι, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, γλάσο των πουλιών)
- Πουρέ από σαλγάμια(12 σαλγάμια, βούτυρο, κονσομέ, ψίχα ψωμιού, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, ζάχαρη)
- Πουρέ από καρότα(καρότα, βούτυρο, κονσομέ, ψίχα ψωμιού, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, ζάχαρη, αλμάντ, γλάσο των πουλιών)
- Πουρέ από ρίζας(4 καρότα, 2 σαλγάμια, 2 πράσα, 2 ρίζες σέλινα, βούτυρο, κονσομέ, ψίχα ψωμιού, πιπέρι, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών)
- Πουρέ από σέλινα(4 ρίζες σέλινο, κονσομέ, ψίχα ψωμιού, βούτυρο, ζάχαρη, εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών, βούτυρο)
- Πουρέ από σπανάκι(σπανάκι, εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών, μοσχοκάρυδο, βούτυρο)
- Πουρέ από αντίδια(12 αντίδια, κονσομέ, βούτυρο, ζάχαρη, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, ψίχα ψωμιού, βεσαμέλ, γλάσο των πουλιών, κρέμα γάλακτος)
- Πουρέ από ξινίθρα (ξινίθρα, σερφόλιο, φύλλα σαλάτας, ψίχα ψωμιού, εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών, βούτυρο, αλάτι)
- Πουρέ από πατάτας (πατάτες του Τριεστίου, κονσομέ, μοσχοκάρυδο, γάλα, βούτυρο, γλάσο των πουλιών, ζάχαρη)
- Πουρέ από πατάτας αλά βρετόν(πατάτες, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, σάλτσα βρετόν)
- Πουρέ πατάταις αλά λεονέζα (πουρέ πατάτας, μοσχοκάρυδο, κρέμα γάλακτος, ζάχαρη, βούτυρο, μαϊντανό)
- Πουρέ από σαλάτα (10 μεγάλες σαλάτες, κονσομέ, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, ψίχα ψωμιού, βλόν του μοσχαριού, ζάχαρη, εσπανιολ, γλάσο)
- Πουρέ από πάτους της αγγινάρας(10 πάτους αγκινάρας, κονσομέ, βούτυρο, ψίχα ψωμιού, χυμό λεμονιού, ζάχαρη, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, γλάσο, εσπανιολ)

Γαρεντούρες

- Γαρεντούρα από τρουφλ αλα Πιεμοντέζα (Κόβεις σε φέτες τρούφλ, σιγοβράζουν με κονσομέ, τα προσθέτεις έπειτα σε μια σάλτσα πιεμοντέζικη και αφού βράσουν σερβίρεις)
- Γαρεντούρα από σέλινα αλά Φραντσέζα (Ζεματίζεις λίγο σέλινο, και τα βάζεις σε κατσαρόλα με βούτυρο, ζάχαρη και κονσομέ. Όταν ψηθούν βάζεις λίγη βεσαμέλ, γλάσο των πουλιών, βούτυρο, μοσχοκάρυδο και τα σερβίρεις αφού σιγοβράσουν για 10 ΄).
- Γαρεντούρα από ρίζας σέλινα(ζεματίζεις τις ρίζες από σέλινο και τις βάζεις μέσα σε κονσομέ με λίγο βούτυρο, και ζάχαρη. Όταν κοντεύουν να ψηθούν προσθέτεις σάλτσα αλμάντ και γλάσο των πουλιών)
- Γαρεντούρα από καρότα δια μασεδουάν(καρότα, ζάχαρη, βούτυρο, κονσομέ)
- Γαρεντούρα από καρότα αλά Νιβερνέζα(ζεματίζεις τα καρότα, και τα ψήνεις μέσα σε κονσομέ με βούτυρο και ζάχαρη)
- Γαρεντούρα από καρότα αλά Φλαμάνδ(ζεματίζεις τα καρότα, στη συνέχεις τα ψήνεις με κονσομέ και βούτυρο και ζάχαρη. Όταν ψηθούν προσθέτεις λίγο μαϊντανό ζεματισμένο και λίγη βελουτέ)
- Γαρεντούρα από καρότα με πιζέλι αλ' αλμάντ(ζεματίζεις 20 κομμένα καρότα μέτρια, και τα ψήνεις σε κονσομέ με βούτυρο. Έπειτα τα προσθέτεις σε μια κατσαρόλα με μπιζέλια που έχουν ζεματιστεί. Προσθέτεις λίγη αλμάντ, μοσχοκάρυδο, ζάχαρη, γλάσο των πουλιών, τα αφήνεις να βράσουν και σερβίρεις)

- Γαρεντούρα από σαλγάμια αν αρικό βιέρζ(12 σαλγάμια που έχουν ζεματιστεί, βούτυρο, κονσομέ, ζάχαρη, γλάσο πουλιών, αλμάντ)
- Γαρεντούρα από φασούλια πράσινα
- Γαρεντούρα από σπαράγγια πράσινα
- Γαρεντούρα από μασεδουάν αλά βεσαμέλ
- Γαρεντούρα από πιζέλι αλά Παριζιάνα
- Γαρεντούρα από πιζέλι με λαρδί καπνιστόν
- Γαρεντούρα από κρομμύδια διά ματλότ
- Γαρεντούρα από κρομμύδια γλασαρισμένα
- Γαρεντούρα από κρομμύδια παραγεμιστά
- Γαρεντούρα από πρόκολα
- Γαρεντούρα από κωνοπίδι
- Γαρεντούρα από αγκινάρας αλά Βενετσιάνα
- Γαρεντούρα από αγκινάρας γλασαρισμένας
- Σάουτ-κράουτ(πρόκειται για το γερμανικό άσπρο λάχανο τουρσί που συνοδεύει το κρέας)
- Αγκινάραις μαγιονέζ με ζελέ(κατσαρόλα, 10 πάτοι αγκινάρων, βούτυρο, χυμό λεμονιού, λάδι, φύλλα εστραγκόν, ή ξύδι από εστραγκόν, σάλτσα μαγιονέζα. Γαρνίρεται με κροτόνια του ζελέ.
- Κατά τον ίδιο τρόπο γίνονται το κουνουπίδι,
- οι πατάτες,
- οι σελινόριζες
- τα σπαράγγια)

Στο τηγάνι:

- Φριτούρα από αγκινάρας αλά Φραντσέζα(6 αγκινάρες, λάδι, αλάτι, 2 κρεμμύδια, λεμόνι, πάτ α φρίρ αλά Φραντσέζα, φριτούρα, μαϊντανός)
- Φριτούρα δια τις ρίζες: σέλινα, κουνουπίδι, κολοκύθια, μελιτζάνες
- Ραγού δαβατί δε βολάϊλ αν αρικό βιέρζ(σοτάρεις με βούτυρο τα εντόσθια 6 πουλιών ή 3 δίνδιων σε μια κατσαρόλα, προσθέτεις αλεύρι, βρέχεις με κονσομέ, έπειτα τηγανίζεις 30 κρεμμυδάκια κόκκινα και 5 σαλγάμια , τα προσθέτεις στην κατσαρόλα και σερβίρεις)

Κονσέρβας:

- Ραγού ματλότ αλά Τζενοβέζα (σοτάρουμε φιλέτα από 1 ψάρι, 10 τρουφλ, σάλτσα αλα Τζενοβέζα σαρακοστιανή, μανιτάρια φρέσκα ή κονσέρβας, κινέλια από φάρσα από μερλάνια με τρούφλ, ποσέ σε ζουμί σαρακοστιανό, κρεμμυδάκια)
- Σάλτσα Τορτού (ζαμπόν, πιπέρι κόκκινο, κρεμμύδι, καγιέν, μανιτάρια, βασιλικό, δάφνη, ρίγανη, μοσχοκάρυδο**, ντοματάκια κονσέρβας,** εσπανιολ, μαδέρα)

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Κουκουνάρια

- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα
- Δια μεγάλον πιάτον, Πουλιά αλά Πιεμοντέζα
- Άλλη μέθοδος διά το γουρουνάκι το ψητόν εις την σούβλαν και παραγεμιστόν αλά Γραίκα
- Σάλτσα αλά Πιεμοντέζα
- Σάλτσα αλά Μιλανέζα & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Μιλανέζα (μανιτάρια, μαϊντανό, ζαμπόν, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, ζάχαρη, ψίχα λεμονιού, κρασί)

Φιστίκια

- Ψωμί από πουλία αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις (βούτυρο, ψαχνά πουλιών, 5 κρόκους αυγού, βελουτέ, μαστός μοσχαριού, γλώσσαν αλεκαρλάτ**,** τρούφες, γλώσσα μοσχαριού, φιστίκια Συρίας, λαρδί)

Κάστανα

- Πουρέ από κάστανα(κάστανα, κονσομέ, βούτυρο, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, ψίχα ψωμιού, εσπανιολ, κρέμα γάλακτος)
- Βραστόν βωδινόν γαρνιτό με κάστανα
- Μεριά της πάπιας με κάστανα αλ' Εσπανιόλα
- Σούπας από κάστανα αλά λεονέζα (50 κάστανα, ζάχαρη, μαϊντανό, βούτυρο, 2 κρεμμύδια)

Σύκα -χουρμάδες

- Ζουμί από άσπρον σικότι του μοσχαριού δια τα στήθη, όπου πάσχουν(σηκότι, σύκα, χουρμάδες, ζίζυφα, σταφίδες, αδίαντον, σετεράκιον, πολύτριχον, σκολοπένδριον, πολυπόδιον ή 5 capillaire)

Σταφίδες

- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Ναπολιτάνα (ζαμπόν, κρασί μαδέρα, σάλτσα Ναπολιτάνα , πελτέ φραγκοστάφυλο, σταφίδες, κίτρο, βούτυρο)
- Άλλη μέθοδος διά το γουρουνάκι το ψητόν εις την σούβλαν και παραγεμιστόν αλά Γραίκα

Κίτρο

- Δια μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Ναπολιτάνα

Πράσινες Ελιές

- Άλλη μέθοδος διά το γουρουνάκι το ψητόν εις την σούβλαν και παραγεμιστόν αλά Γραίκα
- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα
- Φιλέτα της πάπιας με ελαίας

Πελτές φραγκοστάφυλου

- Σάλτσα αλά Ναπολιτάνα (ζαμπόν, χρένο, μοσχοκα΄ρυδο, κονσομέ, εσπανιολ, κρασί μαδέρα, πελτές φραγκοστάφυλλου, φρέσκο βούτυρο)
- Δια μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ αλά Ναπολιτάνα
- Σάλτσα Σεβρολί(ζαμπόν, 1 σκελίδα σκόρδο, μαϊντανό, 1 καρότο, 1 κρεμμύδι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, ξύδι, εσπανιόλ, κρασί μπουργγόνι, ζάχαρη, ζελέ φραγκοστάφυλο)
- Σάλτσα Βενεσόν (κρασί μπουργγόνι, ξύδι, ζάχαρη, ψίχα λεμονιού, ζελέ φραγκοστάφυλλον, εσπανιόλ. Αυτή η σάλτσα είναι για τα κυνήγια και τους λαγούς)

ΛΙΠΗ

Βούτυρο

- Βούτυρον του μοντπελιέ δια τας εντράδας κρύας (σαρδέλες, κάπαρη, αγγουράκια, 6 κρόκους αυγών, σκόρδο, φρέσκο βούτυρο, 1 ποτήρι λάδι, ξύδι από εστραγκόν, πράσινο του σπανακιού, εστραγκόν, σερφόλιο, πανπρινέλα, κρεμμυδάκι φρέσκο)
- Ψωμί από πουλία αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις (βούτυρο, ψαχνά πουλιών, 5 κρόκους αυγού, βελουτέ, μαστός μοσχαριού, γλώσσαν αλεκαρλάτ, τρούφες, γλώσσα μοσχαριού, φιστίκια Συρίας, λαρδί)
- Ρού άσπρον δια βελουτέ (βούτυρο, αλεύρι)
- Ρου μελαχροινόν δια εσπανιόλ (βούτυρο, αλεύρι)
- Πάτ α φριρ αλά φραντσέζα (2 ποτήρια νερό, βούτυρο, αλάτι, αλεύρι, 2 ασπράδια αυγού. Στο μείγμα αυτό βουτάμε οτιδήποτε θέλουμε να τηγανίσουμε)
- Πάτ α φριρ αλά ολλανδέζα(όπως οι προηγούμενες μόνο που προσθέτεις και μπύρα)
- Πάτ α φριρ δια τα γλυκά(όπως η πάτ α φριρ αλά φραντσέζα, μόνο που η δόση του νερού είναι μικρότερη και προσθέτουμε λίγο κρασί ή κονιάκ)
- Φριτούρα από βούτυρον λιωμένον
- Ποάλ:χρησιμοποιείται στις εντράδες, τα πουλερικά και άλλα. (ζαμπόν, λαρδί, καρότα, βούτυρο, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα, ρίγανη, βασιλικόν, σκόρδο, χυμό λεμονιού)
- Μιρέ πουά(μοσχάρι, λαρδί, ζαμπόν, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, μανιτάρια, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, γαρύφαλλα, χυμό λεμονιού, κρασί)
- Μπλάν ήγουν άσπρον (λαρδί, άλειμμα βοδινό, βούτυρο, δάφνη, μαϊντανό, ρίγανη, βασιλικό, γαρύφαλλα, χυμός λεμονιού)
- Βρεζέ(φέτες λαρδί, φέτες μοσχάρι, από πάνω το ψητό π.χ. χήνα ή βωδινό ή καπώνι, από πάνω φέτες λαρδί και φέτες μοσχαριού, 2 καρότα, 6 κρεμμύδια, δάφνη, βασιλικό, ρίγανη, σκόρδο, ρακί, βούτυρο)
- Κούρ βουλιόν, ήγουν κοντόν ζουμί(6 κρεμμύδια, 6 καρότα, βούτυρο, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό, σκόρδο, γαρύφαλλα, μαύρο κρασί ή βορδώ, κονσομέ)
- Μαρινάτα βραστή(καρότα, κρεμμύδια, μαϊντανό, βασιλικό, βούτυρο, γαρύφαλλα, σκόρδο, δάφνη, ξύδι, ζουμί)Σάλτσες
- Μεγάλη σάλτσα Εσπανιόλ (βούτυρο, ζαμπόν, 2 όρνιθες, 2 πέρδικες, βιδέλο, 1 φαζάνι, ζουμί. Όταν ψηθούν τα κρέατα, τα αφαιρούμε και περνάμε το ζουμί από μια πετσέτα, το προσθέτουμε σε ρου, όταν πάρει βράση προσθέτουμε μανιτάρια, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό)
- ΒελουτέΒεσαμέλ και Αλμάντ (η βελουτέ γίνεται όπως η εσπανιόλ απλά προσθέτεται κονσομέ άσπρο.
- Σαρακοστιανή σάλτσα βελουτέ, βεσαμέλ και αλμάντ
- Μεγάλη σάλτσα Εσπιανόλ σαρακοστιανή (2 ψάρια, βούτυρο, 1 χέλι, 10 κωβίδια, 10 σκορπίδια, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, 2 καρότα, ζουμί σαρακοστιανό, ρού, μανιτάρια)
- Μεγάλη σάλτσα βεσαμέλ σαρακοστιανή (ψάρια, βούτυρο, κρεμμύδια, καρότα, μανιτάρια, μαϊντανό, δάφνη, ρίγανη, βασιλικό, μοσχοκάρυδο, αλεύρι, γάλα)
- Σάλτσα σουπρέμ (αλμάντ, κονσομέ των πουλιών, βούτυρο)
- Σάλτσα σουπρέμ σαρακοστιανή (σαρακοστιανή αλμάντ, γλάσο του ψαριού, ουσία ριζών)
- Σάλτσα αλά Βενετσιάνα (αλμάντ, φύλλα εστραγκόν, γλάσο των πουλιών, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, ξύδι)
- Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Βενετσιάνα
- Σάλτσα Βενεσόν (κρασί μπουργγόνι, ξύδι, ζάχαρη, ψίχα λεμονιού, ζελέ φραγκοστάφυλλον, εσπανιόλ. Αυτή η σάλτσα είναι για τα κυνήγια και τους λαγούς)
- Σάλτσα Ροβέρ (4 κρεμμύδια, βούτυρο, εσπανιόλ, μουστάρδα, ξύδι, ζάχαρη, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα αλά Βιενέζα (αλμάντ, μαϊντανό, άσπρο πιπέρι, χυμό λεμονιού)
- Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Βιενέζα (σαρακοστιανή αλμάντ)
- Σάλτσα αλά Πρενσές (αλμάντ βραστή, μαϊντανό, γλάσο των πουλιών, μοσχοκάρυδο, χυμό λεμονιού, βούτυρο)& Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Πρενσές
- Σάλτσα Ολλανδική ο σουπρέμ (6 κρόκους αυγού, βούτυρο, πιπέρι, αλμάντ, γλάσο των πουλιών, βούτυρο, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα καρέ αλά Ινδιάνα(ζαμπόν, μανιτάρια, κρεμμύδι, πιπέρι καγιέν, κονσομέ, σάλτσα βελουτέ, ζαφορά, βούτυρο) & Σαρακοστιανή σάλτσα Καρέ αλά Ινδιάνα(αντί για ζαμπόν βάζουμε χέλυ, και επίσης αντικαθιστούμε τη βελουτέ με βελουτέ σαρακοστιανή)

- Σάλτσα αλά Ραβιγότ (ξύδι, κονσομέ, αλμάντ, σερφόλιον, μαϊντανό, βούτυρο) & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Ραβιγότ
- Σάλτσα Σεβρολί(ζαμπόν, 1 σκελίδα σκόρδο, μαϊντανό, 1 καρότο, 1 κρεμμύδι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, ξύδι, εσπανιόλ, κρασί μπουργγόνι, ζάχαρη, ζελέ φραγκοστάφυλο)
- Σάλτσα από Καρίδας(αλμάντ, καρίδας, βούτυρο της καρίδας)
- Σάλτσα από Αστακόν με Βεσαμέλ (αστακός,σάλτσα βεσαμέλ, ουσία αστακού)
- Σάλτσα με βούτυρον της Καραβίδας (βούτυρο της καραβίδας σε λίγη σάλτσα αλμάντ)
- Σάλτσα από στρείδια(ζεματίζεις 50 στρείδια, τα βάζεις σε αλμάντ, προσθέτεις χυμό λεμονιού, βούτυρο, μαϊντανό, νερό των στρειδιών, μοσχοκάρυδο)
- Μικρή Εσπανιόλ (εσπανιόλ, κονσομέ, ½ ποτήρι μαδέρα, περισσεύματα από τρουφλ και μανιτάρια)
- Σάλτσα από μύδια(αχνίζουμε 50 μύδια, τα ρίχνουμε σε αλμάντ, προσθέτουμε ζουμί από τα μύδια)
- Σάλτσα αλά Εγγλέζα & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Ιγγλέσα
- Σάλτσα αλά Ρωμάνα (ρίζα σέλινου, ζάχαρη, σκόρδο, βασιλικό, δάφνη, σαμπάνια, κονσομέ, βούτυρο, λεμόνι) & Σαρακοστιανή σάλτα αλά Ρωμάνα
- Σάλτσα αλά Πορτογκέζ (φλούδα πορτοκαλιού και λεμονιού, κόλιανδρον, ζάχαρη, κρασί μαλάγα, κονσομέ, εσπανιολ, βούτυρο, λεμόνι)
- Σάλτσα αλά Ναπολιτάνα & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Ναπολιτάνα
- Σάλτσα αλά Τσιτσιλιάνα (κρασί σέρι, μανιτάρια, τρουφλ, μαϊντανό, σκόρδο, κόκκινο πιπέρι, **κόκκινη πιπεριά,** ρίγανη, αλμάντ, κονσομέ, φλούδα νεραντζιού, ζάχαρη, λεμόνι) & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Τσιτσιλιάνα
- Σάλτσα αλά Πιεμοντέζα (2 κρεμμύδια, βούτυρο, κονσομέ, βεσαμέλ, τρουφλ, κουκουνάρια, βούτυρο, λεμόνι, σκόρδο, γλάσο των πουλιών) & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Πιεμοντέζα
- Σάλτσα βεσαμέλ με Μανιτάρια
- Σάλτσα με βούτυρο (αλεύρι, βούτυρο, κονσομέ, λεμόνι, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα με βούτυρο της σαρδέλας
- Σάλτσα με βούτυρο του Αστακού
- Σάλτσα με βούτυρον και Κάππαριν
- Σάλτσα με βούτυρον αλά Ινδιάνα
- Σάλτσα με βούτυρον και ψωμί αλά Εγγλέζα
- Σάλτσα αλά Προβενσάλα (4 κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, αλμάντ, βούτυρο φρέσκο, λεμόνι)
- Βούτυρον μαύρον
- Σάλτσα με βούτυρον, αλά μέτ δολέτ
- Βούτυρον από σκόρδον (βούτυρο, 1 κεφάλι σκόρδου)
- Βούτυρον από καγιέν
- Σάλτσα Τζενοβέζικη με κρασί βορδώ & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Τζενοβέζα
- Σάλτσα αλά Φραντσέζα (βεσαμέλ σαρακοστιανό, βούτυρο του σκόρδου, ουσία μανιταριών, βούτυρο καραβίδας)
- Σάλτσα ραβιγότ πρεντανιέρ (σερφόλιο, παμπρινέλα, εστραγκόν, αλμάντ με βούτυρο)
- Πολωνέζικη σάλτσα
- Σάλτσα από στρείδια και μανιτάρια & Σάλτσα σαρακοστιανή από στρείδια και μανιτάρια
- Σάλτσα αλά Ρώσσα & Σάλτσα Σαρακοστιανή αλά Ρώσσα (εστραγκόν, σερφόλιο, βελουτέ, μουστάρδα, ζάχαρη)
- Σάλτσα Ποβράτ (1 κρεμμύδι, ξύδι, πιπέρι, δάφνη, ρίγανη, ζαμπόν, γαρύφαλλα, σκόρδο, εσπανιολ)
- Σάλτσα Πικάντε (με βούτυρο της σαρδέλας και σάλτσα ποβράτ)
- Σάλτσα αλά Ιταλιάνα με σαμπάνια & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Ιταλιάνα με σαμπάνια
- Σάλτσα αλά Μιλανέζα & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Μιλανέζα (μανιτάρια, μαϊντανό, ζαμπόν, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, ζάχαρη, ψίχα λεμονιού, κρασί μαδέρα, κονσομέ, αλμάντ, κουκουνάρια, φρέσκο βούτυρο)
- Σάλτσα αλά Ρισελίου & Σαρακοστιανή σάλτσα αλά Ρισελίου
- Σάλτσα αλά Κλερμάν & σαρακοστιανή σάλτσα Κλερμόν(κρεμμύδια, βούτυρο, ζάχαρη, κονσομέ, σάλτσα εσπανιόλ, γλάσο των πουλιών για την νηστίσιμη αντί για σάλτσα εσπανιόλ χρησιμοποιείται σαρακοστιανή εσπανιόλ και αντί για κονσομέ γλάσο του ψαριού)
- Σάλτσα ματλότ αλά Νορμάνδ & σαρακοστιανή σάλτσα αλά Νορμάνδ
- Σάλτσα Τορτού (ζαμπόν, πιπέρι κόκκινο, κρεμμύδι, καγιέν, μανιτάρια, βασιλικό, δάφνη, ρίγανη, μοσχοκάρυδο, **ντοματάκια κονσέρβας,** εσπανιολ, μαδέρα)
- Σάλτσα Βρετόν
- Σάλτσα Μπιγαράδ(φλούδα νεραντζιού, βούτυρο, ζουμί ½ νερατζιού, εσπανιόλ)

Λάδι

Σάλτσες

- Σάλτσα αλά Προβενσάλα (4 κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, αλμάντ, βούτυρο φρέσκο, λεμόνι)
- Σάλτσα Ρεμουλάδ αλά ραβιγότ

- Σάλτσα Μαγιονέζη ή Μαγιονέζ
- Σάλτσα Μαγιονέζ αλά Προβενσάλα
- Σάλσα Μαριονέζ Ρεμουλάδ (μαγιονέζα, μουστάρδα, μαϊντανός, σερφόλιον, εστραγκόν, σκόρδο)
- Σάλσα αλά Ταρτάρ
- Σάλτσα Ραβιγότ κρύα με το λάδι
- Σάλτσα Μαγιονέζ άσπρη με το ζελέ
- Βούτυρον του μοντπελιέ δια τας εντράδας κρύας (σαρδέλες, κάπαρη, αγγουράκια,6 κρόκους αυγών, σκόρδο, φρέσκο βούτυρο, 1 ποτήρι λάδι, ξύδι από εστραγκόν, πράσινο του σπανακιού, εστραγκόν, σερφόλιο, πανπρινέλα, κρεμμυδάκι φρέσκο)
- Φριτούρα από αγκινάρας αλά Φραντσέζα (6 αγκινάρες, λάδι, αλάτι, 2 κρεμμύδια, λεμόνι, πάτ α φρίρ αλά Φραντσέζα, φριτούρα, μαϊντανός)
- Πάτ α φριρ αλά ιταλιάνα (αλεύρι, 2 κρόκους αυγού, λάδι, πιπέρι, αλάτι, νερό, ασπράδι αυγού)
- Μαρινάτες από λάδι, ξύδι, μαϊντανό, 1 κρεμμύδι, αλάτι και πιπέρι
- Φριτούρα από λάδι

Ψάρια και θαλασσινά

- Μπουλαμπές αλά Προβενσάλα(σκορπίδια, κωβίδια, κέφαλο, καλκάνι, χέλι, χελιδονόψαρα, μπαρμπούνια ή μερλάνια, σκόρδο, μαϊντανό, κρεμμύδια, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, χυμό λεμονιού, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι, ζαφορά, λάδι, νερό)
- Φριτούρα από Μπακαλιάρον (μπακαλιάρος παστός, λάδι, πιπέρι, λεμόνι, πάτ α φρίρ, φριτούρα, μαϊντανό)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά μέτ δολέτ (12 μπαρμπούνια, τα μαρινάρουμε σε ½ ποτήρι λάδι με 1 κρεμμύδι, φύλλο δάφνης, το ψήνουμε στη σχάρα σε χαρτί λαδωμένο, σερβίρεις με βούτυρο αλά μέτ δοτέλ)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια ο σουπρέμ (μπαρμπούνια μαριναρισμένα σε λάδι, ψημένα στη σχάρα, γαρνίρονται με κινέλια από φάρσα του ψαριού με βούτυρο καραβίδας και μια σάλτσα σουπρέμ)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά Βενετσιάνα (ψήνουμε τα μπαρμπούνια όπως και προηγουμένως και σερβίρουμε με σάλτσα αλα Βενετσιάνα, γαρνίρουμε με φιλέτα χελιού κομμένα σε μικρά κομμάτια)
- Διά μεγάλον πιάτον μπαρμπούνια αλά Ινδιάνα (αφού ψηθούν στη σχάρα, σερβίρονται με σάλτσα αλά Ινδιάνα, και κινέλια από φάρσα των μερλανίων στην οποία έχουμε βάλει λίγο σαφράν και πιπέρι κόκκινο)
- Στρείδια στη σχάρα αλά Γραίκα (50 στρείδια, βούτυρο, μαϊντανό, ψωμί, αλάτι, πιπέρι, χυμό λεμονιού, λάδι)
- Στρείδια στη σχάρα μισοθλυμμένα (50 στρείδια, ψωμί, πιπέρι, λάδι, λεμόνι)
- Φριτούρα από Στρείδια(100 στρείδια, αλάτι, πάτ α φρίρ, φριτούρα με λάδι ή με βούτυρο)

Δημητριακά

- Φολιετάζ από λάδι
- Ψωμί ελληνικόν (6 λίτρα αλεύρι, αλάτι, λάδι ή βούτυρο, μαγιά, γάλα, αφού ζυμώσουμε, το αφηνουμε 3 ώρες σε μέρος ζεστό, το βάζουμε σε φόρμες αλειμένες με βουτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)

Κρέας

- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ με σαμπάνια αλά Ιταλιάνα (ζαμπόν, λαρδί, σαμπάνια, λάδι, σκόρδο, 2 καρότα, 2 κρεμμύδια, ζάχαρη, λεμόνι, μανιτάρια)
- Εις την σχάραν μπιφστέκ αλά μετ δοτέλ (με λάδι)
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητόν εις την σούβλαν αλά Γραίκα
- Κεφαλή του μοσχαριού νατουράλε(σερβίρεται ξεχωριστά με σάλτσα από λάδι, ξύδι, μαϊντανό, εστραγκόν, αλάτι και πιπέρι)
- Πιπίνια εις το χαρτί αλά Αιγυπτιακά (βάζουμε τα πιπίνια σε μαρινάδα από λάδι και λεμόνι για 3 ώρες. Τα πιπίνια ψήνονται στη σχάρα)

Λαχανικά

- Αγκινάραις μαγιονέζ με ζελέ(10 πάτοι αγκινάρων, βούτυρο, χυμό λεμονιού, λάδι, φύλλα εστραγκόν, ή ξύδι από εστραγκόν, σάλτσα μαγιονέζα. Γαρνίρεται με κροτόνια του ζελέ. Κατά τον ίδιο τρόπο γίνονται το κουνουπίδι, οι πατάτες, οι σελινόριζες και τα σπαράγγια)
- Ζουμί από ρίζας δια σούπας σαρακοστιανόν (10 καρότα, 10 σαλγάμια, βούτυρο, πράσα, σέλινο, 1 κρεμμύδι με γαλύφαλλα, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, αλάτι. Τσιγαρίζουμε τα λαχανικά είτε σε βούτυρο είτε σε λάδι)

Χοιρινό πάχος

- Φριτούρα από χοιρινόν πάχος

Βοδινό πάχος

- Φριτούρα από πάχος του βωδιού
- Βωδινόν εις ζελατίναν αλά βουρζουάζ
- Πάστα φολιετάζ από άλειμμα βωδινόν
- Μπλάν ήγουν άσπρον(λαρδί, άλειμμα βοδινό, βούτυρο, δάφνη, μαϊντανό, ρίγανη, βασιλικό, γαρύφαλλα, χυμός λεμονιού)
- Κεφαλή του μοσχαριού αλά τορτού

Λαρδί

- Ποάλ:χρησιμοποιείται στις εντράδες, τα πουλερικά και άλλα. (ζαμπόν, λαρδί, καρότα, βούτυρο, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα, ρίγανη, βασιλικόν, σκόρδο, χυμό λεμονιού)

- Μιρέ πουά(μοσχάρι, λαρδί, ζαμπόν, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, μανιτάρια, ρίγανη, βασιλικό, δάφνη, γαρύφαλλα, χυμό λεμονιού, κρασί)
- Μπλάν ήγουν άσπρον(λαρδί, άλειμμα βοδινό, βούτυρο, δάφνη, μαϊντανό, ρίγανη, βασιλικό, γαρύφαλλα, χυμός λεμονιού)
- Βρεζέ(φέτες λαρδί, φέτες μοσχάρι, από πάνω το ψητό π.χ. χήνα ή βωδινό ή καπώνι, από πάνω φέτες λαρδί και φέτες μοσχαριού, 2 καρότα, 6 κρεμμύδια, δάφνη, βασιλικό, ρίγανη, σκόρδο, ρακί, βούτυρο)
- Ψωμί από πουλία αλά μοδέρνα γαρνίτο με ατλέταις
- Σούπα Ρωσσική από λάχανα (βοδινό στήθος, λαρδί, ζουμί, 2 κρεμμύδια τσιγαρισμένα σε βούτυρο, 1 άσπρο λάχανο, αλεύρι)
- Σούπα αλά Τορτού
- Σούπα της Κλεοπάτρας
- Σούπα της υγείας ό σασόρ ήγουν των κυνηγών
- Σούπα Πολωνική ή Μπάρς αλά Πολωνέζα
- Σούπα καρή αλά Ινδιάνα
- Σούπα από ξινίθραν
- Γαρεντούρα από πιζέλι με λαρδί καπνιστόν
- Φιλέτον βωδινό βρεζέ του κυνηγού γαστρονόμου
- Φιλέτο βωδινό αλά Ρουαγιάλ
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινό βρεζέ αλά κολνέτ
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν βρεζέ με σαμπάνια αλά Ιταλιάνα
- Μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν αλά βουρζουάζ
- Βωδινόν αλά μόδα
- Ουραί βωδιναί βρεζέ γαρνίται με ρίζας
- Διά μεγάλον πιάτον, νουά του μοσχαριού αλά Ζαρδινιέρα
- Μπριζόλαις του μοσχαρίου σοτέ γαρνιταις με πιζέλι και λαρδί καπνιστόν
- Νουά του μοσχαρίου με ζελέ ασπίκ αλά μοδέρνα
- Μπριζόλαι του μοσχαριού με ζελέ ασπίκ
- Μπριζόλαις του μοσχαριού της ωραίας θέας
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον πικέ μαρινέ εις ζορκάδι
- Διά μεγάλον πιάτον φιλέτον βωδινόν λαρδωμένον και μαρινάτον αλά Πρεντανιέρ
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένο αλά Εγγλέζα
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον αλά Ρώσσα
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον και γαρνίτο με μακαρόνια αλά Ναπολιτάνα
- Φιλέτο βωδινόν λαρδωμένον γαρνίτο με μακαρόνια αλά Φραντσέζα
- Διπλούν φιλέτον μοσχαρίου αλά κρέμ
- Μπριζόλαις του αρνίου λαρδωμέναις και γλασαρισμέναις γαρνίταις με σπαράγγια πράσινα
- Διά μεγάλον πιάτον δίνδιος με τρουφλ αλ' Εσπανιόλα
- Διά μεγάλον πιάτον, Καπώνια αλ' Ιταλιάνα
- Δια μεγάλον πιάτον, Πουλιά αλά Πιεμοντέζα
- Πουλιά νέα αλά ρέν
- Δίνδιος παραγεμιστός αλά Γραίκα
- Ορτύκια ο γρατέν
- Παστίτσι κρύον από φαζάνι-φασιανός- με ζελέ
- Τέταρτον του ζορκαδίου μαρινάτον με σάλτσαν
- Ψάρι λαβράκι του Αρχιναυάρχου Μιαούλη
- Ψάρι λαβράκι του Αρχιναυάρχου Σαχτούρη
- Δια μεγάλον πιάτον λαβράκι αλά σαμπόρ μοδέρν γαρνίτο με ατλέταις
- Δια μεγάλον πιάτον ψάρι λαβράκι αλ' Αθηναία γαρνίτο με ατλέταις

Σημείωση: στις σαρακοστιανές σάλτσες αντί για γλάσο των πουλιών χρησιμοποιείται γλάσον του ψαριού, αντί για βεσαμέλ χρησιμοποιείται βεσαμέλ σαρακοστιανή και αντί για κονσομέ ουσία των ριζών)

Παράρτημα 2: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Αλεξιάδη Β, 2η έκδοση, 1905.

ΜΕΓΑΛΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΉ ΜΑΓΕΙΡΙΚΉ ΚΑΙ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΉ
Β. ΑΛΕΞΙΑΔΟΥ, αρχιμαγείρου και ζαχαροπλάστου, ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ, ΕΚΔΟΣΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ Δ. ΦΕΞΗ, 1905, 2η έκδοση.

Ζωμοί:
- Ζωμοί (βοδινό, περισσεύματα από κρέατα, χόρτα, νερό, μπαχαρικά βράζουν και περνούμε από τρυπητό)
- Ζωμός της στιγμής (βοδινό, νερό, 1 αυγό, αφήνουμε να πάρει βράσει)
- Ζωμός δυνατός-κονσομέ (βοδινό, περισσεύματα ψητών, ορνίθων, μυρωδικά, ρίζες, περνούμε από τρυπητό και αφαιρούμε το πάχος)
- Ζωμός Αγγλικός δι' αναρρωνύοντες ή ασθενείς ή έχοντας ασθενή τον στόμαχον, επονομαζόμενος Βόειον τέιον (βοδινό, κόκαλα, ρίζες, ζάχαρη, νερό, ξαφρίζουμε από το πάχος, περνάμε από κόσκινο)
- Κονσομέ βασιλικόν (βοδινό, όρνιθα, χόρτα, νερό, κιμά, 2 ασπράδια, φτερούγες, πόδισα, κεφάλια πουλιών, παίρνει βράσει και περνάμε από πετσέτα)
- Πηχτή (1 κοτόπουλο, κρέας μοσχαριού, 6 ποδάρια μοσχαρίσια, παίρνει βράση και ξαφρίζουμε, προσθέτουμε μυρωδικά, χόρτα, τα περνούμε από πετσέτα, βάζουμε ξύδι άσπρο, αφήνουμε να βράσει μέχρι να μείνει το 1/3, περνάμε από καθαρή πετσέτα και αφήνουμε να κρυώσει)
- Γλάσο (παίρνουμε την πηχτή, ρίχνουμε 4 ασπράδια, άσπρο κρασί, τα βάζουμε στη φωτιά, τα χτυπούμε, αφήνουμε να βράσει, και περνάμε από πετσέτα 2 φορές)
- Ζωμός διατηρημένος (κάνουμε τον πρώτο ζωμό, τον βάζουμε να πήξει και τον θέτουμε σε αγγείο χωρίς αλάτι, μπορεί να διατηρηθεί όσο θέλουμε. Το λιώνουμε σε ένα πιάτο με βρασμένο νερό)
- Γλάσο από πουλιά (μοσχαρίσιο κρέας, όρνιθα, χόρτα, ζωμό δυνατό, ξαφρίζουμε και αφήνουμε να βράσουν 5 ώρες)

Σαρακοστιανοί
- Ζουμί από ψάρι (λάδι, χέλι, 5 σκορπίδια, 5 κωβίδια, 3 καρότα, 3 κρεμμύδια, ρίζα σέλινο, 3 πράσα, νερό αφού βράσουν τα περνάμε από κόσκινο μεταξωτό)
- Ζουμί σαρακοστιανό(πιζέλια, καρότα, κρεμμύδια, ρίζα σέλινου, πράσα, λάδι, 10 κωβίδια, αφού βράσουν τα περνάμε από μεταξωτό κόσκινο)
- Ζουμί σαρακοστιανό από ξηρά μπιζέλια (τα περνούμε από μεταξωτό κόσκινο)
- Ζουμί από ρίζες δια σαρακοστιανές σούπες(καρότα, λάδι, κρεμμύδια, πράσα, ρίζες σέλινο, αφού βράσουν τα περνάμε από τρυπητό)
- Γλάσο σαρακοστιανό από χόρτα (παίρνουμε ζουμί σαρακοστιανό και αφήνουμε να δέση)
- Γλάσο σαρακοστιανό από ψάρι (παίρνουμε ζουμί ψαριού, και κάνουμε γλάσο αφήνοντας να γίνει πηκτό σαν σιρόπι)

1. ΚΡΈΑΣ (βοδινό, μοσχαρίσιο, πρόβειο, χοιρινό)

Κρέας βραστό:
Βοδινό:
- Σούπα από πουρέ ντομάτας(σούπα με κρέας, ντομάτα και πάστα)
- Βραστό βοδινό (χόρτα, βοδινό, νερό)
- Βραστό βοδινό με πατάτες (ζωμός, χόρτα, βοδινό, πατάτες, βούτυρο, ζάχαρη)
- Βοδινό βραστό με σάλτσα από κρεμμύδι (κρεμμύδια, βούτυρο)
- Βιδέλο βραστό(βιδέλο, ρίζες χόρτα, νερό)
- Στήθος βιδέλου αλατισμένο (άρμη, βράζει σε νερό)
- τεμάχιο βιδέλου με λάχανο(βράζεται στη κατσαρόλα και συνοδεύεται με λάχανο ψιλοκομμένο ψημένο με **λαρδί)**

Αρνί:
- Βραστό αρνάκι (αρνί, ρίζες χόρτα, νερό)
- Μπούτι πρόβειο εις την κατσαρόλα(δένομαι το μπούτι με φέτες λαρδί, το βράζουμε στη κατσαρόλα με νερό, καρότα, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα και ξύδι για 4 ώρες)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:
- Σούπα με κρεατάκια (κεφάλι ή πόδια μοσχαριού βρασμένα, ζωμό)
- Σούπα από εντόσθια αρνιού (γιαχνιστά με κρεμμυδάκι και άνηθο στη κατσαρόλα, στη συνέχεια τα βράζουμε με το ζωμό και προσθέτουμε αυγολέμονο)
- Σούπα λαμπριάτικη Ελληνική (2 κεφαλάκια αρνίσια, λαιμό ενός αρνιού, τα βράζουμε, ρίχνουμε καρότα, σέλινον, κρεμμύδια, συκωτάκια και εντεράκια του αρνιού ψιλοκομμένα και ζεματισμένα, αφαιρούμε τα βρασμένα κεφάλια μαζί με τα χόρτα, προσθέτουμε ρύζι, και τέλος κάνουμε αυγολέμονο)
- Σούπα με ουράς βοδινάς (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, κρασί μαδέρα, χόρτα, οι βοδινές ουρές σιγοψήνονται με λίγο κρασί στη κατσαρόλα και στη συνέχεια σερβίρονται μαζί με τη σούπα)

- Γλώσσαι βραστές (τις βράζουμε και τις σερβίρουμε με σάλτσα αρεσκείας μας)
- Γλώσσα αλμυρή (την βράζουμε, την κόβουμε σε φέτες και της σερβίρουμε)
- κεφαλάκια αρνίσια βραστά (βράζουμε και σερβίρουμε με γαρνιτούρα)
- ποδαράκια βιδελίσια βραστά (ξύδι, σκόρδο)
- κεφαλάκι βιδελίσιο βραστό (σάλτσα με λάδι, ξύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι
- κεφάλι από γουρουνόπουλο γεμιστό κρύο (τυλίγουμε το κεφάλι σε πετσέτα, τη δένουμε και βάζουμε να βράσει με διάφορα χόρτα και κρασί, συνοδεύσουμε με τρούφες, βούτυρο, πηχτή, και μαγιονέζα στην οποία προσθέτουμε πηχτή από φραγκοστάφυλα)
- πόδια αρνίσια πατσά (βράζουν και σερβίρονται με σκόρδο και αυγολέμονο)
- ελιαίς αρνιού (τις ζεματίζουμε και τις σερβίρουμε με τρούφες και σάλτσα γερμανική)

Κρέας στη κατσαρόλα μαγειρεμένο με ή χωρίς λαχανικά:

Βοδινό:

- Φιλέτο βοδινό κρύο (**λαρδί,** τα ψήνουμε στη κατσαρόλα)
- Φιλέτο βοδινό με μανιτάρια(με βούτυρο, ζωμό, αλεύρι και μανιτάρια)
- Φιλέτο βοδινό με λαχανικά (φιλέτο, καρότα, κρεμμύδια, λαρδί, μαϊντανό, κρασί)
- Φιλέτο βοδινό παραγεμιστό(γεμίζουμε το φιλέτο με γέμιση από κοπανισμένο χοιρινό κρέας με λαρδί και βιδελίσιο κρέας, τρούφες, ένα αυγό, το κοκκινίζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί, καρότο, πράσο, ρέβες, ντομάτα, κρασί Μαδέρας, νερό)
- Φιλέτο βοδινό με ελληαίς (φιλέτο βοδινό τυλιγμένο σε λαρδί, βούτυρο, μυρωδικά, ντομάτα, νερό, κρασί μαδέρας, ελιές πράσινες ζεματισμένες)
- Ροσπίφ κατά τον Αθηναϊκών τρόπον (κρεμμύδια σταυροειδώς χαραγμένα, 2-3 σκελίδες σκόρδο, θυμάρι, μαϊντανό, δάφνη, καρότα, ρίζα σέλινο, αλεύρι, ντομάτα, κρασί, ζωμό)
- Φιλέτο βοδινό με μακαρόνια (βούτυρο, φιλέτο, λαρδί, σκόρδο, χόρτα, σάλτσα ισπανική, σάλτσα ντομάτας, μακαρόνια με παρμεζάνα και βούτυρο)

Μοσχάρι:

- Κοτολέτες μοσχαριού με πηχτή (στη κατσαρόλα με λαρδί, καρότα, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, γαρύφαλλα, μαϊντανό, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Κοτολέτες μοσχαριού με χόρτα (αφού γιαχνιστούν με βούτυρο, προσθέτουμε μανιτάρια, ψιλοκομμένα χόρτα).
- Κοτολέτες μοσχαριού καρφωμένες με τρούφες (βούτυρο)
- Κοτολέτες μοσχαριού εις το χαρτί (αλατοπιπερώνουμε και τυλίγουμε τις κοτολέτες με βούτυρο και ψωμί τριμμένο και τις θέτουμε σε χαρτί βουτυρωμένο, τις ψήνουμε σε κατσαρόλα σε σιγανή φωτιά)

Αρνί:

- Κοτολέτες αρνιού κατ' άλλον τρόπον (σοτάρονται με βούτυρο στη κατσαρόλα και σκεπάζονται με άσπρη σάλτσα και μανιτάρια)
- Κοτολέτες αρνιού με σάλτσα χόρτων (μαγειρεύονται σε ξεχωριστή κατσαρόλα το κρέας με βούτυρο και τα λαχανικά τα οποία το συνοδεύουν και μπορεί να είναι φρέσκα φασόλια, μπιζέλια, διάφορες ρίζες και μανιτάρια)
- Κοτολέτες αρνιού με πουρέ από μπιζέλια (σοτάρονται σε βούτυρο στη κατσαρόλα τυλιγμένες σε ψωμί τριμμένο και αυγό χτυπημένο, συνοδεύονται με πουρέ από μπιζέλια)
- Αρνί με σάλτσα (λιώνουμε στη κατσαρόλα βούτυρο, προσθέτουμε αλεύρι και ανακατεύουμε, και προσθέτουμε κατόπιν λίγο λίγο ζεστό νερό, ανακατεύοντας μέχρι να σφίξει η σάλτσα, στη συνέχεια θέτουμε το αρνί μαζί με κρεμμύδια και μυρωδικά)
- Μπούτι πρόβειο εις την κατσαρόλα (το δένουμε με λαρδί και το θέτουμε στη κατσαρόλα με καρότο, κρεμμύδι, σέλινο, μαϊντανό, δάφνη, πιπέρι, γαρύφαλλα, το βρέχουμε με άσπρο κρασί και ζουμί και το αφήνουμε να βράσει σκεπάζοντας την κατσαρόλα με το καπάκι)
- Μπούτι αρνίσιο (βάζουμε το μπούτι στη κατσαρόλα με κόκκους πιπέρι, κανέλλα, άσπρο κρασί και κλείνουμε το σκέπασμα της κατσαρόλας σφραγίζοντας αυτό ολόγυρα με ζυμάρι για να μη βγαίνει ο αχνός)
- Μπούτι πρόβειο κατά Πορτογαλλικόν τρόπον (ψήνουμε το μπούτι για 2 ώρες με βούτυρο, διάφορα κομμένα χόρτα, δάφνη και πιπέρι και το συνοδεύουμε με μια γαρνιτούρα από κομμένα σε φέτες κρεμμύδια ζεματισμένα σε νερό και γκλασαρισμένα σε βούτυρο)
- Αρνάκι φρικασέ (μαραίνουμε κρεμμύδια σε λίγο βούτυρο, προσθέτουμε το κρέας κομμένο σε τεμάχια, προσθέτουμε νερό και το βράζουμε. Στο τέλος περιχύνουμε με σάλτσα αυγολέμονο)
- Φρικασέ από αρνί κατ' άλλον τρόπον (κρεμμύδια, αλεύρι, ζουμί, κρόκους, αλεύρι, βούτυρο
- Σπάλαις αρνιού σοταρισμένες με φρέσκα κρεμμυδάκια (βούτυρο, άνηθο, κρεμμυδάκια)
- Μπούτι αρνιού με ξηρά φασόλια (βούτυρο, κρασί, ντομάτες, φασόλια άσπρα, χόρτα, κρεμμύδι, δάφνη, μαϊντανό, γαρύφαλλα, σκόρδο, μπήγουμε σκόρδα στο μπούτι)
- Μπούτι αρνιού κατά τον χωρικόν τρόπον (το θέτουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο και μυρωδικά, το βρέχουμε με ζωμό και κρασί, και όταν ψηθεί ρίχνουμε σάλτσα Ισπανική, κρασί και ζωμό. Γαρνίρουμε με μπιζέλια, φρέσκα φασολάκια, κουνουπίδι, καροτάκια, ρίζες σέλινου, βούτυρο)
- Μπούτι αρνιού με γαρνιτούρα από λάχανο(καρότα, ρέβες, λάχανο, λαρδί, μπούτι αρνιού)
- Μπούτι προβάτου κοκκινιστό (γίνεται όπως το μπούτι αρνιού κατά χωρικόν τρόπον, βούτυρο, κρασί, ισπανική σάλτσα,)

- Μπούτι πρόβειο με πατάτες γεμιστές (λαρδί, ζωμό, πατάτες γεμιστές με χόρτα)
- Μπούτι αρνίσιο με κροκέτα πατάτες(το ψήνουμε όπως συνήθως με βούτυρο)
- Σπάλαις αρνιού εις σχήμα πάπιας (λαρδί, κρασί, τρούφα, μανιτάρια, πράσινες ελιές, κρασί, χοιρομέρι, χόρτα
- Γιαχνί Ελληνικό (πρόβειο κρέας, βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, νερό, ντομάτα)
- Κρέας με καρότα (γιαχνί, βούτυρο, ζάχαρη, πρόβειο κρέας)
- Κρέας με σπανάκια (γιαχνί, βούτυρο, αλλά μπορούμε να το κάνουμε με αυγολέμονο)
- Κρέας με κάστανα (γιαχνί αλλά χωρίς να προσθέσουμε ντομάτα)
- Κρέας με μελιτζάνες(γιαχνί)
- Κρέας με κουκιά φρέσκα(γιαχνί)
- Κρέας με αγκινάρες(γιαχνί)
- Κρέας με κυδώνια(γιαχνί)
- Κρέας με πατάτες(γιαχνί)
- Κρέας με μπιζέλια και φασολάκια(γιαχνί)
- Κρέας με ραδίκια(γιαχνί αλλά με αυγολέμονο αντί για ντομάτα)
- Κρέας με κολοκυθάκια(προσθέτουμε τηγανισμένα κολοκυθάκια στο γιαχνισμένο κρέας)
- Κρέας με φασόλια ξηρά (γιαχνί)
- Κρέας με ρεβίθια ξηρά (γιαχνί)
- Κρέας με μανιτάρια(γιαχνί με αυγολέμονο ή άλλη σάλτσα)
- Κρέας με σέλινο(γιαχνί με αυγολέμονο)
- Κρέας με μπάμιες(γιαχνί)
- Στιφάτο Ελληνικόν(κρέας κομμένο σε κομμάτια μικρά γιαχνιστό με ντομάτα, βούτυρο, κρεμμύδι, κρεμμυδάκια φρέσκα, ξύδι, κρασί, σκόρδο, δάφνη, δεντρολίβανο, βασιλικό)
- Στιφάτο Ιταλικό(κρέας σε τεμάχια, 2 σέλινα, 2 πράσα, καρότα και κρεμμυδάκια φρέσκα, λάδι και βούτυρο, κρασί, ντομάτα, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, δεντρολίβανο)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- μυαλά μοσχαρίσια (νερό, ξύδι, σάλτσα ισπανική, κρασί, ντομάτα, ζωμό)
- πόδια αρνίσια πηχτή (βούτυρο, σκόρδο, ξύδι)
- μοσχαρίσιο κεφάλι γεμιστό (κρεμμύδια, ρακί, αυγά, γέμισμα με γλώσσα, μάτια και μάγουλα, το βράζουμε με κρασί, σκόρδο, ζωμό, κάνουμε μια σάλτσα με το ζουμί του και ξύδι)
- νεφρά βοδινά (βούτυρο, κρεμμυδάκια, μυρωδικά μανιτάρια, μοσχοκάρυδο)
- νεφρό βοδινό κατά τον χωρικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμυδάκι, σκόρδο)
- γλώσσα βιδέλου με ξινήθρα(τη βράζουμε)
- γλώσσα βιδέλου αλμυρή με πουρέ μπιζελιών
- γλώσσα βιδέλου με σάλτσα (σάλτσα από σταφίδες με κουκουνάρια, ζάχαρη, σάλτσα ισπανική)
- γλώσσα βιδέλου με γαρνιτούρα (βούτυρο, χόρτα, ζωμό, κρασί, γαρνιτούρα από κρέατα μικροκομμένα, μανιτάρια, λειριά του κοκόρου, νεφρά των πουλιών και άσπρα των πουλιών κομμένα σε τετράγωνα)
- ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Αμερικάνικον τρόπον (μανιτάρια, ρύζι, βούτυρο, παρμεζάνα, βελουτέ, με πιπέρι Ινδιών-καρίκ)
- ποδαράκια μοσχαριού κατ' άλλον τρόπον(βράζουμε τα ποδαράκια, πάχος νεφραμιάς, αλεύρι, νερό, ρίζες χόρτα, με σάλτσα αυγολέμονο)
- ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Ουγγρικόν τρόπον (βράζουμε, κρεμμύδια, βούτυρο, σάλτσα ντομάτα, σάλτσα ισπανική, φιλέτα σαρδέλων, μουστάρδα)
- κεφάλι μοσχαριού με ρύζι (κάνουμε ριζότο, βάζουμε το κεφάλι κορόνα, βάζουμε κρέατα πουλιών, μανιτάρια και σάλτσα από πιπέρι καρίκ)
- κεφάλι μοσχαριού κατά βασιλικόν τρόπον (θέτουμε το κεφάλι κορόνα σε ψωμάκια τηγανισμένα, μανιτάρια, περιχύνουμε με βελουτέ, και γαρνιτούρα από λειριά, μανιτάρια και τρούφες)
- κεφάλι μοσχαριού με λαδόξιδο
- συκώτι μοσχαριού σοταρισμένο (βούτυρο)
- συκώτι μοσχαριού κατά χωρικόν τρόπον (βούτυρο, λαρδί, κρεμμυδάκια, χόρτα, ρίζες, ζωμό, κρασί)
- συκώτι μοσχαριού κατά Ιταλικόν τρόπον (μαϊντανό, μανιτάρια, κρεμμύδια, σκόρδο, βασιλικό, βούτυρο)
- μυαλά μοσχαριού εις την κατσαρόλα (βούτυρο, κρεμμύδια, ζωμό, κρασί, μανιτάρια, μυρωδικά)
- μυαλά μοσχαριού μαγιονέζα (λαρδί, μυρωδικά, κρεμμύδι)
- μυαλά μοσχαριού με αυγολέμονο (βούτυρο, αλεύρι)
- μυαλά μοσχαριού με σάλτσα (βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό)
- μυαλά βοδινά (βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό)
- γλυκάδια μοσχαριού με σάλτσα (λαρδί, χόρτα, κρασί, ζουμί)
- γλώσσα μοσχαριού(όπως η βοδινή, βούτυρο)
- αρνάκι παραγεμιστό(η γέμιση γίνεται στη κατσαρόλα)
- εντόσθια αρνιού κατά τον Ελληνικόν τρόπον (συκωτάκια, καρδιές αρνιού, πλεμόνι, κρεμμύδι, βούτυρο, αλεύρι, μαϊντανό, χυμό λεμονιού)
- σέλλα προβάτου (βούτυρο, κρεμμύδια, πατάτες)
- μυαλά χοιρινά (βούτυρο, κρεμμυδάκια, ζωμό, κρασί, μυρωδικά, μανιτάρια, κρουτόν)

- νεφρά χοιρινά σοταρισμένα (κρεμμυδάκια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, κρασί, ντομάτα, μυρωδικά)
- κεφαλή χοίρου με τυρί (κρεμμύδια, αρωματικά, κόβουμε το λαρδί και τα αυτιά, τυρί, το οποίο ψήνουμε με κρασί, κρεμμύδια σκόρδο, και διάφορα μυρωδικά)
- Πλακούντιο από συκώτι χοιρινό (ψιλοκόβουμε το συκώτι, το ανακατεύουμε με ξύγκι, προσθέτουμε κρεμμύδι, σκόρδο, δάφνη, θυμάρι, μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, και ψήνουμε στη κατσαρόλα)
- ασίκι μοσχαριού με πουρέ από κρομμύδια (χόρτα, λαρδί, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με μπιζέλια (λαρδί, χόρτα, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με τρούφες (καρφώνουμε με τρούφες, λαρδί, χόρτα, μυρωδικά, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- ασίκι μοσχαριού με άσπρη σάλτσα (κρεμμύδι, μανιτάρια, βούτυρο, μπεσαμελ)

Κιμάς:

- Μελιτζάνες παραγεμιστές (κιμάς, ντομάτα, ψίχα μελιτζάνας, βούτυρο, ντομάτα, νερό)
- Κολοκυθάκια παραγεμιστά (ψίχα κολοκυθιών, κιμάς, ντομάτα, τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με νερό, βούτυρο και ντομάτα)
- Γιουβαρλάκια (κιμάς, ρύζι, κρεμμύδι, βούτυρο, νερό, αυγολέμονο ή ντομάτα)
- Γιαπράκια (κληματόφυλλα, κιμάς, άνηθο, ρύζι, πιπέρι, βούτυρο, σερβίρουμε με αυγολέμονο. Κατά τον ίδιο τρόπο γίνονται οι ντολμάδες από μαρούλια, ή οι ντολμάδες από λάχανο)
- Φιλέτο βοδινό παραγεμιστό (γεμίζουμε το φιλέτο με γέμιση από κοπανισμένο χοιρινό κρέας με λαρδί και βιδελίσιο κρέας, τρούφες, ένα αυγό, το κοκκινίζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί, καρότο, πράσο, ρέβες, ντομάτα, κρασί Μαδέρας, νερό)
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)
- Γάλος γεμιστός εις την κατσαρόλα (γεμίζουμε με κιμά, λαρδί, χοιρομέρι, ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, χόρτα, κρασί, σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική και κρασί
- Λάχανο γεμιστό(αφού ζεματίσουμε το λάχανο ολόκληρο, το ανοίγουμε φύλλο φύλλο χωρίς να το κόψουμε και το γεμίζουμε με μια γέμιση που έχει γίνει με καβουρδισμένο κρεμμυδάκι, κιμά από πρόβειο κρέας, ρύζι, την καρδιά από το λάχανο, ψήνουμε στη κατσαρόλα με φέτες λαρδί και χόρτα, αλάτι και πιπέρι)
- Κολοκυθάκια γεμιστά (γεμίζουμε με κιμά με δυόσμο, αλάτι, πιπέρι, ρύζι, 2 αυγά, γεμίζουμε τα κολοκυθάκια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν και περιχύνουμε με μπεσαμελ, στην οποία προσθέτουμε 3 κρόκους, λεμόνι και λίγο βούτυρο)

Σημείωση:
1. Ο Κιμάς αναφέρεται και ως περίκομμα ή κοπανισμένο κρέας. Δεν αναφέρεται συνήθως τι είδους κρέας χρησιμοποιείται για τον κιμά.
2. Το γιαχνί γίνεται σε κατσαρόλα με πρόβειο κρέας, βούτυρο, κρεμμύδι, λίγο κρασί, λίγο νερό και λίγη ντομάτα και ότι άλλο λαχανικό θέλουμε

Κρέας στο τηγάνι:

Μοσχάρι:

- Κοτολέτες κατά τον τρόπο του Μιλάνου(αλατοπιπερώνουμε, βουτάμε σε αυγά χτυπημένα και κατόπιν σε ψωμί τριμμένο με λίγο **τυρί,** δίνουμε σχήμα στρογγυλό και τηγανίζουμε)
- Κροκέτα από μοσχάρι (τηγανίζουμε σε φριτούρα)

Αρνί:

- Κοτολέτες αρνιού με σάλτσα σαμπάνιας(τηγανίζονται με βούτυρο, και σερβίρονται με σάλτσα σαμπάνιας και σάλτσα ισπανική, στην οποία βάζουμε και χοιρομέρι)
- Κοτολέτες αρνιού τηγανητές(τις μουσκεύουμε σε χτυπημένα αυγά και τριμμένο ψωμί, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Αρνί καπαμάς(κόβουμε σε τεμάχια το αρνίσιο κρέας και το κοκκινίζουμε στο τηγάνι με βούτυρο, προσθέτουμε ντομάτες, νερό, διάφορα μυρωδικά και σερβίρουμε όταν βράσει)
- Κροκέτα από αρνί (τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από πρόβειο κρέας (τηγανίζουμε σε φριτούρα)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- μυαλά μοσχαριού εις το τηγάνι (ξύδι, τριμμένο ψωμί, αυγό)
- ποδαράκια μοσχαριού (αφού τα βράσουμε, τα τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- ποδαράκια μοσχαρίσια τηγανισμένα (τα τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- νεφρά βωδινά με κρασί (τηγανίζουμε με αλεύρι και φριτούρα, προσθέτουμε κρασί, λεμόνι)
- συκωτάκια αρνιού κατά τον τρόπον την Βενετίας (τηγανίζουμε σε βούτυρο, ρίγανη, ρίχνουμε σάλτσα από κρεμμύδι, σκόρδο, καβουρδισμένα με βούτυρο)
- μυαλά χοιρινά με ξινήθρα (αφού τα βράσουμε τα τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τα τηγανίζουμε για να τα σερβίρουμε με πουρέ ξινήθρας)

Κιμάς:

- Κεφτέδες τηγανιτοί (βοδινός κιμάς, 2-3 αυγά, κρεμμύδι γιαχνιστό με βούτυρο, ψίχα ψωμιού, λεμόνι, **τυρί τριμμένο**, τους πλάθουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα)

Κρέας ψητό στο φούρνο:

Βοδινό:

- Ροσμπίφ κατά τον Αγγλικόν τρόπον (με βούτυρο)
- Γιουβέτσι αλά χασάπα (διάφορα μέρη βοδινού σε **γιουβέτσι πήλινο** με ντομάτες, κρεμμύδια, πιπέρι, νερό, δάφνη, **λάδι**, βούτυρο, ρίγανη σκεπασμένα, ψήνονται στο φούρνο)
- Βιδέλο φέταις (τριμμένο ψωμί, κρασί, βούτυρο, μανιτάρια και σάλτσα μαδέρας)
- Κυλότο βιδέλου(δεμένο με σπάγκο σιγοψήνεται με διάφορα μυρωδικά, κρασί, το ζουμί του)

Αρνί:

- Μπούτι πρόβειο εις το φούρνο(μπήγουμε σκόρδα ή σαρδέλα μυρωδάτη, το βάζουμε σε ένα ταψί με νερό, λεμόνι, ντομάτα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και το ψήνουμε)
- Αρνάκι παραγεμιστό (η γέμιση του αρνιού γίνεται με συκωτάκια αρνιού τσιγαρισμένα με φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδα, κάστανα, τριμμένο ψωμί, κουκουνάρι, αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά, πολύ βούτυρο)
- Μπούτι αρνίσιο με χόρτα (μπούτι αρνίσιο με βούτυρο, καρότα, σέλινο, ρέβας, κρεμμυδάκια, ντομάτα, αλάτι και πιπέρι)
- Κρεατόπητα

Χοιρινό:

- Μπριζολίκι από γουρουνάκι ψητό με ντομάτες γεμιστές (αφού ψηθεί στο φούρνο, βρέχοντας το με βούτυρο, το συνοδεύουμε με ντομάτες γεμιστές),
- Μπριζολίκι χοιρινό με σάλτσα δυνατή (ψήνουμε όπως παραπάνω και σερβίρουμε χωριστά αν θέλουμε την σάλτσα)
- Μπριζολίκι χοιρινό με πουρέ από κάστανα ή κρομμυδάκια (όπως προηγουμένως)
- Χοιρινό εις το φούρνο (κοπανίζουμε το χοιρινό, μαζί με λαρδί, αρωματικά, αλεύρι, καβουρδισμένο κρεμμύδι, μαϊντανό, 4 αυγά, αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, βάζουμε φέτες λαρδί, τη γεμίζουμε με το γέμισμα, ρίχνουμε στη μέση λαρδί, σκεπάζουμε το γέμισμα με βουτυρωμένο χαρτί, και ψήνουμε στο φούρνο)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- σέλλα μοσχαριού με κορυφές σπαραγγιών (βούτυρο)
- συκώτι μοσχαριού (βούτυρο)

Κιμάς:

- Ντομάτες παραγεμιστές (τις γεμίζουμε με κιμά τσιγαρισμένο με κρεμμύδι, ντομάτα, μαϊντανό, ρύζι, αυγό, γεμίζουμε τις ντομάτες και ψήνουμε στο φούρνο με βούτυρο και νερό)
- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπο (8 ντομάτες, αδειάζουμε, γεμίζουμε με γέμιση από κιμά βοδινό καβουρδισμένο με κρεμμύδι, βούτυρο, ρύζι, ψίχα ντομάτας, μυρωδικά, 2κρόκους, μαϊντανό, σκεπάζουμε τις ντομάτες βρέχουμε με βούτυρο και ψήνουμε)
- Μουσακάς (βάση ταψιού από γαλέτα και βούτυρο, από πάνω στρώματα τυριού και μελιτζανιών τηγανισμένων σε βούτυρο που χωρίζονται από ένα παχύ στρώμα κιμά στη μέση, και τέλος χτυπημένα αυγά μαζί με αλεύρι)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και **λαρδί**, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)
- Μαρούλια γεμιστά (γέμιση με κιμά χοιρινό, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, σιγοβράζουν με ζουμί)
- Κολοκύθια γεμιστά βαρκούλες (τα ανοίγουμε ως βαρκούλα, αλατίζουμε, γεμίζουμε με κιμά τον οποίο έχουμε καβουρδίσει με κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, 2 αυγά, τριμμένο ψωμί, γεμίζουμε τα κολοκύθια, περιχύνουμε με βούτυρο και μπεσαμελ με 3 κρόκους, ψήνουμε στο φούρνο)
- Μακαρόνια εις το φούρνο(κατασκευάζεται όπως το σημερινό παστίτσιο)

Κρέας στη σούβλα ή σουβλάκια:

Βοδινό

- Ψητό βωδινό εις τη σούβλα (το τυλίγουμε με λαρδί)
- Ουζούν κεμπάπ ψητό κατά τουρκικόν τρόπον (βωδινά φιλέτα σε κομματάκια αρωματισμένα με αλάτι, πιπέρι, λεμόνι, λάδι, πάχος της ουράς αρνιού, δάφνη, περασμένα εις τη σούβλα)

Μοσχάρι:

- Μπούτι μοσχαριού κατ' Αγγλικόν τρόπον (βούτυρο)

Αρνί:

- Αρνάκι ψητό εις τη σούβλα(το αρωματίζουμε με πιπέρι, σκόρδο και αλείφουμε με λεμόνι και λάδι)
- Αρνί ψητό αλά κλέφτικα(το βρέχουμε με λιωμένο βούτυρο, λεμόνι, αλατοπιπερώνουμε και το γυρίζουμε σε σιγανή φωτιά)
- Σουβλάκια αρνίσια (ρίγανη, αλάτι, πιπέρι)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με σκόρδο(μπήγουμε σκόρδο στο μπούτι, και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, σερβίρεται με μια σάλτσα που γίνεται με ζαμπόν, πιπέρι, μυρωδικά, κρασί Μαδέρας, πελτέ φραγκοστάφυλλου και φρέσκο βούτυρο)

- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια(τυλίγουμε το κρέας με λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, συνοδεύεται με φασόλια πράσινα σοταρισμένα με βούτυρο)
- Δυο μπούτια αρνιού με πάτους της αγκινάρας (την ψήνουμε στη σούβλα)
- Μπούτι πρόβειο εις τη σούβλα (μπήγουμε σκόρδα, βούτυρο, στην Τουρκία συνηθίζεται να το αλείφουν με γιαούρτι)
- Σουβλάκια από πρόβειο κρέας κατά τον Τούρκικον τρόπον (κόβουμε το κρέας σε κομματάκια και τα αφήνουμε για μια ώρα σε λεκάνη να αρωματιστούν με πιπέρι, λεμόνι, βασιλικό, καρότο, κρεμμύδι, αλάτι πριν τα περάσουμε στη σούβλα μαζί με φύλλα δάφνης κάθε τρία κομμάτια, βούτυρο, πάχος, όπου και τα ψήνουμε)

Χοιρινό:

- Γουρουνάκι γάλακτος εις τη σούβλα (το αδειάζουμε από τα εντόσθια, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι, φέτες λεμόνι, βούτυρο, τριμμένο ψωμί και μυρωδικά και το περνούμε στη σούβλα να ψηθεί σε μέτρια φωτιά αλείφοντάς το με βούτυρο)
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητό κατ' άλλον τρόπον(πριν το ψήσουμε στη σούβλα το μαρινάρουμε για 6 ώρες στην εξής μαρινάτα: αφού το αλατίσουμε και πιπερώσουμε, βάζουμε κρεμμύδι κομμένο σε φέτες, βασιλικό, δεντρολίβανο, ρίγανη, ζωμό λεμονιού, ξυμένο μοσχοκάρυδο, δυόσμο, μισό ποτήρι καλό λάδι, φασκομηλιά, μαϊντανό, δάφνη και κάθε μια ώρα το τρίβουμε με αυτά για αρωματιστεί)
- Γουρουνάκι γάλακτος εις τη σούβλα κατ' Αγγλικόν τρόπον(γεμίζουμε το γουρουνάκι με μείγμα από ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, φασκομηλιά, 6 αυγά, τριμμένο μοσχοκάρυδο, το ράβουμε και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με λάδι)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα (γέμιση με τσιγαρισμένα κρεμμύδια σε βούτυρο, μαζί μαύρο συκώτι του γουρουνιού, κορινθιακές σταφίδες, κουκουνάρια και κρασί και προσθήκη ολόκληρων κάστανων ψημένων και ψίχα ψωμιού τριμμένη, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, μοσχοκάρυδο, πράσινες ελιές ζεματισμένες χωρίς κουκούτσι, δεντρολίβανο, αλείφουμε με λαδωμένο πτερό)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό κατά Ρωσικόν τρόπον (γέμιση με ρύζι, συκωτάκια πουλερικών γιαχνισμένα με σάλτσα γερμανική, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο)
- Φιλέτο χοιρινό εις τη σούβλα (το περνάμε στη σούβλα, το σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και το βάζουμε στη φωτιά, το συνοδεύουμε με σάλτσα που γίνεται με βούτυρο, κρεμμύδια, ζωμό, αλεύρι και μουστάρδα)
- Σουβλάκια χοιρινά κατά τον Σμυρναίικο τρόπον (κόβουμε το χοιρινό σε μικρά τεμάχια, τα αλατοπιπερώνουμε και προσθέτουμε ρίγανη και θρούμπι και τα περνούμε σε σουβλάκια)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού(λάδι, λαρδί, βούτυρο, τριμμένο ψωμί)
- συκώτι μοσχαριού εις τη σούβλα (λαρδί, βούτυρο)
- **κοκορέτσι** (γλυκάδια, πλεμόνια, έντερα του αρνιού, βούτυρο, ρίγανη)

Κρέας στη σχάρα:

Βοδινό:

- Μπιφτέκια με φιλέτο βοδινό(φέτα βοδινού φιλέτου χτυπημένη να πλατύνει και ψημένη στη σχάρα, βούτυρο)
- Χονδρό μπιφτέκι-σατωβριάν
- Μπιφτέκια με πατάτες (όπως μπιφτέκια με φιλέτο, αλλά σερβίρονται με πατάτες τηγανιτές και βούτυρο σαρδέλλας)
- Μπριζόλες βοδινές εις την σχάρα (ρίγανη)
- Μπριζόλες βιδέλου με βούτυρο σαρδέλας (βούτυρο)

Μοσχάρι:

- Κοτολέτες μοσχαριού εις τη σχάρα (τις τυλίγουμε με ψίχα ψωμιού, λιώνουμε βούτυρο και τις θέτουμε μέσα κατόπιν τις ψήνουμε)

Αρνί:

- Κοτολέτες αρνίσιες εις στη σχάρα (βούτυρο)
- Κοτολέτες αρνιού με άσπρη σάλτσα(σάλτσα με μανιτάρια, λάδι, παρμεζάνα, βούτυρο και ξαναβάζουμε στη σχάρα)
- Κοτολέτες αρνιού με πουρέ πατάτας(ψήνονται στη σχάρα βουτηγμένες σε λιωμένο βούτυρο και τριμμένο ψωμί και συνοδεύονται με πουρέ πατάτας)

Χοιρινό:

- Μπριζόλαις χοιρινές εις τη σχάρα (αρωματίζουμε με αλάτι, πιπέρι, ρίγανη, θρούμπι)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- συκώτι βοδινό εις τη σχάρα (βούτυρο με μαϊντανό)
- αυτιά του χοίρου (βάζουμε να ψηθούν και σερβίρουμε με σάλτσα δυνατή)
- πόδια χοιρινά (αφού τα βράσουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)

Λουκάνικα

Γίνονται ως εξής: παίρνουμε ίσες ποσότητες χοιρινό κρέας και λαρδί, τα κοπανίζουμε να γίνουν κιμάς και κατόπιν τα βάζουμε σε μια λεκάνη. Ρίχνουμε αλάτι, πιπέρι, κανέλλα, γαρύφαλλα, πιπέρι κόκκινο, μοσχοκάρυδο, θυμάρι και δάφνη, όλα αυτά κοπανισμένα και περασμένα από κόσκινο. Με το μείγμα αυτό γεμίζουμε τα έντερα, τα οποία έχουμε εκ των προτέρων πλύνει και καθαρίσει, και δίνουμε στα λουκάνικα το μέγεθος που θέλουμε. Αν θέλουμε μπορούμε να βάλουμε και σκόρδο.

- Λουκάνικα χοιρινά (τα σοτάρουμε με βούτυρο και προσθέτουμε στο τέλος κρασί)
- Λουκάνικα κατ' άλλον τρόπον (η γέμιση γίνεται με κρέας ή κοτόπουλο, κρεμμύδια σοταρισμένα σε χοιρινό λιωμένο πάχος, ψίχουλα ψωμιού βρασμένα με γάλα, κρέατα 1 πουλερικού ψημένου στη σούβλα με ίση ποσότητα ξίγκι, κρόκους αυγών, κρέμα γάλακτος, αλάτι, μυρωδικά, όλα αυτά κοπανισμένα σε ένα γουδί για να ανακατωθούν καλά. Τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Σαρακοστιανά λουκάνικα (ψήνουμε κρεμμύδια με βούτυρο, και αντί πουλερικών και κρέατος βάζουμε ψάρι ή γαρίδες)
- Λουκάνικα φρικασέ (ψήνουμε τα λουκάνικα με λεπτές φέτες συκωτιού και πλεμονιών και όταν ψηθούν προσθέτουμε σοταρισμένα κρεμμύδια και συνεχίζουμε το σοτάρισμα, σερβίρουμε με μουστάρδα)
- Λουκάνικα με μήλα (σοτάρουμε τα λουκάνικα με βούτυρο μέχρι να ψηθούν και τα βγάζουμε από τη φωτιά. Καθαρίζουμε τα μήλα, τα κόβουμε σε φέτες και τα ψήνουμε στο ζουμί από τα λουκάνικα)
- Άσπρα λουκάνικα από πουλιά (κρεμμύδια, λαρδί, ψαχνά από 2 πουλιά, γάλα, ψωμί, μπεσαμελ, 6 κρόκους, τρούφα, μανιτάρια, πρόβεια έντερα, ψήνουμε στη σχάρα)
- Πέρδικες με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Πέρδικες με χυλό-σιπολάτα (τσιγαρίζουμε μέσα σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, βρέχουμε με κρασί και ζωμό, προσθέτουμε κρεμμυδάκια σοταρισμένα με βούτυρο, λουκάνικα, λαρδί, μανιτάρια, μυρωδικά, κάστανα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πάπια εις τη σούβλα με κάστανα (λαρδί, γεμίζουμε με κάστανα, λουκάνικο, βούτυρο, συκώτι της πάπιας, κρεμμύδι, σκόρδο, κάστανα)
- Πατάτες γεμιστές

Χοιρομέρι

- Χοιρομήρια- Τρόπος της κατασκευής αυτών. (νίτρο, αλάτι, πιπέρι, τρίβουμε τα μπούτια με αυτό το μίγμα, και τα αφήνουμε να σταθούν σε κάδο με αλάτι για 7 ημέρες. Τα βγάζουμε από την άρμη, την βράζουμε, την ξαφρίζουμε, προσθέτουμε μπαχαρικά και ζάχαρη και ξαναβάζουμε μέσα τα μπούτια. Τα αφήνουμε για 3 βδομάδες, κατόπιν τα κρεμάμε σε μέρος της καπνοδόχης να καπνιστούν. Τα τρίβουμε με μείγμα από ξύδι και κρασί, και τα ξεραίνουμε για 2η φορά. Τα διατηρούμε σε ξηρό μέρος)
- Χοιρομήρια του αγριόχοιρου (γίνονται όπως του χοίρου)
- Χοιρομήριον καπνιστό (βάζουμε μια πάστα από πίτουρο σε ένα ταψί, από επάνω θέτουμε το χοιρομήριον και από επάνω ακόμη μια πάστα από πίτουρο, το ψήνουμε στο φούρνο για 2-3 ώρες)
- Χοιρομήριον ψητό κατ' Αγγλικόν τρόπον (το περνάμε στη σούβλα και το τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, το αφήνουμε στη φωτιά για 2 ώρες βρέχοντάς το με βούτυρο)
- Μπούτι χοιρινό μισοαλατισμένο (σιγοψήνεται αφού έχει σταθεί για 8 ημέρες στην άρμη σε κατσαρόλα με άσπρο κρασί, διάφορα μυρωδικά)
- Χοιρομήριον γαρνιρισμένο με χόρτα (καθαρίζουμε το χοιρομήριο, το θέτουμε στο νερό 1 μέρα, το σιγοβράζουμε με πετσέτα για 5 ώρες, το θέτουμε με κρασί στη κατσαρόλα, και το βάζουμε στο φούρνο, το σερβίρουμε με λαχανικά και σάλτα μαδέρας)
- Χοιρομήριον κατά Ρωσσικόν τρόπον (το βάζουμε σε κατσαρόλα με κρασί, 2-3 καρότα, ρίζες, νερό, μυρωδικά, αφήνουμε να βράσει)
- Χοιρομήριον εγχώριον με πηχτή (το βράζουμε επί 4 ώρες, το τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, το σερβίρουμε με πηχτή)

Διάφορα με χοιρομήριο

- Κοτολέταις αρνιού με σάλτσα **σαμπάνιας**
- Κοτολέταις αρνιού με άσπρη σάλτσα
- Μπούτι πρόβειο εις την κατσαρόλα
- Σπάλαις αρνιού εις σχήμα πάπιας
- Πέρδικαις με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Κοτόπουλα σωταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου
- Κοτόπουλα σωταρισμένα με χοιρομήριον
- Αυγά με πιζέλια
- Μακαρόνια αλά Καλαβρέζα(με σάλτσα την οποία παρασκευάζουμε με 2 ντομάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, γλάσο, μανιτάρια, χοιρομέρι)
- Κροκέτα από μακαρόνια
- Πιλάφι κατά τον τρόπον του Μιλάνου

Ζαμπόν

Σάντουιτς:

- Φέτες-σάντουιτς με ζαμπόνι (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, ζαμπόν στο πάχος ενός ταλήρου)

Σάλτσες:

- Ισπανική σάλτσα
- Ιταλική σάλτσα
- Άσπρη σάλτσα – βελουτέ
- Σάλτσα με σπανάκια
- Σάλτσα δυνατή (πικάντ)
- Σάλτσα με σταφίδες
- Σάλτσα δυνατή για μπριζολικι χοιρινό
- Σάλτσα για Φιλέτα και κοτολέταις ζαρκαδιού(συνοδεύεται με σάλτσα που γίνεται με κρεμμύδι, ξύδι, πιπέρι, δάφνη, θυμάρι, βούτυρο σαρδέλας, ζαμπόν, σκόρδο, 4 γαρύφαλλα και κάπαρη)

Σούπες

- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)
- Σούπα με πουρέ φακών (βούτυρο, ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδι, φακές οι οποίες αφού βράσουν τις περνάμε από τρυπητό)
- Σούπα με πουρέ πιζελίων

Μαγειρευτά

- Μπούτι από αγριογούρουνο με σάλτσα
- Μπούτι πρόβειο ψητό με σκόρδο
- Μπριζολίκι χοιρινό με σάλτσα δυνατή
- Φιλέτα και κοτολέτες ζαρκαδιού(συνοδεύεται με σάλτσα που γίνεται με κρεμμύδι, ξύδι, πιπέρι, δάφνη, θυμάρι, βούτυρο σαρδέλας, ζαμπόν, σκόρδο, 4 γαρύφαλλα και κάπαρη)
- Φασιανοί στιφάτο
- Ομελέτα με ζαμπόνι
- Πιλάφι κατά τον Γαλλικόν τρόπον
- Λαζάνια –κανελόνια-παραγεμιστά
- Βολοβάν με σάλτσα
- Περίκομμα από κυνήγι

Πουρές:

- Πουρές από ξηρά φασόλια(αφού βράσουμε τα φασόλια, προσθέτουμε ζαμπόν, πράσα, κρεμμύδια, 1 καρότο, 1 ρίζα σέλινο, τα αφήνουμε να βράσουν, τα λιώνουμε και τα περνάμε από κόσκινο, προσθέτουμε βούτυρο, δυνατό ζωμό, και γλάσο των πουλιών, όταν σερβίρουμε προσθέτουμε λίγη ζάχαρη και μοσχοκάρυδο)
- Βολοβαν με σάλτσα (γεμίζουμε τα βολοβαν με σάλτσα με λαρδί, βούτυρο, ζαμπόν, αρνίσιο κρέας, συκωτάκια όρνιθας, **κρίσταις πετεινού** ζεματισμένες και καθαρισμένες, **αυγά πετεινού,** βιδελίσιες ελήλες, μυαλά κομμένα, τρούφες, μανιτάρια, άσπρο κρασί, ελιές πράσινες χωρίς τα κουκούτσια, γλάσο πουλιών)

Ζελατίνα ή ψαρόκολλα

- Πέρδικαις του φούρνου με σάλτσα (βούτυρο, σκεπάζουμε το στήθος με λαρδί, κάνουμε σάλτσα μπεσαμέλ με ζελατίνα ή ψαρόκολλα)
- Ψωμί από πέρδικαις με σάλτσα (ψαχνά από πέρδικες κοπανισμένα με βελουτέ, ζελατίνα, βούτυρο, τρούφα)
- Μπεκάτσαις εις το φούρνο με σάλτσα (λαρδί, βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με προσθήκη ζελατίνας)
- Μαγιονέζα κοτόπουλα (ψήνουμε σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, τα προσθέτουμε σε μαγιονέζα με πηχτή, αφού κρυώσουν τα βουτούμε σε πηχτή μόλις να δένει και τα θέτουμε σε φόρμα με πηχτή)
- Φιλέτα από κοτόπουλα εις ωραίαν θέαν (βούτυρο, βουτάμε τα φιλέτα σε πηχτή μόλις να δένει, τρούφα, σκεπάζουμε με πηχτή)

Γλώσσα βοδινή αλμυρή καπνιστή ή εκαρλάτ

- Κροκέτα των πουλιών (παίρνουμε τα ψαχνά από 2 πουλιά και τα λιανίζουμε, λίγα μανιτάρια, λίγη γλώσσα βοδινή αλμυρή καπνιστή και συκωτάκια πουλιών και τα βάζουμε στην κατσαρόλα, προσθέτουμε βελουτέ και 3 κρόκους αυγών, και βάζουμε στη φωτιά, ανακατώνουμε μέχρι να ψηθεί το αυγό, αποσύρουμε εν συνεχεία από τη φωτιά και με αυτό κάνουμε κροκέτες και τηγανίζουμε)
- Κροκέτα –τηγανητές από πέρδικαις (ψαχνά από πέρδικες, μανιτάρια, τρούφες, γλώσσα εκαρλάτ, βελουτέ, αλεύρι, αυγό και ψωμί τριμμένο για κροκέτα, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από συκώτι της χήνας (συκώτι της χήνας, τρούφες, γλώσσα, μπεσαμελ, γλάσο, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα από αγουρίδα (βούτυρο, αλμυρή καπνιστή γλώσσα, τρούφες, μανιτάρια, λειριά των πουλιών, σάλτσα από αγουρίδα
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)

- Καπόνι κατά τον τρόπον της Τουλώνης (βούτυρο, μπεσαμελ, το ψήνουμε βάζοντάς το σε μια φόρμα την οποία την τοποθετούμε σε ένα αγγείο με ζεστό νερό, όταν ψηθεί αναποδογυρίζουμε την φόρμα και σερβίρουμε με τρούφες, μανιτάρια, γλώσσα εκαρλατ)
- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα από αγουρίδα (βούτυρο, αλμυρή καπνιστή γλώσσα, τρούφες, μανιτάρια, λειριά των πουλιών, σάλτσα από αγουρίδα)
- Κοτολέτες πουλιών κατά τον Παρισινόν τρόπον

Γλώσσα χοιρινή καπνιστή

- Γλώσσα χοιρινή καπνιστή (γίνεται όπως το χοιρομήριο)

Σαλτσισότα

- Σαλτσισότα (το κόβουμε σε λεπτές φέτες)
- Πέρδικαις με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Κοτόπουλο γεμιστό (γέμιση με συκώτι του πουλιού, λαρδί, μανιτάρια, χόρτα, σαλτσισότο, τυλίγουμε το κοτόπουλο σε λαρδί)
- Περιστέρια εις την κατσαρόλα(σαλτσισότο, λαρδί, ψωμί τριμμένο, μανιτάρια, 2 κρόκους, συκώτια, γεμίζουμε με αυτό τα περιστέρια και ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί)
- Λάχανα κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, σπόρους ξινήθρας, λάχανο κομμένο, φέτες σαλτσισότα, ξύδι, αλάτι)

2. ΚΥΝΗΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστά:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- πουρές από όρνιθα (βράζουμε 1 όρνιθα, την κοπανίζουμε, με 5 κρόκους, 12 αμύγδαλα, και ψωμί βρεγμένο σε γάλα)
- κοτόπουλα βραστά (κοτόπουλα, νερό, ρίζες)
- Κοτόπουλα με ρύζι κατά Γαλλικόν τρόπον (βράζουμε τα κοτόπουλα με ζωμό και χόρτα, συνοδεύουμε με ρυζότο με ζωμό, παρμεζάνα, μανιτάρια, λειριά πουλιών, περιχύνουμε με βελουτέ)
- Καπόνι με χονδρό άλας (βράζουμε με χόρτα, λεμόνι, προσθέτουμε άμυλο δηλαδή πατατάλευρο)
- Καπόνια βραστά κατά τρόπον Αγγλικόν (τα γεμίζουμε με πάχος βοδινό, αυγά, ψωμί, αλείφουμε με βούτυρο και τυλίγουμε σε πετσέτα και βράζουμε)
- Φρικασέ κοτόπουλα κατά τον Γαλλικόν τρόπον (μυρωδικά, βράζουμε τα κοτόπουλα με χόρτα και μυρωδικά, με το ζουμί κάνουμε σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, αυγά, λεμόνι)
- Μπούτια γαλοπούλα κατά Ρωσσικόν τρόπον (γέμιση πουλιών με τρούφα, γεμίζουμε τα μπούτια, τα τυλίγουμε με χαρτί και τα βράζουμε με χόρτα, ζωμό)

Πουλιά

- Σούπα της πριγκιπίσσης Σοφίας (κριθάρι, στήθη πουλιών κοπανισμένα, ζωμό, μίγμα από 3 κρόκους με κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα κρέμα των πουλιών (χυλό της σούπας με βούτυρο και αλεύρι, 2 πουλιά κοπανισμένα, 5 κρόκους, βούτυρο, κρέμα, ζάχαρη, περνούμε από τρυπητό)
- Σούπα κρέμα των πουλιών με πουρέ (αφού βράσουμε το πουλί, κοπανάμε τα ψαχνά του, βάζουμε ψίχα ψωμιού, με γάλα, 4 κρόκους, νερό, φρέσκο βούτυρο)
- Σούπα της Βασιλίσσης (στήθη πουλιών, ψωμί, αμύγδαλα, κονσομέ βασιλικό)
- Σούπα κρέμα από πέρδικες (2 πέρδικες, τις κοπανίζουμε, πουρέ από φακή, χυλό της σούπας, φρέσκο βούτυρο)

Στη κατσαρόλα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μανιτάρια, μυρωδικά, αλεύρι, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Κοτόπουλα φρικασέ (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, μυρωδικά, μανιτάρια, αυγολέμονο)
- Κοτόπουλα με σάλτσα ντομάτας (βούτυρο, λεμόνι, λαρδί)
- Κοτόπουλα με σάλτσα Ιταλική (λάδι, μυρωδικά, μανιτάρια, τρούφες, σάλτσα ιταλική από μαϊντανό, κρεμμύδια, μανιτάρια, κρασί, λάδι)
- Κοτόπουλα κατά τον τρόπον των Παρισίων (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, μυρωδικά, γύρω με μανιτάρια και τρούφες)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μυρωδικά, ριζότο με χοιρομήριο, παρμεζάνα)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με σάλτσα (βούτυρο, κρασί, γλάσο, βελουτέ, χόρτα, φρέσκο βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, ζουμί, μυρωδικά, τρούφες, 3 ντομάτες, κρουτόν)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον Ινδικόν τρόπον (βούτυρο, ρύζι με πιπέρι καρίκ και βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (λάδι, κρασί, 2 κρεμμύδια, βούτυρο, σκόρδο, ντομάτες, σάλτσα ισπανική, ζουμί, χοιρομηριο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με χοιρομήριον (λάδι, βούτυρο ντομάτες, χοιρομήριο, γλασο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με αυγά (λαδί, βούτυρο, κρασί, ρίζες, τηγανιτά αυγά στο λάδι, τα σερβίρουμε με τα αυγά)

- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα από αγουρίδα (βούτυρο, αλμυρή καπνιστή γλώσσα, τρούφες, μανιτάρια, λειριά των πουλιών, σάλτσα από αγουρίδα)
- Κοτόπουλα με μπιζέλια (βούτυρο)
- Πτέρυγες των πουλιών κατά τον τρόπον της Νεαπόλεως (βούτυρο, λαρδί, σερβίρουμε με μακαρόνια, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ, τρούφες)
- Φιλέτα από κοτόπουλα κατ' άλλον τρόπον-εμπεριάλ (βούτυρο, μπεσαμελ)
- Όρνιθα με μπάμιες (βούτυρο, κρεμμυδάκι, ντομάτες, ξύδι)
- Όρνιθα με πατάτες(βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτες)
- Όρνιθα με κρομμύδια (λαρδί, κρεμμυδάκια, προσθέτουμε "άμυλον" στη σάλτσα το οποίο είναι αλεύρι της πατάτας)
- Όρνιθα παραγεμιστή με κάστανα (γιαχνίζουμε το συκώτι με βούτυρο και κρεμμύδια, προσθέτουμε τα κάστανα, ζάχαρη, σβήνουμε με ζωμό, μυρωδικά, βούτυρο)
- Όρνιθα με ρύζι (λαρδί, καρότα, ρύζι, μυρωδικά)
- Όρνιθα με κυδώνια (βούτυρο, κυδώνια, ζάχαρη)
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)
- Καρί από πουλιά με ρύζι (κρεμμύδι, σκόρδο, βούτυρο, πιπέρ καρίκ, ρύζι)
- Πάστα με σάλτσα Ισπανική(κάνουμε μια γέμιση με ψημένο κρέας από όρνιθα, τρούφαις, μανιτάρια)

Καπόνι

- Καπόνι κατά τον τρόπον της Τουλώνης (βούτυρο, μπεσαμελ, το ψήνουμε βάζοντάς το σε μια **φόρμα την** οποία την τοποθετούμε σε ένα αγγείο με ζεστό νερό, όταν ψηθεί αναποδογυρίζουμε την φόρμα και σερβίρουμε με τρούφαις, μανιτάρια, γλώσσα εκαρλατ)
- Καπόνι με ρύζι (χόρτα, ρύζι, βούτυρο, μπεσαμελ)

Γάλος-Γαλοπούλα

- Γάλος εις την κατσαρόλα(βούτυρο, μανιτάρια, κρεμμύδια, λαρδί, σκόρδο, κρασί)
- Γάλος με χόρτα διάφορα (χόρτα, ρίζες, βούτυρο, λαρδί, κρασί)
- Γάλος καπαμάς (λαρδί, ζαμπόν, περισσεύματα από μοσχαρίσιο κρέας, κρασί ή ξύδι, ρίζες, σκόρδο, κάνουμε γλασο)
- Στήθη από γαλοπούλα (λαρδί, χόρτα, κρασί, ρύζι, σερβίρουμε με βελουτέ και τρούφες)
- Γάλος γεμιστός εις την κατσαρόλα (γεμίζουμε με κιμά, λαρδί, χοιρομέρι, ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, χόρτα, κρασί, σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική και κρασί
- Άκρα του γάλου (βούτυρο, χόρτα, αυγά)
- Γαλόπουλο γεμιστό με λαρδί (γεμίζουμε με λαρδί, με τρούφα, το τυλίγουμε με λαρδί, και το ψήνουμε στο ζουμί του)
- Γαλοπούλα με ρίζες σέλινο (γεμίζουμε με ψωμί, κρεμμύδι, μυρωδικά)
- Γάλος με μακαρόνια (λαρδί, ζωμό, μπεσαμελ, μακαρόνια, παρμεζάνα, βούτυρο)

Πουλιά

- Φασιανοί με πουρέ (λαρδί, κρεμμύδια, μυρωδικά, κρασί, ζωμό)
- Φασιανοί με τρούφες (βούτυρο, μυρωδικά, ζωμό, κρασί, σάλτσα ισπανική)
- Φασιανοί στιφάτο (λαρδί, καρότα, κρεμμυδάκια, ζαμπόν, μυρωδικά, κρασί)
- Πέρδικες στιφάτο (λαρδί, κρεμμύδια, καρότα, ζωμό, μυρωδικά, κρασί)
- Πέρδικες με λάχανο (λαρδί, καρότα, κρεμμυδάκια, μυρωδικά, λάχανο, χυλό από αλεύρι και βούτυρο)
- Πέρδικες με φέτες(βούτυρο, κρεμμύδια, λαρδί, θέτουμε τα φιλέτα σε φέτες ψωμιού ψημένες στη σχάρα με σάλτσα)
- Πέρδικες με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Πέρδικες με χυλό-σιπολάτα (τσιγαρίζουμε μέσα σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, βρέχουμε με κρασί και ζωμό, προσθέτουμε κρεμμυδάκια σοταρισμένα με βούτυρο, λουκάνικα, λαρδί, μανιτάρια, μυρωδικά, κάστανα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πέρδικες με πουρέ φακές (χόρτα, ζουμί τους, λαρδί)
- Πέρδικες σοταρισμένες (χόρτα, μυρωδικά, κρασί, ζουμί τους, σάλτσα ισπανική, μανιτάρια)
- Πέρδικες με τρούφες (τσιγαρίζουμε τις τρούφες σε βούτυρο, προσθέτουμε μυρωδικά, λαρδί, και ψαχνά πουλερικών, γεμίζουμε με τη γέμιση τις πέρδικες και ψήνουμε σε σιγανή φωτιά
- Φιλέτα της μπεκάτσας εις κασίτσαις (φιλέτα από μπεκάτσες, βούτυρο, λαρδί, τρούφα, συκωτάκια πουλιών, κρασί, βάζουμε τις κασίτσαις στο φούρνο για 10΄)
- Φιλέτα από μπεκάτσες κατά τον Βασιλικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, τρούφες)
- Μπεκατσίναις της στιγμής (βούτυρο, κρεμμύδια, κρασί, λεμόνι, φλούδα λεμονιού)
- Πιλάφι με ορτύκια (βούτυρο, κρεμμύδια, ντομάτα, ρύζι, επιπλέον βούτυρο)
- Ορτύκια με σπανάκι (βούτυρο, κρασί, ζωμό κρέατος)
- Ορτύκια με μαδέρα (αλεύρι, κρασί μαδέρα)
- Αντράδα από ορτύκια (φέτες από βωδινό κρέας, μυρωδικά, βούτυρο, κρασί, ζωμό, λαρδί)
- Κορυδαλοί από ψωμάκια (βούτυρο με αλεύρι, μυρωδικά, γαρύφαλλα)

- Κορυδαλοί εις την κατσαρόλα(βούτυρο)
- Πιλάφι με μικρά πουλάκια (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, ζωμό, βούτυρο και ρύζι σε άλλη κατσαρόλα)
- Μικρά πουλάκια με κρασί (βούτυρο, κρασί)
- Πάπια με κάστανα (χώνουμε στη κοιλιά καμένο σίδερο για να αφαιρέσουμε την αποφορά, κανέλα, αλάτι, ζωμό, κάστανα)
- Πάπια με ελληαίς κατά τρόπον απλούστερον (χώνουμε στη κοιλιά καμένο σίδερο για να αφαιρέσουμε την αποφορά, κανέλα, αλάτι, ζωμό, ελιές)
- Πάπια κατά τον ισπανικό τρόπον (βράζουμε τα τεμάχια της πάπιας σε ισπανική σάλτσα)
- Παπάκια με λάχανο (βούτυρο, λαρδί, λουκάνικα, μπεσαμελ)
- Πάπια με ρέβες (χυλό με αλεύρι και βούτυρο)
- Πάπια με μπιζέλια (βούτυρο, χυλό ξανθό)
- Παπάκια με μπιζέλια (βούτυρο, λαρδί)
- Χηνόπουλο με κάστανα (βούτυρο, χόρτα, ισπανική σάλτσα)
- Χήνα καπαμάς(κεντούμε με λαρδί, κρεμμύδια, σκόρδο, μυρωδικά, ξύδι, καρότα, κρεμμυδάκια περασμένα από βούτυρο)
- Χήνα καπαμάς κατά Γαλλικόν τρόπον (λαρδί, πόδι μοσχαριού, μυρωδικά, ρίζες, ρακί, κρασί, ζωμό, σερβίρουμε με πηχτή)
- Χήνα καπαμάς κατ' άλλον τρόπον (τυλίγουμε με λαρδί, δουλεμένα με κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, τη βάζουμε στη κατσαρόλα με νερό, ρακί, κρασί, ψήνουμε για 5 ώρες)
- Τρόπος κατά τον οποίον διατηρούμε ταις φτερούγες και τα μηριά της χήνας
- Φραγκόκοτα με τρούφαις ή με γαρνιτούρα (λαρδί, βούτυρο, χόρτα, τρούφες)
- Σαλμί από κοτσύφια (βούτυρο, κρασί, μυρωδικά, σάλτσα ισπανική, μανιτάρια)
- Πιλάφι με κοτσύφια (βούτυρο, ντομάτα πελτέ, βούτυρο ρύζι καρολίνα)
- Περιστέρια με μπιζελιά (βούτυρο, μυρωδικά, μπιζέλια)
- Περιστεράκια με ρύζι (κρασί, ρύζι, πιλάφι, βούτυρο)
- Περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (γέμισμα με λαρδί, συκωτάκια από αρνί και πουλιών, ψωμί, κρόκους, γεμίζουμε τα περιστέρια και ψήνουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα ισπανική, κρασί, και ελιές πράσινες)
- Περιστεράκια με γαρνιτούρες(βούτυρο, κρασί, ντομάτα)
- Περιστεράκια με καρότα(βούτυρο)
- Περιστεράκια με φρέσκα φασόλια(βούτυρο)
- Περιστεράκια κατά τον Ισπανικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική
- Περιστεράκια με πατάτες (βούτυρο, κρασί, ντομάτα)
- Περιστέρια φρικασέ (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, μυρωδικά, μανιτάρια, αυγολέμονο)
- Περιστέρια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, αλεύρι, κρασί, ωμό, μυρωδικά κρεμμυδάκια)
- Περιστέρια εις την κατσαρόλα (σαλτσισότο, λαρδί, ψωμί τριμμένο, μανιτάρια, 2 κρόκους, συκώτια, γεμίζουμε με αυτό τα περιστέρια και ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί)
- Περιστέρια στιφάτο(τσιγαρίζουμε με βούτυρο, ξανθό χυλό, κρεμμυδάκια, κρασί, ζωμό, δάφνη, γαρύφαλλα, ξύδι)

Ζώα

- Φιλέτα ελάφου (μαρινάρουμε το κρέας, το τυλίγουμε σε λαρδί, το σοτάρουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, το βρέχουμε με ζωμό και κρασί μαύρο, προσθέτουμε μανιτάρια, μυρωδικά και αφήνουμε να σιγοψηθεί. Στο τέλος προσθέτουμε ένα χυλό από αλεύρι και βούτυρο και φιλέτα σαρδέλων)
- Κοτολέτες από ελάφι(τις ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα χόρτα και κρασί, σε δυνατή φωτιά)
- Φιλέτα και κοτολέτες ζαρκαδιού(το αφήνουμε να σταθεί 5 μέρες σε μια μαρινάτα και το τυλίγουμε με λαρδί, και το ψήνουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδια λίγο ζωμό, καρότα και ένα δεμάτι από μυρωδικά)
- Κοτολέτες ζαρκαδιού(μαρινάρεται σε μαρινάτα με λάδι, καρότο, κρεμμύδι, μαϊντανό, πιπέρι ολόκληρο και στη συνέχεια σοτάρετε στη κατσαρόλα με λαρδί, και βρέχεται με κρασί. Η σάλτσα που το συνοδεύει γίνεται με σάλτσα Ισπανική, ξύδι, και πηχτή από φραγκοστάφυλλα)
- Λαγός στιφάτο(βάζουμε το λαγό για ένα βράδυ σε ξύδι και στη συνέχεια μαγειρεύεται στη κατσαρόλα με κρεμμύδια και ντομάτα όπως το στιφάτο κρέας:βούτυρο, κρασί, σκόρδο, ντομάτα, κρεμμυδάκια, ξύδι)
- Λαγός ψητός ή σιβέ (τσιγαρίζουμε λαρδί και κρεμμύδια σε λιωμένο βούτυρο ξεχωριστά και τέλος τα κομμάτια του λαγού. Προσθέτουμε στο λαγό λίγο αλεύρι και ζωμό για να κάνουμε χυλό και ξαναβάζουμε το λαρδί, τα κρεμμύδια ενώ προσθέτουμε και μανιτάρια, πάτους αγκινάρας και ένα δεμάτι από μυρωδικά. Βρέχουμε με μαύρο κρασί και ζωμό και αφήνουμε να βράσουν σε δυνατή φωτιά μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Λιώνουμε το συκώτι με λίγη σάλτσα, ανακατώνουμε το αίμα και προσθέτουμε και αυτά στη κατσαρόλα.)
- Ψωμί από λαγό με πηχτή (κοπανίζουμε τα ψαχνά και τα φιλέτα ενός λαγού ψημένου στη κατσαρόλα, αλατοπιπερώνουμε και περνάμε από κόσκινο, προσθέτουμε 100 δράμια βούτυρο λίγο λίγο και σχηματίζουμε έναν πουρέ, τον οποίο τον χύνουμε σε μια φόρμα σαρλότου. Εν συνεχεία τη βάζουμε σε πάγο να κρυώσει και για να τη ξεφορμάρουμε την βουτάμε σε χλιαρό νερό. Την αλείφουμε με πηχτή και τη σερβίρουμε με κομμάτια πηχτής και τρούφες)
- Κοτολέτες λαγού με τρούφες (ψωμί από λαγό με πηχτή κομμένο σε σχήμα κοτολέτας)

- Λαγός εις τη χύτραν(θέτουμε το λαγό στην κατσαρόλα με λαρδί σε φέτες, μυρωδικά, κρεμμύδι, και μαύρο δυνατό κρασί, αφού πάρει μια βράση το φαγητό, αναμειγνύουμε βούτυρο με αλεύρι και το προσθέτουμε στο λαγό και αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει)
- Λαγός με βούτυρο κατά τον Αθηναϊκόν τρόπον(θέτουμε το λαγό σε πήλινο αγγείο με κρεμμυδάκια, 2-3 σκελίδες σκόρδο, αλάτι, πιπέρι, ζωμό από 2-3 λεμόνια, μυρωδικά και λίγη ζάχαρη, τον αφήνουμε να σταθεί κατ' αυτόν τον τρόπο επί 13 ώρες και κατόπιν το βάζουμε σε δυνατή φωτιά, όταν τσιγαρισθεί προσθέτουμε μια κουταλιά βούτυρο και αλεύρι και ανακατώνουμε και τέλος νερό όσο χρειάζεται για να ψηθεί.)
- Λαγός μαρινάτος εις τη σούβλα(το αφήνουμε σε μια μαρινάτα με 3 σκελίδες σκόρδο, 5 κρεμμυδάκια, αλάτι, πιπέρι, διάφορα μυρωδικά, ξύδι και λάδι για 13 ώρες, το θέτουμε σε δυνατή φωτιά και όταν αρχίσει να τσιγαρίζεται προσθέτουμε 1 κουτάλι βούτυρο και λίγο αλεύρι και ανακατώνουμε και προσθέτουμε νερό όσο χρειάζεται για να ψηθεί)
- Λαγός κατ' άλλον τρόπον(τον βάζουμε να σιγοψηθεί σε κατσαρόλα με ψιλοκομμένα κρεμμύδια, μισό ποτήρι ρακί και ένα ποτήρι άσπρο κρασί, μαϊντανό, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι και βούτυρο)
- Λαγουδάκι σοταρισμένο(σοτάρουμε στη κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά το λαγό με βούτυρο, προσθέτουμε κρεμμύδια, μανιτάρια, μαϊντανό και λίγο αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό και άσπρο κρασί και σερβίρουμε)
- Λαγός γιαχνιστός(κόβουμε το λαγό σε τεμάχια, το βρέχουμε με χυμό ενός λεμονιού και τον γιαχνίζουμε σε τηγάνι με βούτυρο, προσθέτουμε και σάλτσα ντομάτα-*ντομάτες λιαστές ουσιαστικά* και βράζουμε το λαγό)
- Φιλέτα λαγού γεμιστά (γεμίζουμε τα φιλέτα με μια γέμιση που έχουμε προηγουμένως κάνει με τα νεφρά του, περισσεύματα του λαγού, ψιλοκομμένο λαρδί, μαϊντανό, κρεμμυδάκια, μανιτάρια και τριμμένο φρέσκο ψωμί, τα δένουμε με σπάγκους και τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν με λίγο βούτυρο και διάφορα μυρωδικά. Στο τέλος προσθέτουμε και λίγο κρασί)
- Κουνέλι εις την κατσαρόλα(τσιγαρίζουμε το κουνέλι με βούτυρο και λαρδί στη κατσαρόλα, ρίχνουμε αλεύρι και κάνουμε ένα χυλό, προσθέτουμε κρεμμύδια και βρέχουμε με ζωμόν και μαύρο κρασί. Αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει σε σιγανή φωτιά)
- Κουνέλι με σάλτσα Ιταλική (γιαχνίζουμε το κουνέλι σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμυδάκια και μυρωδικά και προσθέτουμε ζωμό. Όταν βράσει συνοδεύουμε με σάλτσα Ιταλική)
- Κουνέλι κατά Γαλλικόν τρόπον (κόβουμε το κουνέλι σε τεμάχια, στύβουμε ένα λεμόνι και το περιχύνουμε και το γιαχνίζουμε με βούτυρο σε κατσαρόλα ή τηγάνι. Στο τέλος προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Κουνέλι μαρινάτο (το κόβουμε σε τεμάχια και το βάζουμε σε πήλινο δοχείο να μαριναριστεί επί 13 ώρες σε μαρινάτα με 5 κρεμμύδια σε φέτες, 3 σκελίδες σκόρδο, διάφορα μυρωδικά, αλάτι, πιπέρι, 3 φύλλα δάφνης, ξύδι και μισό ποτήρι λάδι. Το τσιγαρίζουμε σε δυνατή φωτιά στη κατσαρόλα μέχρι να τραβήξει το ξύδι και εν συνεχεία προσθέτουμε βούτυρο, αλεύρι και νερό και αφήνουμε να βράσει. Λίγο πριν κατεβάσουμε από τη φωτιά το κουνέλι, ρίχνουμε μέσα στην κατσαρόλα ψιλοκομμένο το συκώτι του κουνελιού και το αίμα του και τα ανακατεύουμε με τη σάλτσα)
- Κουνελάκια (Κόβουμε τα κουνελάκια σε τεμάχια και τα βάζουμε στην κατσαρόλα με σκόρδο, λάδι, δάφνη, αλάτι, πιπέρι να σοταριστούν σε δυνατή φωτιά, προσθέτουμε μανιτάρια και χυμό λεμονιού και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Κουνελάκι σοταρισμένο (κόβουμε το κουνελάκι σε τεμάχια, το σοτάρουμε σε δυνατή φωτιά σε κατσαρόλα, έπειτα προσθέτουμε μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, ψιλοκομμένα κρεμμύδια και λίγο αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό και κρασί και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Κεφαλή από αγριογούρουνο(την αφήνουμε να μαριναριστεί 6 ημέρες με νίτρο, και τη βράζουμε με διάφορα μυρωδικά, λαρδί, και ρίζες χόρτων, σκόρδο)
- Φιλέτο από αγριογούρουνο(κόβουμε το φιλέτο σε φέτες και σε το μαρινάρουμε 24 ώρες σε μαρινάτα, εν συνεχεία το σιγοψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδι, σκόρδο, μαϊντανό, θυμάρι, και βασιλικό ψιλοκομμένα)
- Κοτολέτες από αγριογούρουνο(αφού τις μαρινάρουμε επί 24 ώρες, τις ψήνουμε στην κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά με βούτυρο και λάδι. Συνοδεύουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Μπούτι από αγριογούρουνο(μαρινάρουμε το μπούτι 2-3 ημέρες και εν συνεχεία το τυλίγουμε με λαρδί και το ψήνουμε στην κατσαρόλα)
- Μπούτι από αγριογούρουνο με σάλτσα(αφού το μαρινάρουμε το ψήνουμε στη κατσαρόλα με ζαμπόν, λαρδί, μυρωδικά και τη μαρινάτα αφού το έχουμε σκεπάσει με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Μπορούμε να το περιχύσουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Περίκομμα από κυνήγι (ζαμπόν, κεφάλια κυνηγιού, συκωτάκια, φτερούγες, κρασί, μυρωδικά, τα βράζουμε, τα περνάμε από τρυπητό, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με το μέρος του κυνηγίου, σερβίρουμε με ψωμάκια τηγανισμένα σε βούτυρο)

Στη σούβλα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Κοτόπουλο ψητό(**κρασί μαδέρα** τυλίγουμε με λαρδί, βάζουμε πάνω σε κάρδαμο, ρίχνουμε ξύδι)
- Κοτόπουλο γεμιστό (γέμιση με συκώτι του πουλιού, λαρδί, μανιτάρια, χόρτα, σαλτσισότο, τυλίγουμε το κοτόπουλο σε λαρδί)
- Κοτόπουλα κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, τρούφες, γαρνίρονται από λειριά πετεινού, μανιτάρια, και τρούφες, θέτουμε 1 καραβίδα και 1 λειρί του πετεινού στη σούβλα)
- Κοτόπουλα ψητά εις τη σούβλα(λαρδί, βούτυρο)

- Καπόνι ψητό (λαρδί, βούτυρο)
- Γάλος ψητός (βούτυρο)
- Γάλος με γαρνιτούρες διάφορες (τυλίγουμε με λαρδί, γαρνιτούρες με λειριά και νεφρά πετεινού, μανιτάρια, καραβίδες, τρούφες ψημένες σε σαμπάνια, λειριά του πετεινού,)
- Γάλος με τρούφες κατά τον Γαλλικόν τρόπον (τον γεμίζουμε με τρούφες και λαρδί, μυρωδικά, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί)

Πουλιά

- Φασιανός ψητός (βούτυρο)
- Φασιανοί κατά τρόπον απλούν(τους σκεπάζουμε με λαρδί και τους τυλίγουμε με βουτυρωμένο χαρτί)
- Φασιανοί παραγεμιστοί (τους γεμίζουμε με κάστανα, μανιτάρια, τρούφες, τους σκεπάζουμε με λαρδί, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Αγριόπαπια με ελιές (θέτουμε 1 καμένο σίδερο στη κοιλιά της για να βγει ή αποφορά την οποία έχει. Τα ψαχνά τα βάζουμε με σάλτσα ισπανική σε κατσαρόλα και προσθέτουμε και τις ελιές)
- Αγριόπαπια εις τη σούβλα (χώνουμε καμένο σίδερο στη κοιλιά της, την περιτυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Πέρδικες εις τη σούβλα (λαρδί, βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες παραγεμιστές (γέμιση με συκωτάκια, λαρδί, κρεμμύδια, γεμίζουμε τις πέρδικες, τυλίγουμε με λαρδί και βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες με σάλτσα (τυλίγουμε με τρούφες, γαρνίρουμε με λειριά πετεινού, μανιτάρια και τρούφες, θέτουμε 1 καραβίδα, λειριά, σε μια σούβλα)
- Πέρδικες με φέτες λαρδί ψητές (λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Μπεκάτσες παραγεμιστές εις τη σούβλα (τρούφες, μυρωδικά τσιγαρίζονται στο βούτυρο και λαρδί, γεμίζουμε τις μπεκάτσες, τι τυλίγουμε σε λαδωμένο χαρτί)
- Μπεκατσίναις με τρούφες (βάζουμε τρούφες μεταξύ του δέρματος, τυλίγουμε με λαρδί και ψήνουμε)
- Μπεκάτσαις ψηταίς (τις σκεπάζουμε με λαρδί και περνάμε στη σούβλα βρέχοντάς τες με βούτυρο)
- Ορτύκια εις τη σούβλα (σκεπάζουμε με λαρδί)
- Κορυδαλλοί εις τη σούβλα (τυλίγουμε σε λαρδί)
- Μικρά πουλάκια εις την σούβλα (περνάμε στη σούβλα)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)
- Παπάκια νέα ψητά (βούτυρο)
- Πάπια εις τη σούβλα με κάστανα (λαρδί, γεμίζουμε με κάστανα, λουκάνικο, βούτυρο, συκώτι της πάπιας, κρεμμύδι, σκόρδο, κάστανα)
- Χήνα εις τη σούβλα (χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Χήνα παραγεμιστή με κάστανα (γέμιση με συκωτάκια, κρεμμύδια, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, μυρωδικά, ράβουμε τη χήνα και σουβλίζουμε)
- Κοτσύφια ψητά (λαρδί, βούτυρο,)
- Περιστέρια (τυλίγουμε με λαρδί και με αμπελόφυλλα)
- Τρυγόνια ψητά εις τη σούβλα(βρέχουμε με βούτυρο, και γαλέτα)

Ζώα

- Ελάφι ψητό(το τυλίγουμε με λαρδί και το σουβλίζουμε, σερβίρουμε με χυλό από αλεύρι, βούτυρο, λεμόνι, κάππαρη)
- Μπούτι ζαρκαδιού εις τη σούβλα(το αφήνουμε να σταθεί 5 μέρες σε μια μαρινάτα και το τυλίγουμε με λαρδί γιατί το δέρμα του είναι σκληρό, το δε κρέας του πολύ τρυφερό, το ψήνουμε στη σούβλα, σερβίρουμε με σάλτσα πολύ δυνατή)
- Λαγός εις τη σούβλα(λαρδί, σάλτσα με βούτυρο, κρεμμυδάκια, ξύδι, αίμα του λαγού, συκωτάκια λαγού)
- Λαγουδάκια ψητά(τυλίγουμε τα λαγουδάκια σε λαρδί και τα περνούμε στη σούβλα όπου και τα ψήνουμε.)
- Λαγός ψητός(τον τυλίγουμε με φέτες λαρδιού και τον ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο)
- Λαγός γεμιστός(γεμίζουμε το λαγό με μια γέμιση που κάναμε με ψαχνό χοιρινό, συκωτάκια του λαγού, κρεμμύδι, θυμάρι, αλάτι, μαϊντανό, ράβουμε το στήθος του, το δένουμε με φέτες λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντας το από καιρό σε καιρό με βούτυρο)
- Κουνέλι ψητό(τυλίγουμε τη ράχη με λαρδί, και την περνούμε στη σούβλα, τη ψήνουμε σε σιγανή φωτιά βρέχοντάς τη από καιρό σε καιρό με βούτυρο. Συνοδεύουμε είτε με σάλτσα δυνατή είτε με άλλη που κάνουμε με τσιγαρίζοντας το συκώτι του κουνελιού σε βούτυρο με κρεμμυδάκια και βρέχοντάς το με κρασί, το αίμα **τ**ου κουνελιού και ξύδι ή καλύτερα λεμόνι)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Κοτόπουλα σοταρισμένα με ντομάτα (σοτάρουμε 3 κοτόπουλα με βούτυρο, σβήνουμε με άσπρο κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε διάφορα χόρτα, κόβουμε 10 ντομάτες, σκόρδο, βάζουμε στο φούρνο)

- Μπούτια από κοτόπουλα εν είδει χοιρομηρίων (γεμίζουμε τα μπούτια με γέμισμα πουλιών, τα σιγοψήνουμε στο φούρνο πάνω σε λαρδί, με χόρτα, καλυμμένα με βουτυρωμένο χαρτί, γαρνιτούρα από μανιτάρια, γλυκάδια αρνιού, τρούφα)
- Κοτόπουλα ψητά εις το φούρνο(βρέχουμε με βούτυρο)
- Γάλος με τρούφες κατά τον Ισπανικόν τρόπον (τον γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών, τυλίγουμε με λαρδί και σε πετσέτα και ψήνουμε)
- Γάλος με κάστανα (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, αλείφουμε κάστανα με γλασο και σερβίρουμε)
- Γαλόπουλο με τρούφες ψητό (λαρδί, τρούφες, 1 ποτηράκι μαρσαλά, 1 κονιάκ, γεμίζουμε το γάλο, τυλίγουμε με χαρτί με βούτυρο, ψήνουμε)
- Μπούτια από γαλοπούλα κατά Ιταλικόν τρόπον(γεμίζουμε τα μπούτια με τούφες και γέμιση των πουλιών, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί, τα ποτίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με ρυζότο κατά τον τρόπον του Μιλάνου)
- Κοτόπητα(πάστα σφολιάτας, γέμιση με όρνιθα την οποία έχουμε γιαχνίσει με κρεμμύδια, βούτυρο, αφαιρούμε τα κόκαλα, προσθέτουμε τριμμένο ψωμί, 6-8 αυγά, μυρωδικά, ανακατώνουμε, βάζουμε στην πάστα και ψήνουμε)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)

Πουλιά

- Αγριόπαπια εις το φούρνο (θέτουμε σίδερο καμένο στη κοιλιά της, αλάτι, ρίγανη, λάδι, μυρωδικά ντομάτα)
- Φιλέτα από πέρδικες με πουρέ φάκες (τυλίγουμε τα φιλέτα σε λαρδί, βούτυρο, και λαρδί στο σκεύος, ψήνουμε στο φούρνο)
- Πέρδικες του φούρνου με σάλτσα(βούτυρο, σκεπάζουμε το στήθος με λαρδί, κάνουμε σάλτσα μπεσαμέλ με ζελατίνα ή ψαρόκολλα)
- Παστίτσια κρύα από πέρδικες (αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, βάζουμε μπούτια και στήθια περδίκων, λαρδί, κρασί, χοιρινό, τρούφες, σκεπάζουμε το γέμισμα με λαρδί, ψήνουμε στο φούρνο, χύνουμε στο παστίτσιο πηχτή, αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε)
- Παστίτσι κρύο από μπεκάτσες (όπως παστίτσι από πέρδικες, βούτυρο, λαρδί, πηχτή)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο (λαρδί, γαρνίρουμε με φέτες ψωμί με γέμισμα από τα εντόσθια τους γιαχνισμένα με κρεμμύδι, βούτυρο και μυρωδικά.)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο με σάλτσα (λαρδί, βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με προσθήκη ζελατίνας)
- Σαλμί από μπεκάτσες με τρούφες (σκεπάζουμε τις μπεκάτσες με λαρδί και ψήνουμε στο φούρνο, κάνουμε μια σάλτσα με τρούφες και κρασί μαδέρα, σάλτσα ισπανική και μυρωδικά)
- Μπριζόλες από ορτύκια σοταρισμένα με γαρνιτούρα από σπαράγγια (βούτυρο)
- Μπριζόλες από ορτύκια με γαρνιτούρα από φασόλια πράσινα (βούτυρο)
- Ορτύκια εις το πιάτο (γεμίζουμε με γέμισμα από πουλερικά, πιάτο που αντέχει στη φωτιά, σκεπάζουμε με γέμισμα, βάζουμε τα ορτύκια και ανάμεσα γέμισμα, σκεπάζουμε με λαρδί, βάζουμε στο φούρνο σκεπάζοντάς το με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Συνοδεύουμε με σάλτσα με τρούφες και μανιτάρια και κρασί μαδέρας)
- Ορτύκια με μπιζέλια (βούτυρο, κρασί)
- Φάσες παραγεμιστές (τσιγαρίζουμε τα συκωτάκια τους με γιαχνισμένο κρεμμύδι, σταφίδα κορινθιακή, ψωμί, γάλα, τις γεμίζουμε και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Πάπια με ελληαίς (γεμίζουμε τις ελιές με γέμισμα από πουλερικά, τις ζεματάμε και τις βάζουμε σε φόρμα με φέτες από πάπια και μανιτάρια, ψήνουμε στο φούρνο)
- Πάπιαις άγριαις (βούτυρο, σάλτσα ισπανική, ελιές πράσινες)
- Χηνόπουλα ψητά (βούτυρο)
- Μπριζόλες από περιστεράκια με σέλινο κατά Γαλλικόν τρόπον (σοτάρουμε τις μπριζόλες για 5 λεπτά την κάθε πλευρά σε δυνατό φουρνέλο)
- Μπριζόλες από περιστεράκια με καρότα (σοτάρουμε τις μπριζόλες για 5 λεπτά την κάθε πλευρά σε δυνατό φουρνέλο)
- Περιστέρια ψητά(λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Περιστέρια με ρέβες και καρότα (βούτυρο, καρότα, ρέβες, λάχανο, σάλτσα ισπανική, σε φόρμα σαρλότου, 6 περιστέρια ψημένα χωρίς κόκαλα και χωρίς δέρμα)
- Μικρά παστιτσάκια (πάστα σφολιάτα, γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών)

Ζώα

- Λαγός εις το φούρνο με σκορδαλιά (τον ψήνουμε στο ταψί πάνω σε ξυλαράκια)
- Λαγός εις τη καραβάνα(γαρνίρουμε τον πάτο της καραβάνας με λαρδί και βάζουμε εντός τον λαγό ψιλοκομμένο μαζί με ένα κομμάτι χοιρινό και λίγο μοσχάρι, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, θυμάρι, δάφνη, βρέχουμε με ρακί και θέτουμε από πάνω φέτες λαρδί. Σκεπάζουμε την καραβάνα με το σκέπασμά της και την αφήνουμε στο φούρνο να ψηθεί ο λαγός επί 4 ώρες)

Στη σχάρα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Φιλέτα των πουλιών εις τη σχάρα(κοτόπουλα, αυγό, βούτυρο, τριμμένο ψωμί, λιωμένο βούτυρο)

- Κοτόπουλα κοκκινιστά (σοτάρουμε σε βούτυρο, μυρωδικά, τυλίγουμε σε βούτυρο και τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Κοτόπουλα εις τη σχάρα ψητά-αλά σέντ μενεχούλτ (ψήνουμε στην κατσαρόλα τα φιλέτα με βούτυρο και κρασί, σκόρδο, μυρωδικά, κτυπάμε αυγά, βουτάμε μέσα τα ψημένα κοτόπουλα τυλίγουμε σε ψωμί, σε βούτυρο, έπειτα 2 φορά σε ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)

Πουλιά

- Πέρδικες εις τη σχάρα (βούτυρο με μαϊντανό και χυμό λεμονιού)
- Πέρδικες με τριμμένο ψωμί (τις μουσκεύουμε σε λιωμένο βούτυρο, τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε)
- Πέρδικες εις χαρτί με βούτυρο(τσιγαρίζουμε τις πέρδικες στο βούτυρο, τσιγαρίζουμε κρεμμύδια, μανιτάρια με αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό, τυλίγουμε με αυτά τις πέρδικες και με λαρδί, και έπειτα σε χαρτί βουτυρωμένο και ψήνουμε)
- Πέρδικες με σάλτσα (σχίζουμε στη ράχη, τις σκεπάζουμε με λάδι ή βούτυρο, με μανιτάρια, μαϊντανό, κρεμμύδια, ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Ορτύκια σχάρας με σάλτσα (τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί, δεν τα βουτάμε σε βούτυρο γιατί είναι παχιά)
- Ορτύκια με κληματόφυλλα (λαρδί, κληματόφυλλα)
- Περιστέρια με σάλτσα αυγών (βούτυρο, τριμμένο ψωμί, χόρτα)
- Μπριζόλες από περιστέρια (βούτυρο, τριμμένο ψωμί)
- Περιστεράκια εις το χαρτί (μυρωδικά, χαρτί αλειμμένο με λάδι, τυλίγουμε τα περιστέρια και ψήνουμε στη σχάρα)
- Περιστέρια εις το χαρτί κατά τον Αιγυπτιακόν τρόπον (μαρινάτα με λάδι, λεμόνι, τυλίγουμε σε χαρτί με λάδι τα περιστέρια και ψήνουμε στη σχάρα)
- Περιστέρια εις τη σχάρα(αλά κραποντίν) (ψήνουμε με ζουμί)
- Τρυγόνια εις τη σχάρα(γαλέτα, βούτυρο)

Ζώα

- Κουνελάκι με σάλτσα αυγών(κόβουμε το κουνέλι σε τεμάχια, τα μαρινάρουμε σε μια μαρινάτα και εν συνεχεία τα τυλίγουμε με τριμμένο ψωμί και χτυπημένο αυγό και τα ψήνουμε στη σχάρα, βρέχοντάς τα από καιρό σε καιρό με τη μαρινάτα. Αν θέλουμε περιχύνουμε όταν τα σερβίρουμε με σάλτσα αυγών)
- Κουνελάκι εις τη σχάρα(κόβουμε 2 κουνελάκια σε τεμάχια, τα μαρινάρουμε σε μαρινάτα με λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ψιλοκομμένα μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι για 4 ώρες, τα τυλίγουμε κατόπιν με φέτες λαρδί και εν συνεχεία με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο στο εσωτερικό και τα ψήνουμε στη σχάρα, σε σιγανή φωτιά)

Στο τηγάνι:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Κοτολέτες πουλιών κατά τον Παρισινόν τρόπον(ψήνουμε 2 κοτόπουλα, ανακατεύουμε τα ψαχνά τους με μπεσαμελ , 1 κουτί μανιτάρια, τρούφα, γλώσσα, 5 κρόκους, δίνουμε το σχήμα κοτολέτας αλευρώνουμε και βουτάμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτόπουλα τηγανιτά κατά τον τρόπον της Βιέννης (καθαρίζουμε τα κοτόπουλα βρέχουμε με βούτυρο, τυλίγουμε σε γαλέτα και βουτούμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από κοτόπουλο (τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα (σκεπάζουμε τα φιλέτα με γέμισμα, τυλίγουμε σε φριτούρα, σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, 4 κρόκους, ξύδι, κρεμμύδι, μουστάρδα, μοσχοκάρυδο)
- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα-βιλεροά (βούτυρο, βελουτέ στην οποία προσθέτουμε την ουσία από 1 κουτί μανιτάρια και 3 κρόκους, βουτάμε τα φιλέτα στη σάλτσα, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί, και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα – τηγανίταις από κοτόπουλα (βούτυρο, μανιτάρια, αλεύρι, κρέμα, κόβουμε το κρέας ψημένο από την προηγούμενη μέσα στη σάλτσα, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε)
- Πουλερικά εις την άρμη (μπορούμε να βάλουμε κάθε είδος πουλερικού στην άρμη, από μισό ξύδι, μισό ζωμό, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, βάζουμε πάνω σε ζεστή στάκτη, τα πλένουμε, τα τυλίγουμε σε αυγό και αλεύρι και τηγανίζουμε)

Πουλιά

- Κροκέτα των πουλιών (παίρνουμε τα ψαχνά από 2 πουλιά και τα λιανίζουμε, λίγα μανιτάρια, λίγη γλώσσα βοδινή αλμυρή καπνιστή και συκωτάκια πουλιών και τα βάζουμε στην κατσαρόλα, προσθέτουμε βελουτέ και 3 κρόκους αυγών, και βάζουμε στη φωτιά, ανακατώνουμε μέχρι να ψηθεί το αυγό, αποσύρουμε εν συνεχεία από τη φωτιά και με αυτό κάνουμε κροκέτες και τηγανίζουμε)
- Κροκέτα από φασιανό (κοπανίζουμε τον φασιανό, σάλτσα ισπανική, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Κροκέτα –τηγανίταις από πέρδικες (ψαχνά από πέρδικες, μανιτάρια, τρούφες, γλώσσα εκαρλάτ, βελουτέ, αλεύρι, αυγό και ψωμί τριμμένο για κροκέτα, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από ορτύκια (τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό, τηγανίζουμε)
- Φριτούρα από πουλιά κατά Ιταλικόν τρόπον (μαρινάτα με λάδι, λεμόνι, μυρωδιά κρεμμύδια, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό, τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Κοτολέτες από περιστέρια (τα ψήνουμε με βούτυρο, δίνουμε το σχήμα της κοτολέτας, γεμίζουμε με χόρτα, βουτάμε σε ψωμί τριμμένο και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)

- Συκωτάκια των πουλιών σοταρισμένα με μανιτάρια (λαρδί, βούτυρο, συκωτάκια, κρεμμύδι, σβήνουμε με κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε 1 κουτί μανιτάρια)
- Μπουρεκάκια (κόβουμε μια πάστα σφολιάτα σε τεμάχια και τα γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών και στη συνέχεια τα τηγανίζουμε σε φριτούρα με βούτυρο)

Ζώα

- Λαγός με κρομμυδάκια (αφήνουμε το λαγό να σταθεί σε μαρινάτα με λάδι, ξύδι, πιπέρι σε κόκκους, φύλλο δάφνης, γαρύφαλλα και ψιλοκομμένα χόρτα για 2 ώρες, και στη συνέχεια τον τηγανίζουμε σε λάδι**.** Βάζουμε τα τηγανισμένα κομμάτια σε κατσαρόλα, όπου προσθέτουμε τα ψιλοκομμένα χόρτα από τη μαρινάτα, λίγο αλεύρι, 1 μεγάλο ποτήρι κρασί Σόλωνος και 3 κουταλιές ζωμό και αφήνουμε να βράσουν. Τηγανίζουμε κρεμμυδάκια, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα, μαζί με λίγη ζάχαρη και ζωμό κρέατος και την τοποθετούμε στο φούρνο να γλασαρισθούν προσέχοντας όμως να μη μι λιώσουν. Σερβίρουμε το λαγό με τα κρεμμυδάκια)

Στον πάγο:

- Ψωμί από πέρδικες με τρούφες (ψαχνά από ψημένες πέρδικες, κοπανίζουμε με συκωτάκια πουλιών ενώνουμε με τρούφα, γλάσο, πηχτή, βούτυρο. Βάζουμε τον πουρέ στη πάγο)
- Ψωμί από πέρδικες με σάλτσα (ψαχνά από πέρδικες κοπανισμένα με βελουτέ, ζελατίνα, βούτυρο, τρούφα)
- Κοτολέτες από μπεκάτσες κρύες(ψήνουμε τις μπεκάτσες, κόβουμε τα ψαχνά μαζί με συκωτάκια χήνας, μανιτάρια, τρούφες, ανακατώνουμε με βελουτέ, προσθέτουμε ζελατίνα, την οποία έχουμε μουσκέψει στο νερό, γεμίζουμε 12 φόρμες, και βάζουμε στον πάγο)
- Μαγιονέζα κοτόπουλα (ψήνουμε σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, τα προσθέτουμε σε μαγιονέζα με πηχτή, αφού κρυώσουν τα βουτούμε σε πηχτή μόλις να δένει, τα θέτουμε σε φόρμα με πηχτή και βάζουμε στον πάγο)
- Φιλέτα από κοτόπουλα εις ωραίαν θέαν (βούτυρο, βουτάμε τα φιλέτα σε πηχτή μόλις να δένει, τρούφα, σκεπάζουμε με πηχτή, βάζουμε στον πάγο)

Στο πιάτο:

- Πέρδικες εις το πιάτο (κόβουμε πέρδικες ψημένες την προηγούμενη μέρα, βάζουμε ζωμό, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ξύδι σε ένα πιάτο που αντέχει τη φωτιά, θέτουμε βούτυρο, κομμένα κρεμμύδια και ψωμί τριμμένο, θέτουμε από πάνω τις πέρδικες και τις ψήνουμε και σερβίρουμε ζεστές)
- Πέρδικες μαγιονέζα (περισσεύματα των περδίκων, τοποθετούμε στο πιάτο, σκεπάζουμε με μαγιονέζα, αυγά βραστά, πηχτή, τρούφαις, κόρες ψητές)
- Πέρδικες σαλάτα (κόβουμε σε τεμάχια τις ψητές πέρδικες, θέτουμε καρδιές μαρουλιού, με αυγά, κάπαρη, φιλέτα σαρδέλας, πιπέρι και σάλτσα)

Φουά γκρά- Συκώτι της χήνας

- Συκώτι της χήνας με γαρνιτούρες από τρούφες
- Κροκέτα από συκώτι της χήνας (συκώτι της χήνας, τρούφες, γλώσσα, μπεσαμελ, γλάσο, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Συκωτάκια της χήνας εις αγγείο (τοποθετούμε το συκώτι αφού το βράσουμε σε αγγεία με χοιρινό πάχος**)**
- Συκωτάκια της χήνας με τρούφες (τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Ψωμί από συκώτι της χήνας(φόρμα με πηχτή, συκώτι της χήνας, στον πάγο, σερβίρουμε)
- Συκώτι της χήνας εις σαρλότο (κουτί συκώτι της χήνας, πηχτή
- Μικρές κασίτσαις με συκώτι της χήνας(βούτυρο, τρούφα, μανιτάρια, συκώτι χήνας, γέμισμα πουλιών, γλάσο, ψήνουμε στο φούρνο, περιχύνουμε με σάλτσα μαδέρας)
- Συκώτι της χήνας (σαλπικόν: συκώτι της χήνας, στήθη του πουλιού, μανιτάρια, γλυκάδια μοσχαριού, μπεσαμελ)
- Φέτες-σάντουιτς με συκώτι της χήνας (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, συκώτι της χήνας)

3. ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Λαβράκι βραστό με σάλτσα μαγιονέζας (χόρτα, ρίζες, κονιάκ, λεμόνι, νερό, βράζουμε)
- Λαβράκι βραστό με σάλτσα καραβίδας (χόρτα, ρίζες, λάδι, λεμόνι, νερό, βράζουμε)
- Λαβράκι βραστό με σάλτσα δυνατή (χόρτα, ρίζες, λάδι, λεμόνι, νερό, βράζουμε)
- Λαβράκι βραστό (ζουμί χόρτων, σερβίρουμε με σάλτσα από κάπαρη: βούτυρο, ξύδι, κάπαρη)
- Λαβράκι με μαύρο βούτυρο (βράζουμε περιχύνουμε με μαύρο βούτυρο)
- Τεμάχιον από λαβράκι-αλά Ρωμαίν (τυλίγουμε σε καθαρό πανί, βράζουμε σε νερό με άσπρο κρασί, χόρτα, εν συνεχεία το βάζουμε σε ταψί με κρασί, γλάσο και βούτυρο, και χύνουμε μια σάλτσα με σταφίδες, χάρη ξύδι, σάλτσα ισπανική και λίγο γλάσο)
- Ψάρι μαγιονέζα Αθηναϊκή (βράζουμε με χόρτα, ξύδι, λεμόνι)
- Ψάρι καλκάνι του αρχιναυάρχου Κανάρη (γέμισμα από μπακαλιάρους, μανιτάρια, βράζουμε σε καλκανιέρα με νερό, μυρωδικά, το σερβίρουμε με εντράδα από γλώσσες σοταρισμένες με μπεσαμελ και στρείδια)
- Κεφάλι σφυρίδας με γαρίδας(ψαριέρα)
- Φέτες ψαριού με πηχτή(βράζουμε τη σφυρίδα, σερβίρουμε με πηχτή)

- Συναγρίδα με σάλτσα (βράζουμε σε ζωμό χόρτων και κρασί άσπρο, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, σερβίρουμε με σάλτσα με διάφορα μυρωδικά και χόρτα και μαύρο κρασί, σκόρδο, βούτυρο, πιπεριά, σάλτσα ισπανική, ζωμό βιδέλου)
- Συναγρίδα κρύα με σάλτσα (γεμίζουμε με γέμιση από ψάρι, δένουμε με σπάγκο, βράζουμε με ζωμό από χόρτα σερβίρουμε με βούτυρο δουλεμένο με βούτυρο γαρίδας, τριγυρίζουμε το κάτω μέρος του ψαριού με πηχτή , αυγά, γαρίδες, τρούφες, και σερβίρουμε με σάλτσα η οποία γίνεται με σαρδέλες, μουστάρδα, μαγιονέζα, αγγουράκια και κάπαρη)
- Ψάρι βραστό και παραγεμιστό κατ' Αγγλικόν τρόπον (γεμίζουμε με γέμισμα με ψάρι με βούτυρο αστακού, βράζουμε σε νερό, σερβίρουμε με βούτυρο του αστακού)
- Λουκάνικα από ψάρι κατά τον τρόπον της Πολωνίας (γέμισμα ψαριού σε σχήμα S, το ζεματίζουμε και τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό)
- Σμαρίδες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (νερό, κρασί, λεμόνι, λάδι, όταν βράσουν ρίχνουμε τις σμαρίδες)
- Μπακαλιάρος (ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό)
- Μπακαλιάρος με γαρνιτούρα(τον ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, τον θέτουμε σε πιάτο με σκόρδο, κρεμμύδια, λάδι, λεμόνι, το βάζουμε σε σιγανή φωτιά)
- Μπακαλιάρος με άσπρη σάλτσα (ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, σερβίρουμε με μπεσαμελ)
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό (ξαλμυρίζουμε, ψήνουμε σε γάλα, βούτυρο, χόρτα)
- Μπακαλιάρος με σάλτσα από κάπαρη(ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, σερβίρουμε με σάλτσα από κάπαρη)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον(ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, τον βάζουμε σε λιωμένο βούτυρο με νερό ή γάλα, προσθέτουμε φιλέτα σαρδέλων, σκόρδο, τρούφαις, μαϊντανό, και σιγοβράζουμε)
- Μπακαλιάρος σε φέταις-μπουγιαμπέζ (φρέσκος μπακαλιάρος, λάδι, σκόρδο, κρεμμύδι, λεμόνι, ντομάτα, πατάτες, άνηθο, σκεπάζουμε το ψάρι με κρασί άσπρο και ζεστό νερό και βράζουμε, ρίχνουμε ζαφορά)
- Συάκι βραστό(το αλείφουμε με λεμόνι και το βράζουμε)
- Συάκι κατά τον ολλανδικόν τρόπον (το βράζουμε σερβίρουμε με βούτυρο και λεμόνι)
- Ψάρι με σάλτσα Ολλανδική (βράζουμε με ζωμό με χόρτα, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Ψάρι γλώσσες κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (βράζουμε με χόρτα, κρασί, νερό, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Συάκι με ζωμόν χόρτων(βράζουμε με νερό, μυρωδικά, λεμόνι, κρασί,)
- Συάκι με σάλτσα από γαρίδες (βράζουμε με νερό, κρασί άσπρο, ξύδι)
- Σκουμπριά με μάραθρο(βράζουμε σε νερό με αλάτι και μάραθο, συνοδεύουμε με σάλτσα από βούτυρο και μάραθο)
- Φαγητόν από διάφορα ψάρια (Κέφαλο, σκορπιούς, καλκάνι, χέλι, χελιδονόψαρο, μπαρμπούνια καθαρισμένα, πλυμένα και κομμένα σε τεμάχια, τα βράζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδι, μαϊντανό, σκόρδο, ρίγανη, λάδι, ζαφορά, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι, μάραθο, βασιλικό και το χυμό 2 λεμονιών)
- Χέλι γεμιστό (κόβουμε το κεφάλι, αφαιρούμε το κόκαλο, αρωματίζουμε με μαδέρα, γεμίζουμε με ψαχνό ψαριού, κρόκους, πανάδα, λαρδί, τρούφες, φιστίκια πράσινα, ράβουμε το χέλι αφού το γεμίσουμε , τυλίγουμε σε καθαρό πανί, βράζουμε σε ζουμί χόρτων, κόβουμε σε φέτες και σερβίρουμε με σαλάτα και μαγιονέζα)
- Ζουμί από ψάρι(σκορπίδια, χέλι, κωβίδια, αφού τα βράσουμε με λαχανικά τα περνάμε από κόσκινο και μεταχειριζόμαστε για σάλτσες σαρακοστιανές)

Κατσαρόλα :

Ψάρια

- Φιλέτο από μπαρμπούνια με σάλτσα από μανιτάρια (σοτάρουμε με βούτυρο)
- Ψάρια πισιά κατά τον Γερμανικόν τρόπον (γλώσσες, βούτυρο, λεμόνι, ρίζες)
- Σολομός μαγιονέζα (με μανιτάρια, καρότα,)
- Σολομός κατά τον χωρικόν τρόπον(μανιτάρια, καρότα, ζωμό, κρασί, βούτυρο σαρδέλας με αλεύρι)
- Σολομός κατά τον τρόπον της Βενετίας(βούτυρο, γιαχνίζουμε)
- Γλώσσες κατά τον Νορμανδικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί)
- Φιλέτα από γλώσσαις (μαρινάρουμε σε λάδι και λεμόνι, τα ψήνουμε με βούτυρο, και κρασί, κάνουμε σφαιρίδια με περισσεύματα ψαριών τηγανισμένα, σερβίρουμε με σάλτσα βελουτέ με στρείδια, τρούφες και ουρές γαρίδων)
- Γλώσσες ψάρι-αλά μπρετόν (καρότα, μανιτάρια μαϊντανό, ψήνουμε τις γλώσσες με βούτυρο και κρασί, περιχύνουμε με βελουτέ)
- Ορεκτικόν –ραγού- από φιλέτα των πισιών –γλωσσών κατά τον τρόπον της Βενετίας (κόβουμε σε φέτες, σοτάρουμε σε βούτυρο, σερβίρουμε με εντράδα και σκεπάζουμε με σάλτσα Βενετίας)
- Ορεκτικόν-ραγού- από λεπτές φέτες καλκανίου κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (κόβουμε σε φέτες τα φιλέτα τα σοτάρουμε με βούτυρο, ρίχνουμε σάλτσα ολλανδική)
- Ορεκτικόν ραγού από φέτες μπακαλιάρων με σάλτσα ματελοτ (σοτάρουμε με βούτυρο, η σάλτσα ματελότ γίνεται με μαύρο κρασί Σαντορίνης, αρωματικά, μπεσαμελ, βούτυρο και ουσία σαρδέλας)
- Μπακαλιάρος πλακί Ελληνικός (σοτάρουμε το κρεμμύδι σε λάδι, προσθέτουμε ντομάτα λιωμένη, σκόρδα, νερό, τον ξαλμυρισμένο μπακαλιάρο, αρκετές σταφίδες, μαϊντανό, ξινήθρα, σέσκουλα, πιπέρι κόκκινο και αφήνουμε να βράσει για 20 λεπτά)

- Μπακαλιάρος κοπανιστός (ξαλμυρίζουμε, αφαιρούμε τα κόκαλα και τα δέρματα, κοπανίζουμε σε γουδί προσθέτουμε λάδι, βάζουμε σε κατσαρόλα και ανακατεύουμε, προσθέτουμε γάλα, όταν γίνει το μείγμα στέρεο, το βγάζουμε από τη φωτιά)
- Χέλι με σάλτσα(βράζουμε νερό με ξύδι, προσθέτουμε το χέλι να βράσει, το βάζουμε μετά σε κατσαρόλα να ψηθεί σε μια σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, κρασί, μανιτάρια, μυρωδικά, λεμόνι και κρόκους αυγών)
- Χέλι κατά τον Ιταλικόν τρόπον (ψήνουμε το χέλι με άσπρο κρασί, το σοτάρουμε μετά με βούτυρο, κρεμμύδια, μανιτάρια, αφήνουμε να δέσει η σάλτσα)
- Φιλέτα από σκουμπριά σοταρισμένα (βούτυρο, ψήνουμε στη κατσαρόλα)

Στη σχάρα:

<u>*Ψάρια*</u>

- Μπαρμπούνια σχάρας με λαδόξιδο
- Μπαρμπούνια σχάρας κατ' άλλον τρόπον (λάδι)
- Ψάρι με σάλτσα αυγών (λάδι, λεμόνι, συναγρίδα)
- Ψάρι με σάλτσα σαρδέλας (μαρινάρουμε με λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε στη σχάρα, περιχύνουμε με σάλτσα σαρδέλας)
- Λαβράκι με σάλτσα από μαϊντανό(μαρινάρουμε με λάδι, κρεμμύδι, αλάτι, μαϊντανό, ψήνουμε στη σχάρα τοποθετώντας πάνω από το ψάρι μαρινάτα με χόρτα, σερβίρουμε με σάλτσα από μαϊντανό)
- Τόνος εις τη σχάρα(λάδι, μαϊντανό, χόρτα σερβίρουμε με σάλτσα βουτύρου)
- Σολομός με σάλτσα Ολλανδική (λάδι, ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Σολομός με κάπαρη (μαρινάρουμε σε λάδι, τυλίγουμε σε χαρτί με βούτυρο, σερβίρουμε με σάλτσα κάπαρης)
- Σολομός με λιωμένο βούτυρο (βούτυρο)
- Φρύσαις φρέσκιας εις τη σχάρα (στη σχάρα)
- Φρύσαις με σάλτσα από κάπαρη(στη σχάρα)
- Φρύσαις με σάλτσα μουστάρδα(στη σχάρα)
- Φιλέτα φρύσαις με σάλτσα ταρτάρα (τυλίγουμε σε ψωμί και λιωμένο βούτυρο, ψήνουμε στη σχάρα)
- Ρέγκες κοπανιστές (τις ψήνουμε στη σχάρα, και τις σερβίρουμε με λαδολέμονο)
- Χέλι μαρινάτο εις την σχάρα (κόβουμε σε τεμάχια, σοτάρουμε με βούτυρο, βάζουμε με διάφορα χόρτα και μυρωδικά να μαριναριστούν, τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)
- Σκουμπρί εις τη σχάρα με σάλτσα μαϊντανού(τα βρέχουμε με ελαιόλαδο, τα ψήνουμε στη σχάρα και σερβίρουμε με σάλτσα μαϊντανού: βούτυρο με μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Κολιοί ψητοί (ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι, μαϊντανό)
- Κολιοί με σάλτσα μαϊντανού (ψήνουμε στη σχάρα, προσφέρουμε σάλτσα μαϊντανού με βούτυρο)
- Κολιοί με σάλτσα δυνατή(σχάρα, σάλτσα δυνατή)

Στο φούρνο:

- Μπαρμπούνια εις το χαρτί (***λάδι, ρίγανη, λεμόνι)***
- Μπαρμπούνια εις το πιάτο(βούτυρο, μανιτάρια, κρασί)
- Ψάρι λαβράκι γεμιστό (γέμιση με ψαχνό ψαριού, βούτυρο, πανάδα, αυγά, τυλίγουμε το ψάρι με λαρδί, το ψήνουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με ζωμό ψαριού, ουσία στρειδιών, και ουσία μανιταριών)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Μιαούλη(λαρδί, σαμπάνια, βούτυρο, γέμισμα με ψαχνά)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Σαχτούρη(βούτυρο από αστακό, γέμισμα, λαρδί, βούτυρο)
- Τεμάχιον από λαβράκι γκλασαρισμένο με μαδέρα (βούτυρο, μαδέρα, σκεπάζουμε με λαρδί, χόρτα, κρασί, βουτυρωμένο χαρτί, βάζουμε στο φούρνο, βάζουμε σάλτσα ισπανική, σερβίρουμε με μπουκέτα από μύδια, και γαρίδες)
- Γλώσσαι εις το πιάτο(βούτυρο, μανιτάρια, κρεμμύδια, ψωμί, κρασί, ζουμί)
- Σάλτσα από φιλέτα ή ψαχνά ψαριού(βάζουμε τα φιλέτα από τα μελανούρια σε ταψί με βούτυρο, και τα βάζουμε στο φούρνο για 10 λεπτά, σερβίρουμε με μαγιονέζα, και σαλάτα)
- Ψάρι εις το φούρνο με μανιτάρια (μανιτάρια σοταρισμένα με βούτυρο, γλασο, λιωμένο βούτυρο, ψάρια κρασί)
- Ψάρι πλακί εις το φούρνο Ελληνικό (ξινήθρα, μαϊντανό, σέσκουλα, σκόρδα, ψάρι, λάδι, ντομάτες σε φέτες)
- Κοκίλια του ψαριού(παίρνουμε τα ψαχνά ενός ψαριού σε κομμάτια, ρίχνουμε ψιλοκομμένη τρούφα, μαϊντανό, άσπρη σάλτσα με μανιτάρια και γεμίζουμε κοκίλια, ρίχνουμε από πάνω τριμμένο ψωμί και βούτυρο και τοποθετούμε σε μια λαμαρίνα την οποία την βάζουμε στο φούρνο)
- Ψάρι με γαρνιτούρες-κομπασερές (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί με βούτυρο, μανιτάρια, σάλτσα ισπανική, κρασί μαδέρα, γαρνίρουμε με πράσινες ελιές)
- Σφυρίδα-αλά ρεζάνς (λαρδί, χαρτί βουτυρωμένο, χόρτα, μανιτάρια)
- Φέτες ψαριού εις το φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (βούτυρο, περιχύνουμε με βούτυρο από γαρίδες και σάλτσα σαρδέλας)
- Φέτα ψαριού με γαρνιτούρα από πράσινες ελιαίς (λαρδί, χόρτα, κρασί, μαδέρα)
- Φέτες ψαριού με γαρνιτούρα (βούτυρο, φέτες συναγρίδας, σερβίρουμε με γαρνιτούρα από κρέατα ψαριού, ουρές γαρίδων και τρούφες, βρέχουμε τις γαρνιτούρες με σάλτσα Νορμανδική)
- Κέφαλος πλακί με σκόρδο(τον βάζουμε σε καραβάνα με σκόρδα, λάδι, ντομάτα, ψιλοκομμένο μαϊντανό, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και στο φούρνο)

- Κέφαλος πλακί με σταφίδες (το γιαχνίζουμε με λίγο λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα, σταφίδες στο τηγάνι και τον βάζουμε στο φούρνο με νερό)
- Τσίροι πλακί(τους βάζουμε σε καραβάνα με σκόρδα, λάδι, μαϊντανό ψιλοκομμένο, ντομάτα, στο φούρνο)
- Τσιροσαλάτα (βρέχουμε τους τσίρους για να μαλακώσουν, τους ψήνουμε στη χόβολη, τους ξεφλουδίζουμε και τους κόβουμε σε τεμάχια. Τους μουσκεύουμε με ξύδι και τους σερβίρουμε με λάδι και άνηθο)
- Ψάρι συναγρίδα εις το πιάτο (βρέχουμε με κρασί, βούτυρο λιωμένο, ψήνουμε στο φούρνο, βάζουμε το ψάρι πάνω σε γέμιση από ψάρι, πασπαλίζουμε με χόρτα και ψωμί τριμμένο, βάζουμε το πιάτο στο φούρνο και σερβίρουμε με σάλτσα χωριστά, ζεματισμένα στρείδια και βούτυρο)

Στο τηγάνι:
<u>Ψάρια</u>
- Μπαρμπούνια τηγανιτά (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μπαρμπούνια τηγανιτά με σάλτσα γλάσου (τηγανίζουμε σε λάδι, σερβίρουμε με σάλτσα με γλασο και βούτυρο, λεμόνι)
- Μπαρμπούνια μαρινάτα (λάδι, η σάλτσα μαρινάτη είναι με σκόρδο, αλεύρι, ξύδι, δενδρολίβανο,)
- Μπαρμπούνια μαρινάτα Αθηναϊκά (τηγανίζουμε σε λάδι, σάλτσα με χόρτα σκόρδο, λαρδί, δεντρολίβανο, αλεύρι, ξύδι)
- Γλώσσαι τηγανιταί (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Φιλέτα γλωσσών με σάλτσα ντομάτα (τηγανίζουμε σε βούτυρο και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας)
- Γλώσσαι γεμισταί (τηγανίζουμε 2 γλώσσες σε βούτυρο, ανοίγουμε τη ράχη, βγάζουμε το κόκαλο και γεμίζουμε με κρεμμύδια με βούτυρο, πιπέρι, βρέχουμε με κρασί και ψήνουμε στο πιάτο)
- Φιλέτα από γλώσσαις με τηγανισμένο μαϊντανό (βούτυρο)
- Κροκέτα του ψαριού (τηγανίζεται σε φριτούρα, ψαχνά ψαριού με μπεσαμελ, 2 κρόκους αυγού)
- Ομελέτα από ψάρι της κατά τον τρόπον της Νεαπολέως (ψαχνά ψαριού, 8 αυγά χτυπάμε με σύρμα, τηγανίζουμε την ομελέτα με το ψάρι σε λάδι)
- Σμαρίδες τηγανητές (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Φριτούρα από μαρίδες (βουτάμε τις καθαρισμένες και αλατισμένες μαρίδες σε γάλα και αλεύρι και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (βουτάμε τα τεμάχια του μπακαλιάρου σε χυλό από αλεύρι και νερό, τηγανίζουμε σε λάδι, σερβίρουμε με σκορδαλιά)
- Φριτούρα από μπακαλιάρο (αφού το ξαλμυρίσουμε και το βράσουμε , το μαρινάρουμε με λάδι, λεμόνι, πιπέρι, τον βουτούμε σε χυλό που γίνεται με αλεύρι, κρόκους αυγών, λάδι, αλάτι, πιπέρι και νερό, και τον τηγανίζουμε με σε μια φριτούρα)
- Φιλέτα μπακαλιάρων με τηγανισμένο μαϊντανό-ορλί (μαρινάρουμε με μαρινάτα με λάδι και χόρτα, κάνουμε μια πάστα από αλεύρι, αυγά, λάδι και άσπρο κρασί, βουτάμε στην πάστα αυτή τα φιλέτα και τηγανίζουμε σε άφθονη φριτούρα)
- Τσίροι τηγανιτοί (χυλό από αλεύρι και νερό, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μικρά λαβράκια τηγανητά (αλευρώνουμε βουτάμε σε χτυπημένο αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Φέτες συναγρίδας (αφαιρούμε το δέρμα, λεμόνι, λάδι, αλευρώνουμε βουτάμε σε αυγό, τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Σκουμπριά τηγανιτά (αλευρώνουμε, λιώνουμε βούτυρο, βάζουμε τα σκουμπριά, προσθέτουμε κρεμμύδια χλωρά, όταν αφαιρέσουμε τα ψάρια, ρίχνουμε στο τηγάνι ξύδι, το οποίο χύνουμε στα ψάρια)
- Κολιοί τηγανιτοί(τηγανίζουμε σε λάδι)

Στη σούβλα:
<u>Ψάρια</u>
- Σολομός ψητός(λάδι, στη σούβλα, σερβίρουμε με σάλτσα σαρδέλας ή κάπαρης)
- Τεμάχιον από λαβράκι κατά τον ναυτικό τρόπον(αφαιρούμε το κεφάλι και το δέρμα, τυλίγουμε σε λαρδί, αρωματίζουμε με λάδι, κρασί μαρσάλα, το δένουμε στη σούβλα, χωρίς να το τρυπήσουμε, και το βάζουμε στη φωτιά βρέχοντάς το με τη μαρινάτα του)
- Χέλι εις τη σούβλα (βγάζουμε το δέρμα, κόβουμε σε φέτες, το μαρινάρουμε σε λάδι με κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι, για 2 ώρες, παίρνουμε τις φέτες στη σούβλα εναλλάξ με λαρδί και δάφνη και ψήνουμε βρέχοντας με λάδι, λιωμένο σκόρδο, λεμόνι)

Κονσέρβα:
- Σαλάτα Ρωσική (κόβουμε καρότα, ρέβες, παντζάρια, πατάτες σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, προσθέτουμε φασόλια πράσινα, φασόλια ξηρά, φιλέτα από 2 ρέγκες, τα ψαχνά από ένα πουλί, λίγη τρούφα, αγγουράκια, κάπαρη, λίγο λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι και μαγιονέζα)
- Σαρδέλες του κουτιού (τις σερβίρουμε με το λάδι τους και μαϊντανό)
- Σαρδέλες του βαρελιού (τις καθαρίζουμε από τα λέπια, τις πλένουμε με ξύδι και σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)
- Πέρδικες σαλάτα (καρδιές μαρουλιού, ψητές πέρδικες, αυγά, κάπαρη, φιλέτα σαρδέλας)
- ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Ουγγρικόν τρόπον (βράζουμε, κρεμμύδια, βούτυρο, σάλτσα ντομάτα, σάλτσα ισπανική, φιλέτα σαρδέλων, μουστάρδα)

- Αυγά εις το πιάτο(βάζουμε σε ένα πιάτο που αντέχει τη φωτιά τριμμένο ψωμί, βούτυρο, 1 σαρδέλα, μαϊντανό και κρεμμύδι ψιλοκομμένα, ρίχνουμε 3 κρόκους αυγών, ανακατώνουμε και βάζουμε το πιάτο στη φωτιά, σπάμε 7-8 αυγά αλατοπιπερώνουμε και αφήνουμε να ψηθούν αφήνοντας τον κρόκο μελάτο)
- Αυγά γεμιστά με σαρδέλες
- Αυγά γεμιστά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον
- Βούτυρο σαρδέλας (Για να φτιάξουμε βούτυρο σαρδέλας παίρνουμε 6 σαρδέλες και αφού τις πλύνουμε αφαιρούμε το ραχοκόκαλο τους, τις κοπανίζουμε, τις δουλεύουμε με αρκετό βούτυρο και κάνουμε ένα μίγμα. Το βούτυρο σαρδέλας σερβίρεται ως ορεκτικό και προσθέτεται σε διάφορες σάλτσες και ιδίως σε μπιφτέκια.)
- Μικρά παστιτσάκια της σαρδέλας(κόβουμε μερικά στρογγυλά από μια πάστα σφολιάτας, τα γεμίζουμε με γέμιση από ψάρι και βούτυρο σαρδέλας, τα αλείφουμε με κρόκο αυγού και τα ψήνουμε στο φούρνο)
- Τούρτα κατ' άλλον τρόπον (πάστα σφολιάτας, σαρδέλες κοπανισμένες με λάδι, σκεπάζουμε με το άλλο τεμάχιο της πάστας, αλείφουμε με κρόκους αυγού και ψήνουμε στο φούρνο)
- Τόνος μαρινάτος του κουτιού
- Σαλάτα από φιλέτα λουφαριών (σφικτά αυγά, σαλάτα, φιλέτα των ψαριών, μαγιονέζα. Μπορούμε να κάνουμε με όσα είδη ψαριών υπάρχουν και όσα είδη σαλάτας)

Καπνιστά:

- Φρύσαις καπνιστές (σερβίρουμε **με λάδι)**
- Φρυσαις καπνιστές εις κουτί (μαϊντανό, κρεμμύδια, μανιτάρια, βούτυρο, τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Ωμά :

- Στρείδια (ανοίγονται σερβίρουμε με λάδι **και** λεμόνι)

Βραστά :

- Αστακός (βράζουμε σε νερό, σερβίρουμε με σάλτσα με φιλέτα σαρδέλων, μαγιονέζα, μουστάρδα, κάππαρη, αγγουράκια)
- Αστακός με σάλτσα (βράζουμε και περιχύνουμε με λαδολέμονο)
- Αστακός μαγιονέζα (ζεματάμε τον αστακό, κόβουμε τα ψαχνά του, σερβίρουμε με μαγιονέζα)
- Αστακός σαλάτα(αλείφουμε τον αστακό με πηχτή, σερβίρουμε με φόρμα με πηχτή, αυγά σκληρά, σαλάτα από διάφορα βρασμένα χόρτα ανακατωμένα με μαγιονέζα με πηχτή)
- Αστακός κατά τον Αμερικανικόν τρόπον (γιαχνίζουμε τον αστακό με κρεμμύδι, καρότα, μυρωδικά, 1 ποτήρι **κονιάκ,** προσθέτουμε έπειτα άσπρο κρασί και τον σερβίρουμε με σάλτσα γερμανική)
- Ορεκτικόν –ραγού- από ψιλές φέτες αστακού με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τον αστακό, και μετά κόβουμε τα ψαχνά σε μπεσαμελ
- Καραβίδες με χόρτα (ψήνουμε σε ζωμό χόρτων με κρασί ή με νερό με ξύδι, ρίχνουμε γαρίδες, σερβίρουμε)
- Σαλάτα από γαρίδαις εις φόρμα (βάζουμε τις γαρίδες σε λάδι και ξύδι, σερβίρουμε με φόρμα με πηχτή, αυγά, λαχανικά, μαγιονέζα)
- Καραβίδες με σάλτσα (ψήνουμε τις καραβίδες σε άσπρο κρασί, κόβουμε κρεμμύδι, βάζουμε βούτυρο, χόρτα, ζωμό καραβίδας, προσθέτουμε ακόμα βούτυρο, και κόκκινο πιπέρι, και σερβίρουμε με τις καραβίδες)

Κατσαρόλα:

- Σούπα με στρείδια (στρείδια, χυλό της σούπας, μανιτάρια**,** μίγμα από γάλα, και κρόκους αυγών)
- Μύδια εις την κατσαρόλα (βάζουμε την κατσαρόλα με τα μύδια πάνω στη φωτιά μέχρι να ανοίξουν και βγάζουμε τα όστρακά τους, εν συνεχεία τα αφήνουμε να ψηθούν με κρεμμύδια, καρότα, σκόρδο, μαϊντανό, θυμάρι, δάφνη, γαρύφαλλο,1 ποτήρι κρασί και βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Μύδια με σάλτσα άσπρη (αφού ψήσουμε τα μύδια, τα βάζουμε σε σάλτσα μπεσαμελ)
- Μύδια πιλάφι(κρεμμύδια, λάδι, μύδια με όστρακα, ντομάτα, νερό, ρύζι)
- Μύδια πλακί (αφού τσιγαρίσουμε φρέσκα κρεμμύδια σε λίγο λάδι, προσθέτουμε άνηθο, τα μύδια, νερό, ζωμό λεμονιού ή ντομάτας και τριμμένη ψίχα ψωμιού)
- Μύδια σάλτσα (τα ψήνουμε με βούτυρο, κρεμμύδια, μαϊντανό, αλεύρι ανακατωμένο με βούτυρο και μίγμα από κροκάδια αυγών)
- Μύδια της Κωνσταντινουπόλεως γεμιστά (με ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα, λάδι, γεμίζουμε τα μύδια, δένουμε με κλωστή, βάζουμε να βράσουν με νερό και λάδι)
- Πουρές από καραβίδες (παίρνουμε 40-50 καραβίδες, τις καβουρδίζουμε με βούτυρο, μερικά ψιλοκομμένα καρότα, και θυμάρι, μαϊντανό, δάφνη, και κόκκους πιπέρι, αφού ψηθούν αφαιρούμε τα κοκάλα τα οποία κοπανίζουμε με βούτυρο, τα ζεσταίνουμε στη φωτιά και στραγγίζουμε έπειτα το βούτυρο, κοπανίζουμε τα ψαχνά, τα περνάμε από μια τριχιά, προσθέτουμε το βούτυρο το οποίο βγάλαμε από τα κόκαλα και σερβίρουμε)
- Ψαχνά του αστακού (σαλπικόν: ψαχνά αστακού, μανιτάρια, μπεσαμελ)
- Ορεκτικά-ραγού από μύδια, γαρίδας και μανιτάρια (ανοίγουμε 24 μύδια, τα βάζουμε σε σάλτσα από μανιτάρια, προσθέτουμε ουρές από 50 γαρίδες και σερβίρουμε)
- Καραβίδες γιαχνιστές (ζεματάμε με βούτυρο και **κονιάκ, το οποίο ανάβουμε**, **γιαχνίζουμε στη φωτιά** και προσφέρουμε)

- Μικρές φορμίτσες με καραβίδες (κάνουμε βελουτέ, την τελειώνουμε με βούτυρο καραβίδας, προσθέτουμε σε αυτή βρασμένη καραβίδα σε τεμάχια, χύνουμε τη γέμιση σε 24 φορμίτσες και σερβίρουμε)
- Μικρές φορμίτσες με στρείδια (ανοίγουμε 36 στρείδια με κρασί σε μια κατσαρόλα, τα στραγγίζουμε, προσθέτουμε μανιτάρια, βελουτέ με ουσία στρειδιών, και γεμίζουμε τις φορμίτσες)
- Φορμίτσες με γαρίδες (σκούρα σάλτσα, βούτυρο της γαρίδας, ουρές γαρίδων)
- Παγούρια (τα ψήνουμε στη κατσαρόλα με νερό, διάφορα χόρτα, καρότο, κρεμμύδι, μαϊντανό, γαρύφαλλα και όταν ψηθούν τα αλείφουμε με λάδι και σερβίρουμε)
- Σουπιές παραγεμιστές(τις γεμίζουμε με μια γέμιση με σοταρισμένα φρέσκα κρεμμυδάκια σε λάδι, λίγο άνηθο, τα πόδια των σουπιών ψιλοκομμένα, λίγο κουκουνάρι, σταφίδα Κορινθιακή, τριμμένο ψωμί, και κρασί και τις ψήνουμε στη κατσαρόλα με νερό και ζωμό από λεμόνι)
- Σουπιές γιαχνί (Σοτάρουμε κρεμμύδι και τις σουπιές σε τεμάχια με λάδι, έπειτα προσθέτουμε ντομάτα, λίγο κρασί, μαϊντανό, τον χυμό ενός λεμονιού, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε)
- Σουπιαίς πλακί (Σοτάρουμε κρεμμύδι και τις σουπιές σε τεμάχια με λάδι, έπειτα προσθέτουμε ντομάτα, λίγο κρασί, μαϊντανό, τον χυμό ενός λεμονιού, σέσκουλα, ξινήθρα, φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδες άσπρες και μαύρες, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε)
- Οκταπόδι φρέσκο (χτυπάμε το χταπόδι σε μια πέτρα για να μαλακώσει και το βάζουμε σε μια κατσαρόλα σκεπασμένη χωρίς νερό σε σιγανή φωτιά)
- Οκταπόδι στιφάτο (σοτάρουμε κρεμμύδια σε λάδι, προσθέτουμε και το χταπόδι, σκόρδο τριμμένο, δάφνη, δεντρολίβανο, λίγο κρασί και ξύδι, πιπέρι και το απαιτούμενο νερό και αφήνουμε να βράσουν)
- Οκταπόδι με σάλτσα (το μαγειρεύουμε στη κατσαρόλα με σάλτσα ντομάτας και λίγο λάδι)
- Πίνες με λεμόνι (τις βάζουμε στη κατσαρόλα να ψηθούν με λάδι, ζωμό λεμονιού, πιπέρι και τριμμένο ψωμί)
- Καλαμαράκια γεμιστά (κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, ρύζι, μαϊντανό, κανέλα, πόδια των καλαμαριών, γεμίζουμε τα καλαμάρια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι και λεμόνι και ψήνουμε)
- Γαρνιτούρα δια τα ψάρια (στρείδια, μύδια, μανιτάρια, ουρές γαρίδων, κρεμμυδάκια γκλασαρισμένα, σε βούτυρο ζωμός, ζάχαρη, γλασο)

Στο φούρνο:

Θαλασσινά

- Κοκίλια με στρείδια (ανοίγουμε τα στρείδια και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με κρασί να βράσουν, προσθέτουμε μια άσπρη σάλτσα, αλείφουμε μερικά κοκκίλια με βούτυρο και λίγο τριμμένο ψωμί και σε καθένα βάζουμε 4 στρείδια με τη σάλτσα τους, ρίχνουμε τριμμένο ψωμί και τυρί και βούτυρο, βάζουμε τα κοκκίλια σε μια λαμαρίνα και την στέλνουμε στο φούρνο και αφήνουμε να χρωματιστούν)
- Στρείδια γεμιστά (ζεματούμε με λίγο κρασί τα στρείδια, το κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τα ρίχνουμε μέσα σε Μεγάλη σάλτσα δεμένη με το ζωμό των στρειδιών. Γεμίζουμε τα όστρακα με γέμιση ψαριού ανακατωμένη με ψιλοκομμένα μανιτάρια και στρείδια, ρίχνουμε λίγη γαλέτα ή ψωμί τριμμένο, τα βρέχουμε με βούτυρο και τα βάζουμε σε μια λαμαρίνα στο φούρνο για 12 λεπτά)

Στο τηγάνι:

- Καλαμαράκια τηγανιτά (Αφαιρούμε το μικρό κόκαλο, βγάζουμε τα μάτια, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε λάδι
- Κροκέτα από αστακό (Αφού τον βράσουμε, κάνουμε μίγμα με τα ψαχνά του, μανιτάρια, γέμιση ψαριού, σάλτσα μπεσαμελ, πλάθουμε σε σχήμα κροκέτας, τηγανίζουμε λάδι)
- Μύδια τηγανητά (αφού ανοίξουν τα μύδια σε μια κατσαρόλα στη φωτιά, παίρνουμε το φαγί τους, βουτούμε σε χυλό από αλεύρι με νερό και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μύδια με σάλτσα-βιλεροά (αφού ανοίξουν, τα βουτούμε σε σάλτσα βιλεροά, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Στρείδια τηγανιτά (ανοίγουμε τα στρείδια, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με λάδι ή βούτυρο)
- Στρείδια κατ' άλλον τρόπον (ζεματάμε τα στρείδια με άσπρο κρασί, τα βουτάμε σε σάλτσα, τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σουβλάκια από στρείδια (ετοιμάζουμε σουβλάκια με 6-7 στρείδια στο καθένα με λίγα χόρτα ανακατωμένα με γλασο, βουτάμε τα σουβλάκια σε χυλό από αλεύρι, και τηγανίζουμε σε φριτούρα, σερβίρουμε με τηγανισμένο μαϊντανό)
- Στρείδια τηγανισμένα με κρομμύδια(τυλίγουμε με αλεύρι, κρεμμυδάκια, βούτυρο τηγανίζουμε και τα στρείδια, τραβούμε από τη φωτιά, προσθέτουμε ξύδι)
- Στρείδια τηγανιτά με μαρινάτα (βουτάμε σε χυλό από αλεύρι και τηγανίζουμε σε δυνατή φωτιά)
- Στρείδια με σάλτσα-βιλεροά (ζεματάμε τα στρείδια σε κρασί, και τα βουτάμε σε σάλτσα βιελροα: βελουτέ με ουσία μανιταριών από κουτί, ενώνουμε με κρόκους αυγού. Τυλίγουμε έπειτα τα στρείδια σε ψωμί, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πίνες τηγανιτές (βγάζουμε το μαυράδι, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα με λάδι)
- Κροκέτα από καραβίδαις (μπεσαμελ με μανιτάρια, προσθέτουμε τις καραβίδες σε κομμάτια, κάνουμε με το μίγμα κροκέτες, αλευρώνουμε, τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από γαρίδες (κροκέτες από ουρές γαρίδων, τρούφες και μανιτάρια, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σουπιές τηγανιτές (λάδι)

Στη σχάρα:

- Οκταπόδι ξηρό ψητό (μουσκεύουμε το χταπόδι στο ξύδι, το τυλίγουμε με χαρτί το οποίο επίσης έχουμε βρέξει με ξύδι και το ψήνουμε σε σιγανή φωτιά)
- Στρείδια εις τη σχάρα (ανοίγουμε 50 στρείδια, τα ψήνουμε στη σχάρα με τα όστρακα, σκεπάζουμε με μαϊντανό, ψωμί, ρίγανη, λεμόνι, λάδι)
- Στρείδια εις τη σχάρα με άσπρη σάλτσα (ανοίγουμε 50 στρείδια, βγάζουμε από το όστρακο, τα γιαχνίζουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο, προσθέτουμε λίγο από το ζουμί τους σε μπεσαμελ, την αφήνουμε να δέσει και να μείνει η μισή, προσθέτουμε βούτυρο και τα 100 στρείδια, τα διαμοιράζουμε έπειτα στα όστρακά τους και τα βάζουμε πάνω στη σχάρα, βρέχουμε με βούτυρο)

Χαβιάρι

- Χαβαριοσαλάτα (κοπανίζουμε ένα κρεμμυδάκι, προσθέτουμε μαύρο χαβιάρι, 1 πατάτα βρασμένη κρύα κοπανισμένη και ψίχα ψωμιού βρεγμένη και στυμμένη, κοπανίζουμε μέχρι να γίνει αλοιφή, και ρίχνουμε λίγο λίγο λάδι και ξύδι ανακατεύοντας συνεχώς, προσθέτουμε λίγο λεμόνι και λάδι, και σερβίρουμε με κορυφές μαϊντανού)
- Χαβιαροσαλάτα σαρακοστιανή(χωρίς πατάτα, με ψωμί, κρεμμύδι, λάδι και λεμόνι)
- Φέτες-σάντουιτς με χαβιάρι (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, χαβιάρι μαύρο)

Μπούτια βατράχων

- Μπούτια βατράχων τηγανιτά (τα ξεφλουδίζουμε , τα βουτάμε σε ασπράδια αυγού, αλεύρι και τηγανίζουμε)
- Μπούτια βατράχων με σάλτσα (βούτυρο, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλεύρι, κρασί, κρεμμύδια, αφήνουμε να βράσουν και ενώνουμε με 2 κρόκους)

Σαλιάγκοι-κοχλίαι

- Σαλιάγοι (βάζουμε σε αγγείο πήλινο στάκτη, νερό, αλάτι, ρίχνουμε τους κοχλίες, μέχρι να βγουν εύκολα απ τα όστρακα, τους βγάζουμε από τη φωτιά τους ρίχνουμε σε καθαρό νερό με αλάτι να βράσουν, τους στραγγίζουμε και τους ετοιμάζουμε με διάφορους τρόπους)
- Σαλιάγκοι με αυγολέμονο (ψήνουμε με βούτυρο, κρασί, αλεύρι, μυρωδικά, μανιτάρια, προσθέτουμε αυγολέμονο)

4. ΑΥΓΆ

Βραστά

- Αυγά βραστά
- Αυγά μελάτα με πουρέ από ξινήθρα
- Πέρδικες σαλάτα (καρδιές μαρουλιού, ψητές πέρδικες, αυγά, κάπαρη, φιλέτα σαρδέλας)
- Σαλάτα από φιλέτα λουφαριών (σφικτά αυγά, σαλάτα, φιλέτα των ψαριών, μαγιονέζα. Μπορούμε να κάνουμε με όσα είδη ψαριών υπάρχουν και όσα είδη σαλάτας)

Στη κατσαρόλα:

- Αυγά κατά τον γερμανικόν τρόπον (βάζουμε 1 ποτήρι γάλα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και μαϊντανό στη κατσαρόλα και αφήνουμε να γίνει ένας ζωμός, προσθέτουμε αυγά σκληρά κομμένα σε φέτες και προσφέρουμε μετά από 10 λεπτά)
- Αυγά κατ' άλλον τρόπον-αλά ροαγιάλ (χτυπάμε τα αυγά με ζουμί κρέατος ή πουλερικού, ψήνουμε σε αγγείο, το οποίο έχουμε σε ζεστό νερό-μπαιν μαρί)
- Αυγά κτυπητά (ζωμό κρέατος, βούτυρο)
- Αυγά με λαρδί (βούτυρο, λαρδί)
- Αυγά με σάλτσα άσπρη (σφικτά αυγά, τα βάζουμε σε μπεσαμελ και αφήνουμε να ψηθούν χωρίς να βράσουν, βάζουμε λίγο βούτυρο και σερβίρουμε)
- Αυγά κοκκινιστά (με κρεμμύδια σοταρισμένα σε βούτυρο με αλεύρι και ζωμό)
- Αυγά γεμιστά με σαρδέλες (σφικτά αυγά, αφαιρούμε τα κιτρινάδια και τα ανακατεύουμε με φιλέτα σαρδέλας, βάζουμε τη γέμιση στη φωτιά με βούτυρο, γεμίζουμε τα ασπράδια και προσφέρουμε)
- Αυγά κτυπητά –αλλά νέζ –με βανίλια (κρέμα, ανθόνερο, ζάχαρη, γάλα, βάζουμε τα ασπράδια χτυπημένα, βανίλια, τα γυρίζουμε να ψηθούν τα βάζουμε στο πιάτο, χτυπάμε τους κρόκους στο γάλα, και δένουμε στη φωτιά και χύνουμε πάνω στα άσπρα αυγά)
- Αυγά με ψωμάκια κοκκινισμένα (λάδι, ξύδι σε βραστό νερό, σπάμε τα αυγά τα , αφήνουμε για 4΄, κατόπιν τα στραγγίζουμε με τρυπητή κουτάλα, τα βάζουμε στο πιάτο πάνω σε ψωμάκια τηγανισμένα, χύνουμε ζουμί)
- Αυγά με σπανάκι(σπανάκι πουρέ, ετοιμάζουμε τα αυγά όπως προηγουμένως και τα βάζουμε επάνω στα ψωμάκια)
- Αυγά με μπιζέλια (κάνουμε τα αυγά όπως προηγουμένως και σερβίρουμε με μπιζέλια σοταρισμένα με βούτυρο και τηγανισμένα ψωμάκια)
- Αυγά κτυπημένα με παρμεζάνα (βούτυρο, αυγά χτυπημένα, παρμεζάνα, βούτυρο, ψωμάκια τηγανισμένα)

Στο φούρνο:

- Αυγά κατά τον τρόπο της Βενετίας (αλείφουμε μια καραβάνα με βούτυρο, βάζουμε τα κιτρινάδια αυγών, ποτίζουμε με κρέμα, χύνουμε από πάνω τα χτυπημένα ασπράδια μπορούμε να τα αρωματίσουμε με ανθόνερο)
- Αυγά γεμιστά με σαρδέλα (βγάζουμε τους κρόκους από τα σφιχτά αυγά, τους κοπανίζουμε με βούτυρο σαρδέλας, μανιτάρια, μαϊντανό, ψιλοκομμένες τρούφες και γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα αυγά, τα τοποθετούμε έπειτα σε μια καραβάνα με βούτυρο, και τα βάζουμε στο φούρνο)

Στο πιάτο:

- Αυγά κατά τον Χωρικόν τρόπον(αλείφουμε με βούτυρο 1 πιάτο, το βάζουμε σε σιγανή φωτιά, σπάμε μέσα τα αυγά, τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος και σιγοψήνουμε)
- Αυγά μάτια εις το πιάτο(βούτυρο, γάλα, τυρί τριμμένο)
- Αυγά εις το πιάτο(βάζουμε σε ένα πιάτο που αντέχει τη φωτιά τριμμένο ψωμί, βούτυρο, 1 σαρδέλα, μαϊντανό και κρεμμύδι ψιλοκομμένα, ρίχνουμε 3 κρόκους αυγών, ανακατώνουμε και βάζουμε το πιάτο στη φωτιά, σπάμε 7-8 αυγά αλατοπιπερώνουμε και αφήνουμε να ψηθούν αφήνοντας τον κρόκο μελάτο)
- Αυγά με γάλα (γάλα, ζάχαρη, φλούδα λεμονιού ή βανίλια, ανθόνερο, ψήνουμε σε μπαιν-μαρί)
- Αυγά γεμιστά (αφαιρούμε τα κιτρινάδια και τα κοπανίζουμε με 3 κρόκους ωμούς, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, ψωμί με γάλα, με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε τα ασπράδια, αλείφουμε 1 πιάτο με βούτυρο και βάζουμε στη φωτιά)
- Αυγά γεμιστά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον (10 σφιχτά αυγά, βγάζουμε τους κρόκους τους κοπανίζουμε με ψαχνά από 3 σαρδέλες, περνούμε από τριχιά, προσθέτουμε κομμάτια αστακού, γεμίζουμε τα αυγά, αλείφουμε 1 πιάτο με βούτυρο και αφήνουμε λίγο στο φούρνο)
- Ομέλετα κατ' άλλον τρόπον-σουφλέ(χωρίζουμε τους κρόκους από τα ασπράδια, βάζουμε στους κρόκους ζάχαρη, ανθόνερο, χτυπάμε τα ασπράδια και τα ενσωματώνουμε στους κρόκους, ψήνουμε στην χόβολη με βούτυρο, γλασάρουμε την ομελέτα με ψιλή ζάχαρη)
- Ομελέτα με ρούμι (γίνεται όπως ομελέτα κατ' άλλον τρόπον, απλά ποτίζουμε με ρούμι το οποίο ανάβουμε την ώρα που σερβίρουμε)

Στο τηγάνι:

- Αυγά τηγανιτά με σάλτσα ντομάτας (βούτυρο)
- Αυγά με κρασί (***μαύρο κρασί,*** *μυρωδικά κρεμμύδι, σκόρδο, τηγανίζουμε τα αυγά τα στραγγίζουμε, τοποθετούμε σε ψωμάκια, αφήνουμε* το κρασί να βράσει, προσθέτουμε βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι, χύνουμε πάνω στα αυγά)
- Αυγά με συκωτάκια των πουλιών (τηγανίζουμε τα συκωτάκια, τα κόβουμε σε φέτες, τα προσθέτουμε σε τηγάνι με βούτυρο, σπάμε μέσα 8 αυγά και ψήνουμε)
- Αυγά μάτια ντομάταις (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με αυγά μάτια (βούτυρο)
- Σπανάκια με αυγά μάτια (βούτυρο)
- Αυγά με μαύρο βούτυρο
- Απλή ομελέτα (χτυπάμε τα αυγά, τα ψήνουμε με βούτυρο)
- Ομελέτα με νεφρό (βούτυρο)
- Ομελέτα με νεφρό βοδινό (ψήνουμε το νεφρό στη σούβλα, το ψιλοκόβουμε, σπάμε αυγά και τα ψήνουμε με βούτυρο)
- Ομελέτα με ψίχα ψωμιού(αυγά, ψίχα ψωμιού**,** τριμμένη, γάλα)
- Ομελέτα με διάφορα χόρτα(ψιλοκομμένα χόρτα, μαρούλι, γάλα, βούτυρο)
- Ομελέτα με τυρί (τυρί τριμμένο και χτυπημένο με αυγά, προσθέτουμε κρέμα, βούτυρο)
- Ομελέτα με ζάχαρη (χτυπάμε τα αυγά με κρέμα, ζάχαρη, λίγο αλεύρι, ανθόνερο και ψήνουμε την ομελέτα με βούτυρο)
- Άλλη ομελέτα με ζάχαρη (χτυπούμε χωριστά τα ασπράδια, ανακατώνουμε τους κρόκους με ξυμένη φλούδα λεμονιού και ζάχαρη, ενώνουμε τους κρόκους με τα ασπράδια και προσθέτουμε λίγη κρέμα, ψήνουμε την ομελέτα και σερβίρουμε περιχύνοντας με ζάχαρη)
- Ομελέτα με τρούφες (βούτυρο)
- Ομελέτα με αγκινάρες
- Ομελέτα με μαϊντανό (κρεμμύδι, μαϊντανό, τριμμένη ψίχα ψωμιού, βούτυρο)
- Ομελέτα με κρομμύδι (τηγανίζουμε πρώτα το κρεμμύδι σε βούτυρο, προσθέτουμε και τα αυγά)
- Ομελέτα με ζαμπόνι (βούτυρο)
- Ομελέτα με ντομάτα (βούτυρο)
- Ομελέτα με σπαράγγια(βούτυρο)
- Ομελέτα με συκωτάκια των πουλιών (βούτυρο)
- Ομελέτα με μανιτάρια(βούτυρο)

<u>*Σάλτσες*</u>

- Σάλτσα αυγών-ταρτάρα
- Ζουμί από βωδινό κρέας
- Σάλτσα Γερμανική
- Σάλτσα με χυλόν –πουλέτ
- Σάλτσα δια τα πουλερικά-μασεντοάν
- Σάλτσα μαγιονέζα
- Σάλτσα αυγολέμονο

<u>*Κροκέτες*</u>

- Κροκέτα από πατάταις
- Κροκέτα από μακαρόνια
- Κροκέτα των πουλιών

- Κροκέτα –τηγανίταις από σηκώτι της χήνας
- Κροκέτα από μοσχάρι
- Κροκέτα από αρνί
- Κροκέτα από κυνήγι
- Κροκέτα από πρόβειο κρέας
- Κροκέτα από ψάρι

Ζωμοί –Σούπες

- Κονσομέ βασιλικό
- Ζωμοί της στιγμής
- Πηχτή(2 ασπράδια αυγών)
- Γλάσον
- Σούπα με σφαιρίδια-σουφλέ
- Σούπα κρέμα των πουλιών(5 κροκάδια αυγών, βούτυρο, κρέμα, λίγη ζάχαρη, μοσχοκάρυδο)
- Σούπα κρέμα των πουλιών με πουρέ
- Σούπα από στρείδια(περιέχει μείγμα από γάλα και κροκάδια αυγών)
- Σούπα από ξυνίθρα(περιέχει μίγμα από γάλα, κρόκους αυγών και βούτυρο)
- Σούπα λαμπριάτικη Ελληνική(περιέχει αυγολέμονο)
- Σούπα Βικτωρίας(μείγμα με 4-5 κροκάδια αυγών με πουρέ ντομάτας)
- Σούπα με κοπανισμένο ρύζι(περιέχει μίγμα από 2 κρόκους αυγών, γάλα, βούτυρο)
- Σούπα με κουνουπίδια(περιέχει μείγμα από 3 κροκάδια αυγών, γάλα και βούτυρο)
- Σούπα με ρέβαις(μίγμα 3 κροκάδια αυγών, γάλα)
- Σούπα με φασόλια πράσινα (μίγμα από κροκάδια αυγών, γάλα, βούτυρο)
- Σούπα της πριγκηπίσσης Σοφίας(μείγμα από 3 κροκάδια αυγών, κρέμα γάλακτος)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός(βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, σπαράγγια, μείγμα από 3 κρόκους αυγού και γάλα ανακατωμένα με παρμεζάνα)

Πουρέδες:

- Πουρές από όρνιθα

Πανάδες, γεμίσματα και κοπανισμένα κρέατα

- Πανάδα από γάλα
- γέμισμα από πέρδικα
- γέμισμα από πουλερικά
- γέμισμα από βίδελο
- γέμισμα από μπεκάτσα
- γέμισμα από λαγό
- γέμισμα από ψάρια
- Κοπάνισμα σύνθετον
- Κοπάνισμα οικιακόν
- κοπάνισμα απλούν
- Κοπάνισμα από πατάτες (βραστές πατάτες, κοπανισμένες με βούτυρο, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, αυγά και τυρί, σχηματίζουμε ζύμη την οποία μεταχειριζόμαστε)
- Κοπάνισμα μυαλών(βωδινά μυαλά, αυγά, ψίχα ψωμιού βρεγμένη με νερό ή γάλα, μοσχοκάρυδο, αλεύρι)
- Κοπάνισμα σηκοτίου βωδινού
- Γέμισμα για περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον
- Γέμισμα για περιστέρια εις την κατσαρόλα
- Γέμισμα για περιστέρια γεμιστά και ψητά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον
- Γέμισμα για Ψάρι λαβράκι γεμιστό

Πάστες

- Πάστα άλλου είδους-δια τα τιμπάλ (αλεύρι, βούτυρο, 2 κρόκους αυγών, αλάτι)
- Πάστα δια τούρταις (αλεύρι, βούτυρο, κρόκους, αλάτι, πιο μαλακή ζύμη)
- Πάστα με σάλτσα Ισπανική (γάλα, αλεύρι, βούτυρο, κρόκους αυγού)

5. ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

ΓΑΛΑ

- Αυγά κατά τον γερμανικόν τρόπον (βάζουμε 1 ποτήρι γάλα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και μαϊντανό στη κατσαρόλα και αφήνουμε να γίνει ένας ζωμός, προσθέτουμε αυγά σκληρά κομμένα σε φέτες και προσφέρουμε μετά από 10 λεπτά)
- Αυγά με γάλα
- Αυγά κτυπητά –αλλά νέζ –με βανίλλια
- Ομελέτα με ψίχα ψωμιού(αυγά, ψίχα ψωμιού τριμμένη, γάλα)
- Ομελέτα με διάφορα χόρτα(ψιλοκομμένα χόρτα, μαρούλι, γάλα)
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον

- Μπακαλιάρος κοπανιστός
- Λάχανα με γάλα
- Σπανάκι με κρέμα
- Ξυνίθρα με το γάλα
- Σούπα από ξυνίθρα
- Σούπα με κοπανισμένο ρύζι
- Σούπα με σφαιρίδια (γάλα, νερό, βούτυρο, αλεύρι, 2 αυγά, κάνουμε με το μείγμα με σφαιρίδια, τα θέτουμε σε βούτυρο κατόπιν στο τηγάνι, και σερβίρουμε με ζωμό)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)
- Σούπα με πουρέ σελίνων (ζωμός, σέλινα, γάλα, 3 κρόκους)
- Σούπα με κουνουπίδι (βούτυρο, κουνουπίδι, χυλό της σούπας, 3 κρόκους, γάλα, 2 στήθη πουλιών κομμένα σε φέτες)
- Σούπα με ρέβαις(βούτυρο, ρέβες, ζωμό, ζάχαρη, σάλτσα από αλεύρι, γάλα, βούτυρο, 3 κρόκους με γάλα)
- Σούπα με φασόλια πράσινα (φασόλια, βούτυρο, μπεσαμελ με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, χυλό της σούπας, 3 κρόκους με γάλα, βούτυρο)
- Σούπα με στρείδια (στρείδια, χυλό της σούπας, μανιτάρια, μίγμα από γάλα, και κρόκους αυγών)

Πουρές

- Πουρές από πιζέλια
- Πουρές από ξυνίθρα
- Πουρές από μανιτάρια
- Πουρές από αντίδια
- Πουρές από πατάταις
- Πουρές σπανάκι
- πουρές από όρνιθα (βράζουμε 1 όρνιθα, την κοπανίζουμε, με 5 κρόκους, 12 αμύγδαλα, και ψωμί βρεγμένο σε γάλα)

Πανάδες-γεμίσματα-κοπανισμένα κρέατα

- Πανάδα από ψωμί
- Πανάδα δια γεμίσματα
- Γέμισμα από πουλερικά
- Γέμισμα από βίδελο
- Γέμισμα από μπεκάτσα
- Γέμισμα από λαγό
- Γέμισμα από ψάρια
- Κοπάνισμα απλούν
- Κοπάνισμα μυαλών(βωδινά μυαλά, αυγά, ψίχα ψωμιού βρεγμένη με νερό ή γάλα, μοσχοκάρυδο, αλεύρι)

Σάλτσες

- Άσπρη σάλτσα-μπεσαμέλ (βούτυρο, χόρτα, αλεύρι, γάλα, περνάμε από φανέλα)
- Σάλτσα με σαρδέλλαις (μπεσαμελ, φιλέτα κοπανισμένων σαρδελών, πιπέρι, ζωμό λεμονιού)
- Σάλτσα με σταδίδες (κορινθιακές σταφίδες και Σμυρναίικες, κουκουνάρια, νερό, ζάχαρη, ξύδι, ζωμό βιδέλου, σάλτσα ισπανική, περνάμε από τρυπητό)
- Σάλτσα με στρείδια (ασπρίζουμε τα στρείδια σε ζεστό νερό, προσθέτουμε μπεσαμελ, χυμό λεμονιού. Αντί για στρείδια μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μύδια)
- Σάλτσα κρέμας (βούτυρο, αλεύρι, μαϊντανό, κρεμμυδάκι, κρέμα ή γάλα)

Πάστες

- Πάστα με σάλτσα Ισπανική (γάλα, αλεύρι, βούτυρο, κρόκους αυγού)

ΤΥΡΙ

- Κοπάνισμα απλούν(κιμάς, μοσχοκάρυδο, αυγά, τυρί τριμμένο, κρεμμύδια, σκόρδο, ψωμί βρεγμένο σε ζωμό κρέατος ή γάλα, κάνουμε το μίγμα κιμά)
- Κοπάνισμα οικιακόν(βρασμένο κρέας, πατάτες, διάφορα χόρτα, βούτυρο, αυγά, τυρί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, κάνουμε ζύμη)
- Κοπάνισμα σύνθετον (βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, κρασί, αλάτι, πιπέρι, κιμάς, 2 κρόκους αυγών, τριμμένο τυρί, κάνουμε κιμά)
- Κοπάνισμα σηκοτιού βοδινό(σηκότι βωδινό, σκόρδο, κρεμμύδι, βασιλικό, κρόκο αυγού, πιπέρι, ψίχα ψωμιού βρεγμένη, μοσχοκάρυδο, τυρί τριμμένο, κάνουμε ζύμη για γέμισμα)
- Κοπάνισμα από πατάτες (βραστές πατάτες, κοπανισμένες με βούτυρο, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, αυγά και τυρί, σχηματίζουμε ζύμη την οποία μεταχειριζόμαστε)
- Σούπα με τυρί (κρεμμύδι, ζωμό, φέτες ψωμιού και τυριού **Σβιτσέρης** ή της Ολλανδίας, τυρί τριμμένο, βούτυρο)
- Κεφαλή χοίρου με τυρί (βάζουμε το τυρί σε μια ξεχωριστή κατσαρόλα του ίδιου μεγέθους και το ψήνουμε 6 ώρες με 1 λίτρο άσπρο κρασί, ζωμό, κρεμμύδια, ρίζες, θυμάρι, δάφνη, βασιλικό, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι)

- Μουσακάς
- Κοτολέτες αρνιού με άσπρη σάλτσα(σάλτσα με μανιτάρια, λάδι, παρμεζάνα, βούτυρο και ξαναβάζουμε στη σχάρα)
- Ομελέτα με τυρί(τυρί τριμμένο και χτυπημένο με αυγά, προσθέτουμε κρέμα)
- Αυγά μάτια εις το πιάτο(βούτυρο, γάλα, τυρί τριμμένο)
- Αυγά κτυπημένα με παρμεζάνα (βούτυρο, αυγά χτυπημένα, παρμεζάνα, βούτυρο, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Κοκίλια με στρείδια
- Κροκέτα από πατάταις (βραστές πατάτες, τρίφτη, τυρί τριμμένο, βούτυρο, μαϊντανό, αυγά, τριμμένο ψωμί, τηγανίζουμε σε σιγανή φωτιά)
- Φέτες-σάντουιτς με τυρί (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, τυρί της Σβίτσερης πάχους ενός ταλήρου)
- Μακαρόνια Ιταλικά (βράζουμε τα μακαρόνια σε ζωμό, τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με τυρί παρμεζάνα και γρουγιέρ, βούτυρο, πιπέρι, και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος, ανακατώνουμε, τα βάζουμε στη φωτιά και όταν ψηθούν προσφέρουμε)
- Μακαρόνια του Λιβόρνου(ανακατώνουμε τα βρασμένα μακαρόνια με βούτυρο, αλεύρι, τριμμένο τυρί, και προσφέρουμε με ντομάτα)
- Μακαρόνια αλά Καλαβρέζα(με σάλτσα την οποία παρασκευάζουμε με 2 ντομάτες, τυρί, κρεμμύδι, βούτυρο, γλάσο, μανιτάρια, χοιρομέρι)
- Μακαρόνια κατ' άλλον τρόπον(μακαρόνια, βούτυρο, τριμμένο τυρί, μπεσαμελ, χοιρομέρι, παρμεζάνα, βούτυρο)
- Μακαρόνια εις το φούρνο(αφού τα βράσουμε,, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, τριμμένο τυρί, κιμά καβουρδισμένο και 3 χτυπημένα αυγά, ανακατώνουμε και το βάζουμε σε ένα ταψί βουτυρωμένο και πασπαλισμένο με ψωμί τριμμένο. Πάνω από τα μακαρόνια ρίχνουμε τυρί και μια κρούστα η οποία γίνεται με βούτυρο, αλεύρι και γάλα τα οποία τα αφήνουμε να βράσουν ανακατεύοντας, και αφού τραβήξουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά προσθέτουμε 3 κροκάδια αυγών και τριμμένο τυρί. Ρίχνουμε αυτή τη κρούστα πάνω από τα μακαρόνια και βάζουμε το ταψί στο φούρνο)
- Μακαρόνια με σάλτσα (μακαρόνια, περιχύνουμε με καμένο βούτυρο, τριμμένο τυρί, σάλτσα ντομάτας ή άλλη σάλτσα)
- Μακαρόνια εις φόρμα(αφού βράσουμε τα μακαρόνια και τα στραγγίσουμε τα βάζουμε σε μία φόρμα ανάμεσα σε 2 φύλλα πάστας ανακατωμένα με τυρί τριμμένο, βούτυρο και πιπέρι, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να ψηθούν σε σιγανή φωτιά μια ώρα)
- Μακαρόνια με τυρί(αφού ζεματίσουμε τα μακαρόνια τα θέτουμε σε μια κατσαρόλα ένα στρώμα μακαρόνια, ένα στρώμα ψωμί τριμμένο ανακατωμένο με τυρί)
- Λαζάνια (κανελόνια) παραγεμιστά (ψαχνά όρνιθας, μανιτάρια, τρούφες, μυρωδικά, μυαλά ζαμπόν, βούτυρο, 2 αυγά, γεμίζουμε τα λαζάνια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με σάλτσα ντομάτα, βούτυρο, τριμμένο τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Λαζάνια με άσπρη σάλτσα (όπως η προηγούμενη συνταγή αλλά αντί σάλτσα ντομάτας βάζουμε μπεσαμελ)
- Κροκέτα από μακαρόνια (μακαρόνια βρασμένα, τρούφες, χοιρομέρι, τυρί, αυγό, ψωμί τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Τεμάχιο βοδινό με μακαρόνια(κοκκινίζουμε το κιλότο με διάφορα μυρωδικά, λάδι, βούτυρο, λαρδί, δάφνη, πιπέρι, γαρύφαλλα, σκόρδο, κρασί ζωμό, το αναμειγνύουμε με σάλτσα Ισπανική και ντομάτας και συνοδεύουμε με μακαρόνια σοταρισμένα με βούτυρο και παρμεζάνα)
- Φιλέτο βοδινό με μακαρόνια (βούτυρο, φιλέτο, λαρδί, σκόρδο, χόρτα, σάλτσα ισπανική, σάλτσα ντομάτας, μακαρόνια με παρμεζάνα και βούτυρο)
- Γάλος με μακαρόνια (παρμεζάνα, λαρδί, μπεσαμελ, βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μυρωδικά, ριζότο με χοιρομήριο, παρμεζάνα)
- Μπούτια από γαλοπούλα κατά Ιταλικόν τρόπον(γεμίζουμε τα μπούτια με τούφες και γέμιση των πουλιών, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί, τα ποτίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με ρυζότο κατά τον τρόπον του Μιλάνου, παρμεζάνα, χοιρομέρι)
- Κοτολέτες κατά τον τρόπο του Μιλάνου(αλατοπιπερώνουμε, βουτάμε σε αυγά χτυπημένα και κατόπιν σε ψωμί τριμμένο με λίγο τυρί, δίνουμε σχήμα στρογγυλό και τηγανίζουμε δεν λέει σε τι)
- Πιλάφι κατά τον Γαλλικόν τρόπον
- Πιλάφι κατά τον τρόπον του Μιλάνου
- Μικραί φόρμαι με ρύζι και αυγά(ριζότο, παρμεζάνα, βούτυρο, αυγά χτυπημένα με τυρί, φριτούρα)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)
- ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Αμερικάνικον τρόπον (μανιτάρια, ρύζι, βούτυρο, παρμεζάνα, βελουτέ, με πιπέρι Ινδιών-καρίκ)
- Αυγά κτυπημένα με παρμεζάνα
- Κουνουπίδια εις το πιάτο (βράζουμε, στραγγίζουμε, βάζουμε σε πιατέλα με τυρί, μπεσαμελ, ψωμί τριμμένο, βούτυρο, ψήνουμε στο φούρνο)
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον (βούτυρο, σκόρδο, παρμεζάνα, ψωμί, 1-2 καρότα)

- Κεφτέδες τηγανιτοί (βοδινός κιμάς, 2-3 αυγά, κρεμμύδι γιαχνιστό με βούτυρο, ψίχα ψωμιού, λεμόνι, τυρί τριμμένο, τους πλάθουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Ντομάτες εις το ταψί (10 ντομάτες, βρέχουμε με βούτυρο, γαλέτα, τυρί τριμμένο)

ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

- Αυγά κατά τον χωρικόν τρόπον (αλείφουμε με βούτυρο 1 πιάτο, το βάζουμε σε σιγανή φωτιά, σπάμε μέσα τα αυγά, τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος και σιγοψήνουμε)
- Αυγά κτυπητά –αλλά νέζ –με βανίλλια
- Ομελέτα με τυρί (τυρί τριμμένο και χτυπημένο με αυγά, προσθέτουμε κρέμα)
- Ομελέτα με ζάχαρη(χτυπάμε τα αυγά με κρέμα, ζάχαρη, λίγο αλεύρι, ανθόνερο και ψήνουμε την ομελέτα με βούτυρο)
- Άλλη ομελέτα με ζάχαρη(χτυπούμε χωριστά τα ασπράδια, ανακατώνουμε τους κρόκους με ξυμένη φλούδα λεμονιού και ζάχαρη, ενώνουμε τους κρόκους με τα ασπράδια και προσθέτουμε λίγη κρέμα, ψήνουμε την ομελέτα και σερβίρουμε περιχύνοντας με ζάχαρη)
- Αυγά κατά τον τρόπο της Βενετίας (αλείφουμε μια καραβάνα με βούτυρο, βάζουμε τα κιτρινάδια αυγών, ποτίζουμε με κρέμα**,** χύνουμε από πάνω τα χτυπημένα ασπράδια μπορούμε να τα αρωματίσουμε με ανθόνερο)
- Λουκάνικα κατ' άλλο τρόπον
- Μακαρόνια Ιταλικά(βράζουμε τα μακαρόνια σε ζωμό, τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με τυρί παρμεζάνα και γρουγιέρ, βούτυρο, πιπέρι, και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος, ανακατώνουμε, τα βάζουμε στη φωτιά και όταν ψηθούν προσφέρουμε
- Σούπα κρέμα των πουλιών
- Σούπα της πριγκηπίσσης Σοφίας(μείγμα από 3 κροκάδια αυγών και κρέμα γάλακτος)
- Πουρές από κάστανα (βούτυρο, κάστανα, σάλτσα ισπανική, κρέμα γάλακτος)
- Σφαιρίδια από πατάτες
- Κροκέτα – τηγανίταις από κοτόπουλα (βούτυρο, μανιτάρια, αλεύρι, κρέμα, κόβουμε το κρέας ψημένο από **την** προηγούμενη μέσα στη σάλτσα, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε)
- Σάλτσα κρέμας
- Σάλτσα Γερμανική (βελουτέ, 2 κρόκους, κρέμα γάλακτος, βούτυρο)

ΓΙΑΟΥΡΤΙ:

- Μπούτι πρόβειο εις τη σούβλα (μπήγουμε σκόρδα, βούτυρο, στην Τουρκία συνηθίζεται να το αλείφουν με γιαούρτι)
- Πιλάφι με γιαούρτι

6. ΌΣΠΡΙΑ

- Φασόλια άσπρα (κρεμμύδι, βούτυρο, μυρωδικά, σάλτσα ισπανική)
- Φασόλια άσπρα ξηρά κατ' άλλον τρόπον (μυρωδικά, κρεμμύδι, χόρτα, βούτυρο, λεμόνι)
- Φασόλια ξηρά γιαχνί (λάδι, κρεμμύδια, χόρτα, καρότα, μαϊντανό, σέλινο, φασόλια, νερό
- Σούπα από φασόλια (σαρακοστιανή, με λάδι και ξύδι)
- Πουρές από ξηρά φασόλια(αφού βράσουμε τα φασόλια, προσθέτουμε ζαμπόν, πράσα, κρεμμύδια, 1 καρότο, 1 ρίζα σέλινο, τα αφήνουμε να βράσουν, τα λιώνουμε και τα περνάμε από κόσκινο, προσθέτουμε βούτυρο, δυνατό ζωμό, και γλάσο των πουλιών, όταν σερβίρουμε προσθέτουμε λίγη ζάχαρη και μοσχοκάρυδο
- Φασολάκια ξηρά σαλάτα (βράζουμε τα φασολάκια, τα στραγγίζουμε, τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, ψιλοκομμένο κρεμμυδάκι και ψιλοκομμένο μαϊντανό
- Σαλάτα με διάφορα χόρτα (βράζουμε παντζάρια, πατάτες, καρότα, ρέβες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, κουνουπίδι, χωριστά, τα κόβουμε σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, τα αλατοπιπερώνουμε, περιχύνουμε με λάδι και ξύδι και σερβίρουμε)
- Σαλάτα Ρωσική (κόβουμε καρότα, ρέβες, παντζάρια, πατάτες σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, προσθέτουμε φασόλια πράσινα, φασόλια ξηρά, φιλέτα από 2 ρέγκες, τα ψαχνά από ένα πουλί, λίγη τρούφα, αγγουράκια, κάπαρη, λίγο λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι και μαγιονέζα)
- Κρέας με φασόλια ξηρά ή ρεβίθια
- Μπούτι αρνιού με ξηρά φασόλια,
- Φακές (μαϊντανό, βούτυρο, γιαχνίζουμε)
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον (βούτυρο, σκόρδο, παρμεζάνα, ψωμί, 1-2 καρότα)
- Φακές σούπα (χόρτα, σκόρδο, λάδι και ξύδι)
- Πουρές από φακή(βράζουμε τη φακή, την περνάμε από μια τριχιά και την βάζουμε σε μια άλλη κατσαρόλα, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, γλάσο, αλάτι, πιπέρι, ανακατώνουμε και σερβίρουμε)
- Σούπα με πουρέ φακών (βούτυρο, ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδι, φακές οι οποίες αφού βράσουν τις περνάμε από τρυπητό)
- Σούπα κρέμα από πέρδικες
- Σούπα με φακές (σαρακοστιανή, με λάδι και ξύδι)
- Κουκιά με σάλτσα άσπρη (βράζουμε, στραγγίζουμε, σοτάρουμε σε λιωμένο βούτυρο, περιχύνουμε με μπεσαμελ)

- Ξερά κουκιά φάβα (4-5 κρεμμυδάκια, λάδι, ρίγανη)
- Σούπα με ρεβίθια(σαρακοστιανή με λάδι και λεμόνι)

7. ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Σιτάλευρο

Ζύμη

- Πάστα σφολιάταν (αλεύρι, αλάτι, νερό, πάχος νεφραμιάς)
- Πάστα σφολιάτα με βούτυρο (αλεύρι, αλάτι, νερό, βούτυρο μαλακό)
- Πάστα άλλου είδους-δια τα τιμπάλ (αλεύρι, βούτυρο, 2 κρόκους αυγών, αλάτι)
- Πάστα δια τούρταις (αλεύρι, βούτυρο, κρόκους, αλάτι, πιο μαλακή ζύμη)
- Πάστα με σάλτσα Ισπανική (γάλα, αλεύρι, βούτυρο, κρόκους αυγού)
- Μικρά παστιτσάκια (πάστα σφολιάτα, γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών)
- Μικρά παστιτσάκια της σαρδέλας (πάστα σφολιάτα, γεμίζουμε με γέμιση ψαριού, και βούτυρο σαρδέλας)
- Βολοβάν (πάστα σφολιάτας)
- Μικρά βολοβαν με άσπρη σάλτσα
- Βολοβαν με σάλτσα (γεμίζουμε τα βολοβαν με σάλτσα με λαρδί, βούτυρο, ζαμπόν, αρνίσιο κρέας, συκωτάκια όρνιθας, κρίσταις πετεινού ζεματισμένες και καθαρισμένες, αυγά πετεινού, βιδελίσιες ελιές, μυαλά κομμένα, τρούφες, μανιτάρια, άσπρο κρασί, ελιές πράσινες χωρίς τα κουκούτσια, γλάσο πουλιών)
- Τούρτα κατ' άλλον τρόπον (πάστα σφολιάτας, σαρδέλες κοπανισμένες με λάδι, σκεπάζουμε με το άλλο τεμάχιο της πάστας, αλείφουμε με κρόκους αυγού και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κοτόπητα(πάστα σφολιάτας, γέμιση με όρνιθα την οποία έχουμε γιαχνίσει με κρεμμύδια, βούτυρο, αφαιρούμε τα κόκαλα, προσθέτουμε τριμμένο ψωμί, 6-8 αυγά, μυρωδικά, ανακατώνουμε, βάζουμε στην πάστα και ψήνουμε)
- Κρεατόπητα (όπως η κοτόπητα αλλά αντί όρνιθα βάζουμε αρνίσιο κρέας)
- Μπουρεκάκια (κόβουμε μια πάστα σφολιάτα σε τεμάχια και τα γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών και στη συνέχεια τα τηγανίζουμε σε φριτούρα με βούτυρο)

Ρυζάλευρο

- Πανάδα από ρυζάλευρο

Αλεύρι από πατάτα ή άμυλο

- Καρότα με μαϊντανό
- Λαγώς ψητός ή σιβέ

Σιμιγδάλι

- Σούπα σιμιγδαλένια (σιμιγδάλι, ζωμό)

Κριθάρι:

- Σούπα με φάρον (ζωμό, κριθάρι, τριμμένο τυρί)
- Σούπα της πριγκιπίσσης Σοφίας (κριθάρι, στήθη πουλιών κοπανισμένα, ζωμό, μίγμα από 3 κρόκους με κρέμα γάλακτος, βούτυρο)

Ταπιόκα

- Σούπα από ταπιόκα (ζωμός, ταπιόκα)

Ψωμί:

Σάντουιτς:

- Φέτες-σάντουιτς με ζαμπόνι (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, ζαμπόν στο πάχος ενός ταλήρου)
- Φέτες-σάντουιτς με τυρί (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, τυρί της Σβίτσερης πάχους ενός ταλήρου)
- Φέτες-σάντουιτς με σηκότι της χήνας (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, σηκότι της χήνας)
- Φέτες-σάντουιτς με χαβιάρι (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, χαβιάρι μαύρο)

Σούπες

- Σούπα με ψωμάκια (ζωμό, ψωμάκια τηγανισμένα σε βούτυρο)
- Σούπα με Γερμανικαίς φραντζόλαις

Διάφορα

- ποδαράκια μοσχαριού κατ' άλλον τρόπον (με σάλτσα αυγολέμονο)
- κεφάλι μοσχαριού κατά βασιλικόν τρόπον
- Πέρδικαις με τριμμένο ψωμί
- Στρείδια με τριμμένο ψωμί
- Κορυδαλλοί με ψωμάκια
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια
- Κουνουπίδι με τριμμένο ψωμί
- Σπανάκι με ψωμάκια
- Μανιτάρια με ψωμάκια κοκκινισμένα στο βούτυρο
- Χαβαριοσαλάτα (κοπανίζουμε ένα κρεμμυδάκι, προσθέτουμε μαύρο χαβιάρι, 1 πατάτα βρασμένη κρύα κοπανισμένη και ψίχα ψωμιού βρεγμένη και στυμμένη, κοπανίζουμε μέχρι να γίνει αλοιφή, και ρίχνουμε λίγο

λίγο λάδι και ξύδι ανακατεύοντας συνεχώς, προσθέτουμε λίγο λεμόνι και λάδι, και σερβίρουμε με κορυφές μαϊντανού)

- Χαβιαροσαλάτα σαρακοστιανή(χωρίς πατάτα, με ψωμί, κρεμμύδι, λάδι και λεμόνι)
- Ομελέτα με ψίχα ψωμιού(αυγά, ψίχα ψωμιού τριμμένη, γάλα)
- Ομελέτα με μαϊντανό
- Μακαρόνια με τυρί(αφού ζεματίσουμε τα μακαρόνια τα θέτουμε σε μια κατσαρόλα ένα στρώμα μακαρόνια, ένα στρώμα ψωμί τριμμένο ανακατωμένο με τυρί τριμμένο, και ούτω καθ' εξής, τα αφήνουμε να ψηθούν σε σιγανή φωτιά)

Πανάδες, γεμίσματα, και κοπανισμένα κρέατα

- Πανάδα από ψωμί
- Πανάδα δια γεμίσματα
- Γέμισμα από πέρδικα
- Γέμισμα για περιστέρια γεμιστά και ψητά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον
- Κοπάνισμα απλούν
- Κοπάνισμα μυαλών
- Κοπάνισμα σηκοτιού βωδινού

Πουρέδες

- Πουρές από όρνιθα
- Πουρές από τρούφαις
- Πουρές από ρίζαις σελίνου
- Πουρές από μανιτάρια

Κροκέτες

- Κροκέτα των πουλιών
- Κροκέτα από σηκότι χήνας
- Κροκέτα από μοσχάρι
- Κροκέτα από αρνί
- Κροκέτα από κυνήγι
- Κροκέτα από πρόβειο κρέας
- Κροκέτα από ψάρι
- Κροκέτα από πατάταις

Σάλτσες

- Σάλτσα χρένου (ρίζα χρένου, ψωμί τριμμένο, ζωμό, ξύδι, ζάχαρη)
- Σάλτσα με τηγανισμένο ψωμί

Πάστες

- Κροκέτα από μακαρόνια
- Κοτόπητα
- Κρεατόπητα
- Μικραί φόρμαι με ρύζι και αυγά

Ζυμαρικά:

Μακαρόνια

- Μακαρόνια Ιταλικά (βράζουμε τα μακαρόνια σε ζωμό, τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με τυρί παρμεζάνα και γρουγιέρ, βούτυρο, πιπέρι, και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος, ανακατώνουμε, τα βάζουμε στη φωτιά και όταν ψηθούν προσφέρουμε)
- Μακαρόνια του Λιβόρνου(ανακατώνουμε τα βρασμένα μακαρόνια με βούτυρο, αλεύρι, τριμμένο τυρί, και προσφέρουμε με ντομάτα)
- Μακαρόνια αλά Καλαβρέζα(με σάλτσα την οποία παρασκευάζουμε με 2 ντομάτες, τυρί, κρεμμύδι, βούτυρο, γλάσο, μανιτάρια, χοιρομέρι)
- Μακαρόνια κατ' άλλον τρόπον(μακαρόνια, βούτυρο, τριμμένο τυρί, μπεσαμελ, χοιρομέρι, παρμεζάνα, βούτυρο)
- Μακαρόνια εις το φούρνο(αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, τριμμένο τυρί, κιμά καβουρδισμένο και 3 χτυπημένα αυγά, ανακατώνουμε και το βάζουμε σε ένα ταψί βουτυρωμένο και πασπαλισμένο με ψωμί τριμμένο. Πάνω από τα μακαρόνια ρίχνουμε τυρί και μια κρούστα η οποία γίνεται με βούτυρο, αλεύρι και γάλα τα οποία τα αφήνουμε να βράσουν ανακατεύοντας, και αφού τραβήξουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά προσθέτουμε 3 κροκάδια αυγών και τριμμένο τυρί. Ρίχνουμε αυτή τη κρούστα πάνω από τα μακαρόνια και βάζουμε το ταψί στο φούρνο)
- Μακαρόνια με σάλτσα (μακαρόνια, περιχύνουμε με καμένο βούτυρο, τριμμένο τυρί, σάλτσα ντομάτας ή άλλη σάλτσα)
- Μακαρόνια εις φόρμα(αφού βράσουμε τα μακαρόνια και τα στραγγίσουμε τα βάζουμε σε μία φόρμα ανάμεσα σε 2 φύλλα πάστας ανακατωμένα με τυρί τριμμένο, βούτυρο και πιπέρι, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να ψηθούν σε σιγανή φωτιά μια ώρα)
- Μακαρόνια με βούτυρο σαρδέλας
- Μακαρόνια με τυρί(αφού ζεματίσουμε τα μακαρόνια τα θέτουμε σε μια κατσαρόλα ένα στρώμα μακαρόνια, ένα στρώμα ψωμί τριμμένο ανακατωμένο με

- Λαζάνια (κανελόνια) παραγεμιστά (ψαχνά όρνιθας, μανιτάρια, τρούφες, μυρωδικά, μυαλά, ζαμπόν, βούτυρο, 2 αυγά, γεμίζουμε τα λαζάνια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με σάλτσα ντομάτα, βούτυρο, τριμμένο τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Λαζάνια με άσπρη σάλτσα (όπως η προηγούμενη συνταγή αλλά αντί σάλτσα ντομάτας βάζουμε μπεσαμελ)
- Κροκέτα από μακαρόνια (μακαρόνια βρασμένα, τρούφες, χοιρομέρι, τυρί, αυγό, ψωμί τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Μικρά βολοβάν με άσπρη σάλτσα (μανιτάρια, ζεματισμένα μυαλά, κανελόνια, μυρωδικά, μπεσαμελ, γεμίζουμε τα βολοβαν)
- Τεμάχιο βοδινό με μακαρόνια(κοκκινίζουμε το κιλότο με διάφορα μυρωδικά, λάδι, βούτυρο**,** λαρδί, δάφνη, πιπέρι, γαρύφαλλα, σκόρδο, κρασί ζωμό, το αναμειγνύουμε με σάλτσα Ισπανική και ντομάτας και συνοδεύουμε με μακαρόνια σοταρισμένα με βούτυρο και παρμεζάνα)
- Φιλέτο βοδινό με μακαρόνια (βούτυρο, φιλέτο, λαρδί, σκόρδο, χόρτα, σάλτσα ισπανική, σάλτσα ντομάτας, μακαρόνια με παρμεζάνα και βούτυρο)
- Γάλος με μακαρόνια
- Πτέρυγες των πουλιών κατά τον τρόπον της Νεαπολέως(βούτυρο, λαρδί, σερβίρουμε με μακαρόνια, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ, τρούφες)
- Σούπα Χριστουγεννιάτικη Νεαπολέως (χονδρά μακαρόνια βρασμένα στραγγισμένα, τα βάζουμε σε μια σουπιέρα και από πάνω προσθέτουμε ζωμό και πουρέ ντομάτας)
- Σούπα από φιδέ(φιδές με ζωμό)
- Σούπα πάστα με ταχίνι σαρακοστιανό) (βράζουμε την πάστα με αλάτι, όταν βράσει χύνουμε λιωμένο ταχίνι στη σουπιέρα και ανακατεύουμε)
- Σούπα με πάστα (ζωμός, οποιαδήποτε πάστα)
- Σούπα από πουρέ ντομάτας (κρέας, χόρτα, ντομάτες, περνάμε από τρυπητό, βάζουμε πάστα)

Ρύζι

- Πιλάφι κατά τον **Τούρκικον** τρόπον
- Πιλάφι με κοτόπουλα
- Πιλάφι κατά τον τρόπον του Μιλάνου
- Ατζέμ πιλάφι (2 σπάλες αρνιού σε μικρά κομματάκια, 2 κρεμμύδια, σβήνουμε με ντομάτα, σε άλλη κατσαρόλα ρίχνουμε βούτυρο, καβουρδίζουμε το ρύζι και χύνουμε το κρέας με το ζουμί του, αφήνουμε να βράσει)
- Πιλάφι με **γιαούρτι** (βούτυρο, κρεμμύδι, ρίχνουμε το ρύζι, ζουμί με το πάχος του, σιγοβράζουμε, το σερβίρουμε χωριστά με γιαούρτι)
- Πιλάφι κατά τον Γαλλικόν τρόπον (ζεματάμε ρύζι, το στραγγίζουμε, σε άλλη κατσαρόλα γιαχνίζουμε κρεμμυδάκια με λαρδί ή ζαμπόν, μυαλά ζεματισμένα, σάλτσα Γερμανική, παρμεζάνα και προσφέρουμε)
- Πιλάφι με ντομάταις φρέσκαις (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτες, καβουρδίζουμε το ρύζι με βούτυρο βρέχουμε με ζουμί, και όταν μισοβράσει ρίχνουμε και τη ντομάτα)
- Πιλάφι με κυνήγια (βράζουμε το ρύζι, το ζεματάμε με καμένο βούτυρο, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ)
- Πιλάφι με σάλτσα άσπρη (ζεματάμε με καμένο βούτυρο, το περιχύνουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με αλεύρι, βούτυρο, και γάλα)
- κεφάλι μοσχαριού με ρύζι (βάζουμε πάνω από το ριζότο το κεφάλι που έχουμε βράσει, περιχύνουμε με σάλτσα από πιπέρι καρίκ)
- Ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Αμερικάνικον τρόπον με πιπέρι Ινδιών-καρίκ)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μυρωδικά, ριζότο με χοιρομήριο, παρμεζάνα)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον Ινδικόν τρόπον (βούτυρο, ρύζι με πιπέρι καρίκ και βούτυρο)
- Όρνιθα με ρύζι (λαρδί, καρότα, ρύζι, μυρωδικά)
- Καπόνι με ρύζι
- Καρί από πουλιά με ρύζι
- κοτόπουλα με ρύζι κατά τον Γαλλικόν τρόπον
- Πιλάφι με ορτύκια
- Πιλάφι με μικρά πουλάκια (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, ζωμό, βούτυρο και ρύζι σε άλλη κατσαρόλα)
- Πιλάφι με κοτσύφια
- Περιστεράκια με ρύζι
- Στήθη από γαλοπούλα (λαρδί, χόρτα, κρασί, ρύζι, σερβίρουμε με βελουτέ και τρούφες)
- Μύδια πιλάφι
- Μύδια της Κωνσταντινουπόλεως γεμιστά (με ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα, λάδι, γεμίζουμε τα μύδια, δένουμε με κλωστή, βάζουμε να βράσουν με νερό και λάδι)
- Καλαμαράκια γεμιστά (κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, ρύζι, μαϊντανό, κανέλα, πόδια των καλαμαριών, γεμίζουμε τα καλαμάρια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι και λεμόνι και ψήνουμε)
- Μικραί φόρμαι με ρύζι και αυγά (ριζότο, παρμεζάνα, βούτυρο, αυγά χτυπημένα με τυρί, φριτούρα)
- Ντολμάδες λάχανο σαρακοστιανοί
- Γιαπράκια
- Γιουβαρλάκια

- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Ντομάτες παραγεμιστές(γέμιση με κιμά, ρύζι, ψίχα από ντομάτες, μαϊντανό, ρύζι, 1 αυγό, αλάτι και πιπέρι)
- Κολοκυθάκια γεμιστά (γεμίζουμε με κιμά με δυόσμο, αλάτι, πιπέρι, ρύζι, 2 αυγά, γεμίζουμε τα κολοκυθάκια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν και περιχύνουμε με μπεσαμελ, στην οποία προσθέτουμε 3 κρόκους, λεμόνι και λίγο βούτυρο)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό κατά Ρωσικόν τρόπον (γέμιση με ρύζι, συκωτάκια πουλερικών γιαχνισμένα με σάλτσα γερμανική, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Λάχανο γεμιστό
- Μπούτια από γαλοπούλα κατά Ιταλικόν τρόπον(γεμίζουμε τα μπούτια με τούφες και γέμιση των πουλιών, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί, τα ποτίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με ρυζότο κατά τον τρόπον του Μιλάνου, παρμεζάνα, χοιρομέρι)
- Σούπα λαμπριάτικη Ελληνική (συκωτάκια και εντεράκια αρνιού, ρύζι, ζωμός και αυγολέμονο)
- Σούπα με ρύζι (ζωμός, ρύζι, αυγολέμονο)
- Σούπα με κοπανισμένο ρύζι(Ρύζι κοπανισμένο με νερό, ζωμό, 2 κρόκους, γάλα, βούτυρο)
- Σούπα ρύζι από αμύγδαλα(σαρακοστιανό) (ρύζι, αμύγδαλα ασπρισμένα και κοπανισμένα λιώνουμε με λίγο νερό, τα περνούμε από τρυπητό μέσα στη σουπιέρα όπου θα σερβίρουμε το ρύζι)
- Σούπα σαρακοστιανή με ρύζι (ρύζι με ντομάτα, ζωμός)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)

8. ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

Διάφορα λαχανικά

- Σαλάτα με φύλλα πράσινα κουκιών (παίρνουμε τα φύλλα των κουκιών, τα ψιλοκόβουμε, προσθέτουμε μαϊντανό και άνηθο ψιλοκομμένο, αλάτι, ξύδι)
- Σαλάτα με αγγούρια (ξύδι, λάδι, μαϊντανό, μαρούλια)
- Σαλάτα με αντίδια(λάδι, ξύδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα με ντομάτες(ξύδι, λάδι, αλατοπιπερώνουμε)
- Σαλάτα με μαρούλια(λάδι, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, μουστάρδα)
- Πέρδικες σαλάτα (καρδιές μαρουλιού, ψητές πέρδικες, αυγά, κάπαρη, φιλέτα σαρδέλας)
- Σαλάτα από φιλέτα λουφαριών (σφικτά αυγά, σαλάτα, φιλέτα των ψαριών, μαγιονέζα. Μπορούμε να κάνουμε με όσα είδη ψαριών υπάρχουν και όσα είδη σαλάτας)
- Σαλάτα από αγκινάρες και σέλινα (ρίζες σέλινα, αγκινάρες, λάδι, ξύδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα λάχανο(άσπρο λάχανο, λάδι, ξύδι)
- Σαλάτα κολοκύθια (αφού ξεφλουδίσουμε τα κολοκύθια, τα αδειάζουμε, τα κόβουμε σε λεπτές φέτες, τα αλατίζουμε και τα στραγγίζουμε πολλές φορές για να βγει το ζουμί τους και όταν στραγγιστούν καλά τα αρωματίζουμε και τα σερβίρουμε ως σαλάτα μαζί με ψιλοκομμένες φέτες κρεμμυδιού
- Σάλτσα χρένου (ρίζα χρένου, ψωμί τριμμένο, ζωμό, ξύδι, ζάχαρη)
- Σάλτσα από ντομάτες ξηρές (περνάμε από κλώστη φέτες χονδρές από ντομάτες, τις ξεραίνουμε στον ήλιο, όταν θέλουμε σάλτσα τις βάζουμε σε ζεστό νερό και τις ξεπλένουμε)
- Ρεπάνι σαλάτα (ξύνουμε ένα μεγάλο άσπρο ρεπάνι με τον τρίφτη, προσθέτουμε αλάτι, λάδι, λεμόνι και σερβίρουμε)

Βραστά:

Σούπες

- Σούπα από ξινήθρα (κάνουμε ένα πουρέ από πατάτες, προσθέτουμε ζωμό και βράζουμε, ενώ βάζουμε ταυτόχρονα και μερικά δεμάτια ψιλοκομμένης ξινήθρας, την ώρα που σερβίρουμε προσθέτουμε ένα μείγμα από γάλα 2 κρόκους αυγών και βούτυρο)
- Σούπα με χόρτα(ετοιμάζουμε το ζωμό και κόβουμε σε μικρά κομμάτια μερικά καρότα, σέλινο, μερικές ρέβες, πράσο, κρεμμύδια, μια πατάτα και ότι άλλα χόρτα θέλουμε και βράζουμε, στο τέλος προσθέτουμε αυγολέμονο)
- Σούπα με χόρτα (καρότα, ρέβες, πράσα, λάχανα, ζάχαρη, βούτυρο)
- Σούπα χωρική (ζωμός, χόρτα, ζάχαρη)
- Σούπα με πατάτες σαρακοστιανή
- Σούπα Βικτωρίας (4-5 κρόκους αυγών, χυλό της σούπας, πουρέ ντομάτας φρέσκιας, μπιζέλια, κορυφές σπαραγγιών, καροτάκια, σέλινο)
- Σούπα από πουρέ ντομάτας (κρέας, χόρτα, ντομάτες, περνάμε από τρυπητό, βάζουμε πάστα)
- Σούπα με κρεμμυδάκια (βράζουμε τα κρεμμυδάκια σε ζωμό και τα σερβίρουμε με μπιζέλια)

- Σούπα με πουρέ μπιζελιών (βούτυρο, ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδι, ζωμό, μπιζέλια τα οποία αφού βράσουν τα περνούμε από τρυπητό)
- Σούπα με κουνουπίδι (βούτυρο, κουνουπίδι, χυλό της σούπας, 3 κρόκους, γάλα, 2 στήθη πουλιών κομμένα σε φέτες)
- Σούπα με ρέβες (βούτυρο, ρέβες, ζωμό, ζάχαρη, σάλτσα από αλεύρι, γάλα, βούτυρο, 3 κρόκους με γάλα)
- Σούπα με φασόλια πράσινα (φασόλια, βούτυρο, μπεσαμελ με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, χυλό της σούπας, 3 κρόκους με γάλα, βούτυρο)
- Σούπα με Γερμανικαίς φραντζόλες (ζωμός, χόρτα, γερμανικές φραντζόλες στο φούρνο με βούτυρο)
- Σούπα με πουρέ σέλινων (ζωμός, σέλινα, γάλα, 3 κρόκους)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)

Σαλάτες

- Σαλάτα πατάτες (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τις σερβίρουμε με μαϊντανό, λεμόνι, λάδι και αλάτι)
- Σαλάτα με πατάτες και παντζάρια (βράζουμε λίγες πατάτες και παντζάρια χωριστά, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα κόβουμε σε φέτες ψιλές, τα σερβίρουμε περιχύνοντάς τα με λαδόξιδο, αλάτι και πιπέρι)
- Σαλάτα με διάφορα χόρτα(βράζουμε παντζάρια, πατάτες, καρότα, ρέβες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, κουνουπίδι, χωριστά, τα κόβουμε σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, τα αλατοπιπερώνουμε, περιχύνουμε με λάδι και ξύδι και σερβίρουμε)
- Σαλάτα Ρωσική (κόβουμε καρότα, ρέβες, παντζάρια, πατάτες σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, προσθέτουμε φασόλια πράσινα, φασόλια ξηρά, φιλέτα από 2 ρέγκες, τα ψαχνά από ένα πουλί, λίγη τρούφα, αγγουράκια, κάπαρη, λίγο λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι και μαγιονέζα)
- Χαβαριοσαλάτα (κοπανίζουμε ένα κρεμμυδάκι, προσθέτουμε μαύρο χαβιάρι, 1 πατάτα βρασμένη κρύα κοπανισμένη και ψίχα ψωμιού βρεγμένη και στυμμένη, κοπανίζουμε μέχρι να γίνει αλοιφή, και ρίχνουμε λίγο λίγο λάδι και ξύδι ανακατεύοντας συνεχώς, προσθέτουμε λίγο λεμόνι και λάδι, και σερβίρουμε με κορυφές μαϊντανού)
- Σαλάτα κολοκυθάκια (κόβουμε τα κολοκυθάκια στις άκρες, τα σχίζουμε με ένα μαχαίρι στη μέση, τα αφήνουμε να βράσουν σε αλατισμένο νερό, τα στραγγίζουμε και τα σερβίρουμε περιχύνοντάς τα με λαδόξιδο και λεμόνι)
- Σαλάτα με φασόλια πράσινα (αφού τα κόψουμε στα δύο και τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα περιχύνουμε με λεμόνι, λάδι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Κουνουπίδι βραστό με σάλτσα βουτύρου
- Κουνουπίδια σαλάτα (αφού το βράσουμε το σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Κοκκινογούλια-παντζάρια- με λαδόξιδο)
- Κοκκινογούλια σαλάτα (αφού τα βράσουμε, τα κόβουμε σε τεμάχια, προσθέτουμε ξύδι, αλάτι, λάδι και σκόρδο)
- Σκορδαλιά (κοπανίζουμε 2-3 σκελίδες σκόρδο μαζί με κουκουνάρια ή καρύδια ή αμύγδαλα, προσθέτουμε 1ή 2 βρασμένες πατάτες, τα κοπανίζουμε σε ένα γουδί και ρίχνουμε λίγο λίγο το λάδι και λίγο ξύδι)
- Σαλάτα πιπεριαίς (βράζουμε τις πιπεριές, κόβουμε σε τεμάχια, ρίχνουμε ξύδι, σκόρδο, λάδι)
- Σαλάτα με μπρόκολα (βράζουμε, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι, αλάτι)
- Ραδίκια σαλάτα (αφού τα βράσουμε, τα σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Σαλάτα από σινάπια (καθαρίζουμε τα χόρτα, τα βράζουμε και τα σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Σάλτσα από ντομάτες διατηρημένες (λάδι, ντομάτες βρασμένες, τις βάζουμε σε μπουκάλια) πρόκειται για ένα είδος χυμό ντομάτας ή πουρέ

Στην κατσαρόλα:

- Πουρές από πατάτες (πατάτες βραστές, βούτυρο, γάλα)
- Πουρές από μπιζέλια (βράζουμε τα μπιζέλια, τα στραγγίζουμε, τα σκεπάζουμε με ζωμό και ξαναβάζουμε στη φωτιά να βράσουν, τα περνούμε από μια τριχιά ή φανέλα και τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα, προσθέτουμε βούτυρο, γάλα, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο και σερβίρουμε)
- Πουρές από κουκιά φρέσκα (κουκιά βραστά, βούτυρο, σάλτσα γερμανική, γλάσο)
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια
- Πουρές από αγκινάρες (βραστές αγκινάρες, βελουτέ, βούτυρο)
- Πουρές από ξινήθρα (ξινήθρα, βούτυρο, αλεύρι, γάλα ή ζουμί, ζάχαρη)
- Πουρές από ρίζες σέλινου (ρίζες σέλινου, ζωμό, βούτυρο, ψωμί, γλάσο)
- Πουρές σπανάκι (βούτυρο, σπανάκι βραστό, αλεύρι, γάλα)
- Σπανάκι πουρέ με βούτυρο σαρδέλας (σπανάκι, σκόρδο, σάλτσα ισπανική, βούτυρο σαρδέλας, βούτυρο)
- Σπανάκι πουρέ κατά τον Αγγλικόν τρόπον (σπανάκι, βελουτέ, βούτυρο)
- Πουρές από κρεμμύδια (κρεμμύδια, μπεσαμελ, γλάσο, βούτυρο)
- Πουρές από αντίδια(αντίδια βραστά, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, ζάχαρη)
- Πουρές από καρότα(βούτυρο, ζωμό, καρότα, ψωμί, βάζουμε και λίγη ζάχαρη)
- Πουρές από τρούφες (τρούφες, ψωμί, σάλτσα ισπανική, γλάσο, βούτυρο)
- Πουρές από μανιτάρια (βούτυρο, μανιτάρια, ζωμό, λεμόνι, ψωμί, γάλα)

- Πατάτες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βράζουμε και έπειτα τις προσθέτουμε σε κατσαρόλα με λιωμένο βούτυρο, τις σοτάρουμε)
- Πατάτες κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, νερό η ζωμό, κρασί)
- Πατάτες με μαϊδανό (βραστές πατάτες, σοτάρουμε με βούτυρο, προσθέτουμε μαϊντανό, κρεμμύδια, λεμόνι)
- Πατάτες με μανιτάρια (βράζουμε, κόβουμε σε φέτες, σοτάρουμε με βούτυρο, κρεμμυδάκια, μανιτάρια, μαϊντανό, προσθέτουμε αλεύρι, ζωμό, και 2 κρόκους, λεμόνι)
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τις πατάτες, κόβουμε σε φέτες, περιχύνουμε με μπεσαμελ)
- Πατάτες με σάλτσα ισπανική(σιγοβράζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, πιπέρι)
- Πατάτες με λαρδί (ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, λαρδί, ρίχνουμε τις πατάτες κρεμμύδι, ζωμό και σιγοψήνουμε)
- Πατάτες εις την κατσαρόλα (βούτυρο, λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, μοσχοκάρυδο)
- Πατάτες γεμιστές (μισοβράζουμε, αδειάζουμε μια μικρή τρύπα, γεμίζουμε με λουκάνικο, ψωμί, βούτυρο, κρόκους αυγού, σιγοψήνουμε σε ζωμό)
- Πατάτες γιαχνί (κοκκινίζουμε τις πατάτες κομμένες σε κομμάτια με κρεμμύδι και λάδι**,** προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα, νερό για να τις σκεπάσει και αφήνουμε να ψηθούν)
- Φασόλια φρέσκα πράσινα (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με ψωμάκια τηγανισμένα (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με άσπρη σάλτσα(βούτυρο, μπεσαμελ)
- Μπιζέλια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, ζωμό)
- Μπιζέλια κατά τον Γαλλικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, ζάχαρη, κρουτόν)
- Μπιζέλια κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, ζάχαρη, ζωμό, κρόκο αυγού)
- Μπιζέλια φυσικά(βούτυρο, κρεμμύδια, μαϊντανό, ζάχαρη)
- Μπιζέλια φρέσκα σοταρισμένα (λαρδί, βούτυρο, ζάχαρη, κρεμμύδια)
- Μπιζέλια κατά τον Ελληνικόν τρόπον (βούτυρο, ζουμί, ντομάτα, αντί βούτυρο μπορεί να γίνει με λάδι)
- Μπιζέλια Αθηναϊκά (βούτυρο)
- Μπιζέλια γιαχνί (γιαχνίζουμε κρεμμύδι σε λάδι, προσθέτουμε τα μπιζέλια, με μαϊντανό, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι και νερό και αφήνουμε να ψηθούν)
- Κουκιά φρέσκα (βούτυρο, ζωμό, αλεύρι, κρόκους, ζάχαρη)
- Λάχανα με σάλτσα-αλά μπουρζοαζί (βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι, ζωμό)
- Λάχανα με γάλα (βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, γάλα, αλεύρι)
- Λάχανα κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, σπόρους ξινήθρας, λάχανο κομμένο, φέτες σαλτσισότα, ξύδι, αλάτι)
- Λάχανα με λαρδί (λαρδί, ψήνουμε με κρέας, κρεμμύδια)
- Αγκινάρες κατά τον τρόπον της Λυών (αλείφουμε με λεμόνι, βούτυρο, ζουμί, πάχος, σάλτσα ισπανική, γλασο)
- Αγκινάρες με φασόλια (12 αγκινάρες, λεμόνι, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, γλάσο)
- Αγκινάρες με σάλτσα Ισπανική (βούτυρο, ζωμό, σάλτσα ισπανική)
- Αγκινάρες με τρούφες (βούτυρο, τρούφες)
- Αγκινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον (σάλτσα ιταλική, βούτυρο)
- Αγκινάρες παραγεμιστές (γεμίζουμε με μανιτάρια καβουρδισμένα με κρεμμύδι, λάδι, μαϊντανό, ψωμί, ψήνουμε με βούτυρο και λαρδί, βρέχουμε με κρασί, και σάλτσα ισπανική)
- Αγκινάρες με Ολλανδική σάλτσα (σερβίρουμε με σάλτσα Ολλανδική
- Πάτοι από αγκινάρες με χόρτα διάφορα (βράζουμε τους πάτους, βουτάμε σε χυλό, γεμίζουμε με χόρτα σοταρισμένα με βούτυρο και ανακατωμένα με μπεσαμελ και προσφέρουμε
- Αγκινάρες με κουκιά (κρεμμύδια, λάδι, ντομάτες, κουκιά, πάτοι αγκινάρας βρασμένοι, άνηθο, νερό)
- Κουνουπίδι με σάλτσα Γερμανική (βράζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με σάλτσα γερμανική)
- Ξινήθρα (βούτυρο, σέλινο, μαρούλι, ξινήθρα, αλεύρι, ζωμό)
- Ξινήθρα με το γάλα (βούτυρο, χυλό με αλεύρι, 2 κρόκους, γάλα)
- Μαρούλια ψιλοκομμένα (βούτυρο, ζωμό, μαρούλια σέλινο)
- Μαρούλια με σάλτσα Ισπανική (ψήνουμε δεμένα με κλωστή με λαρδί, χόρτα και ζωμό, αλείφουμε με γλασο και σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική)
- Σέλινο κατά τον Ισπανικόν τρόπον (βράζουμε τις ρίζες, στραγγίζουμε με βάζουμε σε κατσαρόλα με πάχος, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- Σέλινα με αυγολέμονο (βράζουμε, σερβίρουμε με αυγολέμονο με αλεύρι)
- Σέλινα ψιλοκομμένα(βράζουμε, βάζουμε σε κατσαρόλα με ζωμό και βούτυρο)
- Σπανάκι με κρέμα (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, κρουτόν)
- σπανάκι με ψωμάκια (βούτυρο, σάλτσα ισπανική, γλασο, κρουτόν)
- Σπανάκια με Γερμανική σάλτσα(βούτυρο, σάλτσα γερμανική)
- Σπαράγγια με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, μπεσαμελ)
- Σπαράγγια με τρούφες (ζάχαρη, βούτυρο, πιπέρι, τρούφες σοταρισμένες με βούτυρο)
- Κορυφές σπαραγγιών (βούτυρο, βελουτέ, μοσχοκάρυδο)
- Σπαράγγια ψιλοκομμένα (βούτυρο, ζάχαρη, αυγολέμονο, κρουτόν)

- Κορυφαί σπαραγγιών (βούτυρο, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, μπεσαμελ, βούτυρο, αυγά βραστά)
- Δεμάτια σπαράγγια με σάλτσα Ολλανδική(αλεύρι, γάλα, κροκάδια αυγών, βούτυρο και χυμό λεμονιού)
- Κρομμύδια γκλασαρισμένα (βούτυρο, ζάχαρη, πιπέρι, νερό, κρεμμυδάκια, μισοψήνουμε και όταν αρχίσουν να γλασαρίζονται προσθέτουμε λίγο ζωμό)
- Μπρόκολα (βράζουμε, βάζουμε σε κατσαρόλα με βελουτέ, βούτυρο, ζάχαρη, γλασο)
- Αντίδια (βράζουμε, στύβουμε, βάζουμε με βούτυρο στη κατσαρόλα, γλασο)
- Αντίδια με άσπρη σάλτσα (αφού βράσουν, στραγγίζουμε, τα βάζουμε σε μπεσαμελ με μοσχοκάρυδο, γλάσο, βούτυρο ανακατώνουμε στη φωτιά και σερβίρουμε με κρουτον)
- Μπάμιες γιαχνί (βρέχουμε με ξύδι, αλάτι, αφήνουμε 1 ώρα, τις τηγανίζουμε και τις αραδιάζουμε σε κατσαρόλα, με κρεμμύδι, λάδι ή βούτυρο, ντομάτα, πιπέρι)
- Μελιτζάνες γιαχνί (αλατίζουμε, κόβουμε σε κομμάτια, κοκκινίζουμε με κρεμμύδι, λάδι, μαϊντανό, ντομάτες, δάφνη, σκόρδο, νερό)
- Καρότα (τα ψήνουμε σε ζωμό με άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και μυρωδικά, ενώνουμε τη σάλτσα με βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Καρότα με σάλτσα μαϊντανού(ψήνουμε τα καρότα σε νερό με αλάτι και βούτυρο και τα βάζουμε κατόπιν σε μια κατσαρόλα κάνουμε μια σάλτσα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδια, ψιλοκομμένα, αλάτι και πιπέρι και ρίχνουμε τα καρότα αφού τα στραγγίσουμε)
- Καρότα με μαϊντανό(κάνουμε ένα χυλό ξανθό με βούτυρο και αλεύρι πατάτας, προσθέτουμε μαϊντανό ψιλοκομμένο αλάτι και πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό και χυμό λεμονιού και προσθέτουμε και τα ζεματισμένα καρότα και τα αφήνουμε να ψηθούν)
- Καρότα με λαρδί(αντί για βούτυρο βάζουμε στη κατσαρόλα φέτες λαρδί, μαϊντανό, κρεμμύδια, αλάτι και πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό, προσθέτουμε τα καρότα που έχουμε προηγουμένως ζεματίσει και τα ψήνουμε)
- Κολοκύθια με σάλτσα (αφού τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα σοτάρουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και βάζουμε αλεύρι και ζωμό για να κάνουμε μια σάλτσα πηχτή)
- Κολοκύθια κρέμα (αφού τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα σοτάρουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε 1 κουταλιά αλεύρι και γάλα και ανακατεύουμε μέχρις ότου βράσουν)
- Κολοκύθια γεμιστά (αφού τα αδειάσουμε, τα γεμίζουμε με ψημένη γέμιση, στουμπώνουμε την τρύπα, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, δάφνη, θυμάρι και ζωμό και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κολοκυθάκια γιαχνί (κοκκινίζουμε κρεμμύδι με λάδι, βάζουμε τα κολοκυθάκια κομμένα, γιαχνίζονται με ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, νερό)
- Τρούφες κατ' άλλον τρόπον(τις μαραίνουμε με λάδι και προσθέτουμε βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και άσπρο κρασί. Όταν ψηθούν τις σερβίρουμε με χυμό λεμονιού ή τις ενώνουμε με κρόκους αυγών)
- Τρούφες με σαμπάνια (τις σοτάρουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, αλάτι, δάφνη και 1 μπουκάλι σαμπάνια ή άσπρο κρασί και αφήνουμε να ψηθούν με κλειστό το καπάκι)
- Μανιτάρια φρικασέ (βούτυρο, μανιτάρια ασπρισμένα, αλεύρι, μαϊντανό, ζωμό κρόκους, ξύδι)
- Μανιτάρια με ψωμάκια κοκκινισμένα εις βούτυρο(ξεφλουδίζουμε τα μανιτάρια, σοτάρουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε λεμόνι, μυρωδικά σκόρδο, προσθέτουμε 3 κρόκους αυγών, και κρουτόν)
- Ρέβες (30 ρέβες, ξεφλουδίζουμε, ρίχνουμε σε χυλό από βούτυρο και αλεύρι, ζωμό, ζάχαρη, ενώνουμε με 3 κρόκους)
- Ρέβες με ζάχαρη (ξεφλουδίζουμε τις ρέβες, τσιγαρίζουμε σε βούτυρο)
- Ρέβες με ζωμό (ξεφλουδίζουμε, τσιγαρίζουμε με βούτυρο και βρέχουμε με ζωμό)
- Γαρνιτούρα από ρέβες (βούτυρο, ζάχαρη, ρέβες, ζωμό)
- Γαρνιτούρα από σέλινο(καθαρίζουμε τις σεληνόριζες, τις κόβουμε σε τεμάχια, τις ζεματίζουμε, και εν συνεχεία τις βάζουμε να βράσουν με ζωμό και βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από πατάτες (βραστές πατάτες, σοτάρουμε με φρέσκο βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από σπαράγγια (βράζουμε τα σπαράγγια, σερβίρουμε με βούτυρο, λεμόνι)
- Γαρνιτούρα με χόρτα διάφορα- μασεδουάν (παίρνουμε ρέβες, καροτάκια, κορυφές σπαραγγιών, μπιζέλια, φασόλια πράσινα, κουνουπίδι, τα κόβουμε σε μικρά κομμάτια, τα βράζουμε χωριστά, τα στραγγίζουμε, τα σοτάρουμε με βούτυρο σε μια κατσαρόλα, προσθέτουμε γλάσο, αλάτι, πιπέρι και λίγη ζάχαρη και σερβίρουμε)
- Γαρνιτούρα από μπρόκολα(τα σοτάρουμε με βούτυρο και περιχύνουμε με χυμό λεμονιού)
- Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια (αφού τα βράσουμε, τα στραγγίζουμε και τα σοτάρουμε σε βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από κουνουπίδι (βραστό κουνουπίδι, σοτάρουμε στο βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από λάχανο(ψιλοκόβουμε το λάχανο και το βάζουμε στη κατσαρόλα με φέτες λαρδί, βρέχουμε με ζωμό και στο τέλος προσθέτουμε λίγο κρασί)
- Γαρνιτούρα από καροτάκια (βραστά καροτάκια, ζωμό με πάχος, ζάχαρη)
- Γαρνιτούρα από μπιζέλια (ζεματίζουμε τα μπιζέλια, σοτάρουμε με βούτυρο, ζάχαρη)
- Γαρνιτούρα από αγκινάρες (αλείφουμε με λεμόνι, βράζουμε, σοτάρουμε με βούτυρο)

Στο φούρνο:

- Πατάτες με σάλτσα (πατάτες στη χόβολη ή στο φούρνο, σάλτσα με βούτυρο, αγγουράκια τουρσί, κάπαρη)
- Ντομάτες γεμιστές (12 ντομάτες, αδειάζουμε, γεμίζουμε με κρεμμυδάκια καβουρδισμένα με λάδι, 1 κουτί μανιτάρια, τριμμένο ψωμί, μαϊντανό, σκόρδο, 3 κρόκους, τις βάζουμε στο ταψί κα λάδι)

- Ντομάτες εις το ταψί (10 ντομάτες, βρέχουμε με βούτυρο, γαλέτα, τυρί τριμμένο)
- Γαρνιτούρα από ντομάτες γεμιστές (κάνουμε μια γέμιση με ψιλοκομμένο κρεμμύδι που σοτάρουμε στη φωτιά, προσθέτουμε την ψίχα της ντομάτας, λίγο ψιλοκομμένο μαϊντανό, ψωμί τριμμένο, λίγα μανιτάρια, μοσχοκάρυδο και αλάτι και γεμίζουμε τις ντομάτες, τις οποίες τις βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο)
- Πάτοι από αγκινάρες παραγεμιστές (βράζουμε τους πάτους, γεμίζουμε με μανιτάρια καβουρδισμένα με βούτυρο, τρούφες, μαϊντανό, ψωμί, χόρτα, βούτυρο, αραδιάζουμε στο φούρνο και ψήνουμε)
- Κουνουπίδι με τριμμένο ψωμί (αφού το βράσουμε, μουσκεύουμε με μπεσαμελ, τυλίγουμε με ψωμί, αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κουνουπίδια εις το πιάτο (βράζουμε, στραγγίζουμε, βάζουμε σε πιατέλα με τυρί, μπεσαμελ, ψωμί τριμμένο, βούτυρο, ψήνουμε στο φούρνο)
- Μαρούλια (αφού τα ζεματίσουμε τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, τα σκεπάζουμε με ζουμί με πάχος, ρίχνουμε ένα δεμάτι δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλα, σκεπάζουμε τη κατσαρόλα και τη βάζουμε στο φούρνο)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαϊλντί κατά τον Τουρκικόν τρόπον (κρεμμύδια, λάδι, σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτες φέτες γιαχνίζουμε και γεμίζουμε τις μελιτζάνες, και τις κοκκινίζουμε στο τηγάνι με λίγο λάδι, τις βάζουμε στο φούρνο και τις ψήνουμε)
- Κολοκύθια γιαχνί (αλατίζουμε, αλευρώνουμε, βάζουμε σε καραβάνα με μαϊντανό, σκόρδο, σε στρώματα, ρίχνουμε ντομάτα, λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)
- Τρούφες εις χαρτιά (αφού τις καθαρίσουμε και τις πλύνουμε, τις αλατοπιπερώνουμε και τις τυλίγουμε σε χαρτί με φέτες λαρδί, βρέχουμε ελαφρώς το χαρτί και τα βάζουμε στη χόβολη για μια ώρα)
- Μανιτάρια κατ' άλλον τρόπον (μαρινάρουμε σε λάδι, βάζουμε με σκόρδο, μαϊντανό, χοιρινό κρέας, 2 κρόκους αυγών, γεμίζουμε τα μανιτάρια ποτίζουμε με λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)

Στο τηγάνι:

- Πατάτες κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (μικρά σφαιρίδια με πατάτες βρασμένες, αυγά, τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Πατάτες κατά τον τρόπον των Παρισίων (βούτυρο, πορτοκαλόνερο, αυγά, σφαιρίδια, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πατάτες τηγανητές(βούτυρο)
- Πατάτες τηγανητές κατ' άλλον τρόπον (φριτούρα, 2 φορές τηγανίζουμε)
- Πατάτες ζυμωμένες(αυγά, βούτυρο, πατάτες βρασμένες, πλάθουμε σε σχήμα φελλού, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Πατάτες μπαστουνάκια (φριτούρα)
- Πατάτες δια γαρνιτούρα(βράζουμε, βάζουμε σε τηγάνι με βούτυρο)
- Κροκέτα από πατάτες (βραστές πατάτες, τρίφτη, τυρί τριμμένο, βούτυρο, μαϊντανό, αυγά, τριμμένο ψωμί, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Γαρνιτούρα από κροκέτα πατάτες (βούτυρο, πατάτες, αυγό, φριτούρα)
- Σφαιρίδια από πατάτες (αλευρώνουμε και ψήνουμε τις πατάτες, τις λιώνουμε με γουδοχέρι, προσθέτουμε βούτυρο, μυρωδικά κρόκους και κρέμα, κάνουμε σφαιρίδια και τηγανίζουμε)
- Σφαιρίδια από πατάτες κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, ψιλοκομμένο κρέας, αυγό, πατάτες βρασμένες, τηγανίζουμε)
- Ντομάτες τηγανιτές (κόβουμε σε φέτες, αλατίζουμε, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Πάτοι από αγκινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον (βράζουμε, με ζουμί και πάχος, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, στραγγίζουμε, βουτάμε σε χυλό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πάτοι από αγκινάρες τηγανιτοί (γεμίζουμε τους πάτους με φέτες λεπτές των πουλιών, βουτάμε σε αυγό και ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πάτοι από αγκινάρες με σάλτσα (βράζουμε τις αγκινάρες, βουτάμε σε βελουτέ σφικτή με κρόκους και ουσία από κουτί μανιταριών, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από αγκινάρες(πάτους αγκινάρας ψημένους, μπεσαμελ, 3 κρόκους, κάνουμε κροκέτες τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κουνουπίδι τηγανιτό (βράζουμε, στραγγίζουμε βουτούμε σε χυλό τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κουνουπίδι με σάλτσα-βιλεροά (βράζουμε, στραγγίζουμε, βουτούμε σε σάλτσα βιλεροα, βουτούμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σέλινα (αφού ζεματίσουμε τις σελινόριζαις και τις ψήσουμε στο φούρνο, βουτάμε σε σάλτσα βιλεροα, τις τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί, αυγό και τριμμένο ψωμί και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Μελιτζάνες τηγανητές (βάζουμε να σταθούν σε αλατισμένο νερό, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο)
- Μελιτζάνες γεμιστές (8 μελιτζάνες, τις ανοίγουμε, καβουρδίζουμε την ψίχα, σε λάδι, με κρεμμύδι, τριμμένο ψωμί, μαϊντανό, μανιτάρια, 2 κρόκους, και γλασο, γεμίζουμε τις μελιτζάνες και τις τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο και μετά τις βάζουμε στο φούρνο)
- Καρότα τηγανιτά (κόβουμε, ασπρίζουμε, τηγανίζουμε)
- Κολοκυθάκια τηγανιτά με σκορδαλιά (Αλευρώνουμε, τηγανίζουμε με λάδι ή βούτυρο, κάνουμε σκορδαλιά με αμύγδαλα, σκόρδο, λάδι, πατάτες, ψωμί)

- Γαρνιτούρα από μπάμιες (βάζουμε τις μπάμιες να σταθούν σε αλάτι και ξύδι, τις τηγανίζουμε, κατόπιν τις βάζουμε σε μια κατσαρόλα στον πάτο της οποίας έχουμε βάλει λαρδί, προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας, βάζουμε και ζωμό και βάζουμε στη φωτιά να βράσουν)

Στη σχάρα:

- Αγκινάρες εις τη σχάρα (μισοψήνουμε τις αγκινάρες, βγάζουμε το εσωτερικό, βάζουμε μαϊντανό, μανιτάρια, κρεμμύδια, λάδι, τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Μελιτζάνες σαλάτα (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις καθαρίζουμε, παίρνουμε την ψίχα και την κόβουμε σε κομμάτια, την ανακατεύουμε με κρεμμυδάκι ψιλοκομμένο, καθαρισμένα και κοπανισμένα αμύγδαλα, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λάδι και ξύδι)
- Μανιτάρια εις κασσάκια (βάζουμε τα μανιτάρια σε χάρτινη καλοβουτυρωμένη κάσα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε στη σχάρα)

Κονσέρβας:

- Γαρνιτούρα από μανιτάρια (ανοίγουμε ένα κουτί και παίρνουμε τα κεφάλια, σάλτσα μαδέρας)
- Γαρνιτούρα από τρούφες (κρασί, ζουμί από τρούφες, τρούφες κουτί)
- Μπιζέλια του κουτιού κατά τον Αγγλικόν τρόπον
- Μπιζέλια πράσινα του κουτιού
- Μπιζέλια του κουτιού σοταρισμένα με βούτυρο
- Συκωτάκια των πουλιών σοταρισμένα με μανιτάρια (λαρδί, βούτυρο, συκωτάκια, κρεμμύδι, σβήνουμε με κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε 1 κουτί μανιτάρια**)**
- Ντομάτες γεμιστές (12 ντομάτες, αδειάζουμε, γεμίζουμε με κρεμμυδάκια καβουρδισμένα με λάδι, 1 κουτί μανιτάρια, τριμμένο ψωμί, μαϊντανό, σκόρδο, 3 κρόκους, τις βάζουμε στο ταψί κα λάδι)
- Μπάμιες διατηρημένες
- Σπαράγγια διατηρημένα
- Μπιζέλια διατηρημένα
- Φασόλια διατηρημένα

Τουρσιά –οξάλμαι –

- Πιπεριές τουρσί
- Αγγουράκια τουρσί
- Κάππαρη τουρσί
- Ντομάταις τουρσί
- Λάχανο τουρσί
- Τουρσαίς Ευρωπαικαίς-achards(παίρνουμε αγγουράκια, ντομάτες, πιπεριές, άσπρα κρεμμύδια, φασολάκια χλωρά, κάρδαμο, φύλλα και ρίζες σέλινο, πάτους αγκινάρων, κοκκινογούλια, κορυφές σπαραγγιών, πορτοκάλια άγουρα, κίτρα πράσινα, κτλ, τα βάζουμε να μουσκέψουν σε δυνατό ξύδι αφού τα ζεματίσουμε με ζεστό νερό, προσθέτουμε σκελίδες σκόρδου, **κόκκους σιναπιού,** γαρύφαλλα, κανέλλα, ζιγγίβερι, πιπέρι, φύλλα δεντρολίβανου, δάφνη κτλ.)
- Χαρακταίς ελληαίς ξύδι, άρμη, χύνουμε και γεμίζουμε 1 αγγείο με λάδι όπου διατηρούνται επί πολλά έτη)
- Τσακισταίς ελληαις (τις τσακίζουμε με πέτρα χωρίς να σπάσουν τα κουκούτσια, τις ρίχνουμε στο νερό, το οποίο αλλάζουμε κάθε πρωί)
- Κολυμπάδες ελληαίς (τις βάζουμε σε αλυσίβα, προσθέτουμε ασβέστη άσβηστο και αφήνουμε μέχρι το φαγί τους να χωρίζεται από τον πυρήνα, βγάζουμε τις ελιές τις πλένουμε, τις βυθίζουμε στην άρμη τις αρωματίζουμε με μάραθο και κορίανδρο, σκεπάζουμε με άρμη και λάδι)
- Πασταίς ελληαίς(διαλέγουμε μεγάλες ωριμασμένες ελιές, τις θέτουμε σ' ένα κοφίνι και τις πλακώνουμε από επάνω με κάτι βαρύ για αρκετές ημέρες. Εν συνεχεία τις πλένουμε, τις αλατίζουμε, ρίχνουμε ρίγανη, **μαραθόσπορο**, λάδι και τις αφήνουμε να σταθούν 2- 3 ημέρες και τις φυλάμε σε πιθάρι ή ασκό σφαλισμένες καλά)

9. ΦΡΟΥΤΑ

Κυδώνια

- Κρέας με κυδώνια(μπορούμε να προσθέσουμε και μήλα)
- Όρνιθα με κυδώνια

Βερίκοκα

- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)

Μήλα

- Κρέας με κυδώνια(μπορούμε να προσθέσουμε και μήλα)
- Λουκάνικα με μήλα

Σταφίδαις

- Σάλτσα από σταφίδες
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα
- Γάλος παραγεμιστός

- Ντολμάδες λάχανο σαρακοστιανοί
- Κέφαλος πλακί με σταφίδες
- Μπακαλιάρος πλακί ελληνικός
- Σουπιές παραγεμιστές
- Σουπιαίς πλακί (Σοτάρουμε κρεμμύδι και τις σουπιές σε τεμάχια με λάδι, έπειτα προσθέτουμε ντομάτα, λίγο κρασί, μαϊντανό, τον χυμό ενός λεμονιού, σέσκουλα, ξινήθρα, φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδες άσπρες και μαύρες, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Τεμάχιον από λαβράκι-αλα Ρωμαίν (σερβίρεται με σάλτσα από σταφίδες)
- Αρνάκι παραγεμιστό(η γέμιση του αρνιού γίνεται με συκωτάκια αρνιού τσιγαρισμένα με φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδα, κάστανα, τριμμένο ψωμί, κουκουνάρι, αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά, πολύ βούτυρο)
- γλώσσα βιδέλου με σάλτσα (σάλτσα από σταφίδες με κουκουνάρια, ζάχαρη, σάλτσα ισπανική)
- Κοτολέτες από αγριογούρουνο(αφού τις μαρινάρουμε επί 24 ώρες, τις ψήνουμε στην κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά με βούτυρο και λάδι. Συνοδεύουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Μπούτι από αγριογούρουνο με σάλτσα(αφού το μαρινάρουμε το ψήνουμε στη κατσαρόλα με ζαμπόν, λαρδί, μυρωδικά και τη μαρινάτα αφού το έχουμε σκεπάσει με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Μπορούμε να το περιχύσουμε με σάλτσα από σταφίδες

Φραγκοστάφυλλο

- κεφάλι από γουρουνόπουλο γεμιστό κρύο (τυλίγουμε το κεφάλι σε πετσέτα, τη δένουμε και βάζουμε να βράσει με διάφορα χόρτα και κρασί, συνοδεύσουμε με τρούφες, βούτυρο, πηχτή, και μαγιονέζα στην οποία προσθέτουμε πηχτή από φραγκοστάφυλα)
- Κοτολέταις ζαρκαδιού (έχει πηχτή από φραγκοστάφυλλο)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με σκόρδο(μπήγουμε σκόρδο στο μπούτι, και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, σερβίρεται με μια σάλτσα που γίνεται με ζαμπόν, πιπέρι, μυρωδικά, κρασί Μαδέρας, πελτέ φραγκοστάφυλλου και φρέσκο βούτυρο)

Ελιές

- Φιλέτο βωδινό με ελιαίς (κοκκινίζουμε το φιλέτο στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί, μυρωδικά, μαϊδανό, δάφνη, θυμάρι, ντομάτα, κρασί Μαδέρας, προσθέτουμε ελιές πράσινες ζεματισμένες χωρίς κουκούτσια)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα (στη γέμιση χρησιμοποιούνται πράσινες ελιές ζεματισμένες χωρίς κουκούτσι)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)
- Αγριόπαπια με ελιαίς(βάζουμε τα ψαχνά της σε μια κατσαρόλα με σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε ζωμό, και αφήνουμε τη πάπια που έχουμε σουβλίσει να βράσει με αυτά 15 λεπτά, κατόπιν ρίχνουμε πράσινες ελιές χωρίς κουκούτσι και ζεματισμένες και αφήνουμε να βράσουν άλλα 10 λεπτά της ώρας)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Πάπια με ελιαίς
- Πάπια με ελιαίς κατά τον ισπανικόν τρόπον
- Πάπια με ελιαίς κατά τρόπον απλούστερον
- Πάπιαις άγριαις (βούτυρο, σάλτσα ισπανική, ελιές πράσινες)
- Σπάλαις αρνιού εις σχήμα πάπιας(χρησιμοποιούνται πράσινες ελιές χωρίς κουκούτσι ως γαρνιτούρα)
- Φέτα ψαριού με γαρνιτούρα από πράσινες ελιές
- Ψάρι με γαρνιτούραις-κομπασερές (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί με βούτυρο, μανιτάρια, σάλτσα ισπανική, κρασί μαδέρα, γαρνίρουμε με πράσινες ελιές)
- Περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (γέμισμα με λαρδί, συκωτάκια από αρνί και πουλιών, ψωμί, κρόκους, γεμίζουμε τα περιστέρια και ψήνουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα ισπανική, κρασί, και ελιές πράσινες)
- Βολοβάν με σάλτσα
- Γαρνιτούρα από ελιαίς(ανακατεύουμε κρεμμυδάκι και μαϊντανό ψιλοκομμένο με βούτυρο, προσθέτουμε ζωμό, 1 ποτήρι άσπρο κρασί, κάπαρη, και 1 σαρδέλα κοπανισμένη με 1 κουταλιά λάδι, προσθέτουμε ελιές χωρίς κουκούτσι, και λίγο ζωμό και ενώνουμε με ξανθό χυλό που έχουμε κάνει με αλεύρι και βούτυρο)
- Βολοβαν με σάλτσα (γεμίζουμε τα βολοβαν με σάλτσα με λαρδί, βούτυρο, ζαμπόν, αρνίσιο κρέας, συκωτάκια όρνιθας, κρίσταις πετεινού ζεματισμένες και καθαρισμένες, αυγά πετεινού, βιδελίσιες ελιες, μυαλά κομμένα, τρούφες, μανιτάρια, άσπρο κρασί, ελιές πράσινες χωρίς τα κουκούτσια, γλάσο πουλιών)

10. ΞΗΡΟΊ ΚΑΡΠΟΊ

Κάστανα

- Σούπα με κάστανα (ζωμός, ζάχαρη, κάστανα)
- Γαρνιτούρα από κάστανα (ζωμό, γλάσο, ζάχαρη, κάστανα)
- Πουρές από κάστανα (βούτυρο, κάστανα, σάλτσα ισπανική, κρέμα γάλακτος)
- Κρέας με κάστανα
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα

- Φασιανοί παραγεμιστοί
- Πέρδικες με χυλό
- Όρνιθα παραγεμιστή με κάστανα
- Πάπια με κάστανα
- Πάπια ψητή στη σούβλα με κάστανα
- Γάλος με κάστανα
- Γάλος παραγεμιστός
- Χηνόπουλα με κάστανα
- Χήνα παραγεμιστή με κάστανα
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Αρνάκι παραγεμιστό(η γέμιση του αρνιού γίνεται με συκωτάκια αρνιού τσιγαρισμένα με φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδα, κάστανα, τριμμένο ψωμί, κουκουνάρι, αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά, πολύ βούτυρο)

Αμύγδαλα

- Σούπα της Βασιλίσσης(κοπανίζουμε σε ένα γουδί στήθη πουλιών ψημένων μαζί με βρεγμένο ψωμί, προσθέτουμε μερικά αμύγδαλα και κονσομέ βασιλικό, τα ανακατεύουμε και τα ζεσταίνουμε στη φωτιά χωρίς να πάρουν βράση)
- πουρές από όρνιθα (βράζουμε 1 όρνιθα, την κοπανίζουμε, με 5 κρόκους, 12 αμύγδαλα, και ψωμί βρεγμένο σε γάλα)
- Σούπα ρύζι από αμύγδαλα(σαρακοστιανό)
- Λαγός εις το φούρνο με σκορδαλιά
- Μελιτζάναις σαλάτα
- Σάλτσα σκορδαλιά

Φιστίκια πράσινα

- Χέλι γεμιστό
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)

Κουκουνάρια

- Σάλτσα από σταφίδαις
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα
- Λαγώς εις το φούρνο με σκορδαλιά
- Ντολμάδες από λάχανο σαρακοστιανοί
- Ντολμάδες από αμπελόφυλλα σαρακοστιανοί
- Γάλος παραγεμιστός
- Σουπιαίς παραγεμισταίς
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Αρνάκι παραγεμιστό(η γέμιση του αρνιού γίνεται με συκωτάκια αρνιού τσιγαρισμένα με φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδα, κάστανα, τριμμένο ψωμί, κουκουνάρι, αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά, πολύ βούτυρο)
- γλώσσα βιδέλου με σάλτσα (σάλτσα από σταφίδες με κουκουνάρια, ζάχαρη, σάλτσα ισπανική)

Σουσάμι

- Σούπα πάστα με ταχίνι(σαρακοστιανό)

11. ΛΙΠΗ

ΒΟΥΤΥΡΟ

Σάλτσες

- Ισπανική σάλτσα (βούτυρο, καρότα, κρεμμυδια, λαρδί, ζαμπόν, περισσεύματα κρεάτων, πουλεριρικών κτλ, ζωμό, αφαιρούμε το πάχος, αλεύρι, περνάμε από καθαρό πανί)
- Ιταλική σάλτσα (μανιτάρια, κρεμμυδάκια, κρασί, σάλτσα ισπανική)
- Άσπρη σάλτσα-μπεσαμέλ (βούτυρο, χόρτα, αλεύρι, γάλα, περνάμε από φανέλα)
- Ολλανδική σάλτσα (βούτυρο, ζωμό λεμονιού, περνάμε από τρυπητό)
- Σάλτσα με λυωμένο βούτυρο(βούτυρο, ζωμό λεμονιού, μαϊντανό)
- Μεγάλη άσπρη σάλτσα-Βελουτέ (βούτυρο, κρεμμύδια, λαρδί, καρότα, ζαμπόν, όρνιθα, κρέας, ζωμό, μανιτάρια, περνάμε από καθαρό πανί, κάνουμε ξανθό μίγμα με αλεύρι και βούτυρο)
- Σάλτσα Γερμανική (βελουτέ, 2 κρόκους, κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σάλτσα ντομάτα (10-12 ντομάτες, κρεμμύδια, βούτυρο)
- Σάλτσα με σπανάκια-Πρεντανιέρ (βελουτέ, σπανάκια, βούτυρο)
- Σάλτσα δια τον χοίρον-Ροβέρ(βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, ζωμό, μουστάρδα)
- Σάλτσα με βούτυρο (βούτυρο, αλεύρι, νερό, ζωμό, χυμό λεμονιού, βούτυρο)
- Σάλτσα με γλάσον (γλάσο από κρέας, βούτυρο, ζωμό λεμονιού, μαϊντανό)
- Σάλτσα με αγουρίδα-σουπρέμ (ζωμό πουλερικού, βελουτέ, βούτυρο, ζωμό λεμονιού και αγουρίδα)
- Σάλτσα δυνατή-πικάντ(κρεμμύδι, ξύδι, βούτυρο σαρδέλας, ζαμπόν, σκόρδο, κάπαρη, περνάμε από τρυπητό)
- Σάλτσα με χυλόν-πουλέτ(αλεύρι, βούτυρο, ζωμό, 2 κρόκους, βούτυρο)
- Σάλτσα με μαϊντανό-μαιτρ οτέλ (βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα με τηγανισμένο ψωμί (βούτυρο, ψωμί τριμμένο)

- Ξανθή σάλτσα (αλεύρι, βούτυρο, ζωμό)
- Σάλτσα δια τα πουλερικά-μασεντοάν (αλεύρι, βούτυρο, ξύδι, σκόρδο, 1 καρότο, 3-4 αγγουράκια, 2 σκληρά αυγά, κάπαρη, φιλέτα 3 σαρδέλων)
- Σάλτσα με σαρδέλες (μπεσαμελ, φιλέτα κοπανισμένων σαρδέλων, πιπέρι, ζωμό λεμονιού)
- Σάλτσα με σταφίδες (κορινθιακές σταφίδες και Σμυρναίικες, κουκουνάρια, νερό, ζάχαρη, ξύδι, ζωμό βιδέλου, σάλτσα ισπανική, περνάμε από τρυπητό)
- Σάλτσα με στρείδια (ασπρίζουμε τα στρείδια σε ζεστό νερό, προσθέτουμε μπεσαμελ, χυμό λεμονιού. Αντί για στρείδια μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μύδια)
- Σάλτσα κρέμας (βούτυρο, αλεύρι, μαϊντανό, κρεμμυδάκι, κρέμα ή γάλα)
- Σάλτσα με μαύρο βούτυρο (ξύδι, πιπέρι, φρέσκο βούτυρο, κάπαρη)
- Σάλτσα με ζωμό ψαριού (μαύρο κρασί Σαντορίνης, αρωματικά, μπεσαμέλ με ζωμό ψαριού, φρέσκο βούτυρο, ουσία σαρδέλας)
- Ζουμί από βοδινό κρέας-ζου (αλείφουμε μια κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδια, καρότα, βοδινό κρέας, περισσεύματα βιδέλου, προβάτου, πουλερικών, κάνουμε γλάσο, περνάμε από τρυπητό, χτυπάμε 1 ασπράδι, όταν δέσουν περνάμε από πετσέτα)

Πανάδες, γεμίσματα και κοπανισμένα κρέατα

- Κοπάνισμα απλούν(κιμάς, μοσχοκάρυδο, αυγά, τυρί τριμμένο, κρεμμύδια, σκόρδο, ψωμί βρεγμένο σε ζωμό κρέατος ή γάλα, κάνουμε το μίγμα κιμά)
- Κοπάνισμα οικιακόν(βρασμένο κρέας, πατάτες, διάφορα χόρτα, βούτυρο, αυγά, τυρί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, κάνουμε ζύμη)
- Κοπάνισμα σύνθετον (βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, κρασί, αλάτι, πιπέρι, κιμάς, 2 κρόκους αυγών, τριμμένο τυρί, κάνουμε κιμά)
- Πανάδα από γάλα
- Πανάδα με ζουμί
- πανάδα από ριζάλευρον
- γέμισμα από πέρδικα (βούτυρο, κοπανισμένες πέρδικες, αυγά, πανάδα)
- γέμισμα από πουλερικά
- γέμισμα από βίδελο
- γέμισμα από μπεκάτσα
- γέμισμα από λαγό
- γέμισμα από ψάρια
- κοπάνισμα από πατάταις
- Γέμισμα για περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον
- Γέμισμα για περιστέρια εις την κατσαρόλα
- Γέμισμα για περιστέρια γεμιστά και ψητά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον
- Γέμισμα για Ψάρι λαβράκι γεμιστό

Σάντουιτς

- Φέτες-σάντουιτς με τυρί (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, τυρί της Σβίτσερης πάχους ενός ταλήρου)
- Φέτες-σάντουιτς με συκώτι της χήνας (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, συκώτι της χήνας)
- Φέτες-σάντουιτς με χαβιάρι (2 φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο και μουστάρδα, χαβιάρι μαύρο)

όσπρια

- Πουρές από ξηρά φασόλια(αφού βράσουμε τα φασόλια, προσθέτουμε ζαμπόν, πράσα, κρεμμύδια, 1 καρότο, 1 ρίζα σέλινο, τα αφήνουμε να βράσουν, τα λιώνουμε και τα περνάμε από κόσκινο, προσθέτουμε βούτυρο, δυνατό ζωμό, και γλάσο των πουλιών, όταν σερβίρουμε προσθέτουμε λίγη ζάχαρη και μοσχοκάρυδο)
- Φακές (μαϊντανό, βούτυρο, γιαχνίζουμε)
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον (βούτυρο, σκόρδο, παρμεζάνα, ψωμί, 1-2 καρότα)
- Πουρές από φακή(βράζουμε τη φακή, την περνάμε από μια τριχιά και την βάζουμε σε μια άλλη κατσαρόλα, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, γλάσο, αλάτι, πιπέρι, ανακατώνουμε και σερβίρουμε)
- Σούπα με πουρέ φακών (βούτυρο, ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδι, φακές οι οποίες αφού βράσουν τις περνάμε από τρυπητό)
- Κουκιά με σάλτσα άσπρη (βράζουμε, στραγγίζουμε, σοτάρουμε σε λιωμένο βούτυρο, περιχύνουμε με μπεσαμελ)

Κρέας

- Βραστό βοδινό με πατάτες (ζωμός, χόρτα, βοδινό, πατάτες, βούτυρο, ζάχαρη)
- Βοδινό βραστό με σάλτσα από κρεμμύδι (κρεμμύδια, βούτυρο)
- Σούπα με ουράς βοδινάς (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, κρασί μαδέρα, χόρτα, οι βοδινές ουρές σιγοψήνονται με λίγο κρασί στη κατσαρόλα και στη συνέχεια σερβίρονται μαζί με τη σούπα)
- κεφάλι από γουρουνόπουλο γεμιστό κρύο (τυλίγουμε το κεφάλι σε πετσέτα, τη δένουμε και βάζουμε να βράσει με διάφορα χόρτα και κρασί, συνοδεύσουμε με τρούφες, βούτυρο, πηχτή, και μαγιονέζα στην οποία προσθέτουμε πηχτή από φραγκοστάφυλα)
- Φιλέτο βοδινό με μανιτάρια(με βούτυρο, ζωμό, αλεύρι και μανιτάρια)

- Φιλέτο βοδινό παραγεμιστό
- Φιλέτο βοδινό με ελληαίς (φιλέτο βοδινό τυλιγμένο σε λαρδί, βούτυρο, μυρωδικά, ντομάτα, νερό, κρασί μαδέρας, ελιές πράσινες ζεματισμένες)
- Φιλέτο βοδινό με μακαρόνια (βούτυρο, φιλέτο, λαρδί, σκόρδο, χόρτα, σάλτσα ισπανική, σάλτσα ντομάτας, μακαρόνια με παρμεζάνα και βούτυρο)
- Κοτολέτες μοσχαριού με πηχτή (στη κατσαρόλα με λαρδί, καρότα, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, γαρύφαλλα, μαϊντανό, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Κοτολέτες μοσχαριού με χόρτα (αφού γιαχνιστούν με βούτυρο, προσθέτουμε μανιτάρια, ψιλοκομμένα χόρτα).
- Κοτολέτες μοσχαριού καρφωμένες με τρούφες (βούτυρο)
- Κοτολέτες μοσχαριού εις το χαρτί (αλατοπιπερώνουμε και τυλίγουμε τις κοτολέτες με βούτυρο και ψωμί τριμμένο και τις θέτουμε σε χαρτί βουτυρωμένο, τις ψήνουμε σε κατσαρόλα σε σιγανή φωτιά)
- Κοτολέτες αρνιού κατ' άλλον τρόπον (σοτάρονται με βούτυρο στη κατσαρόλα και σκεπάζονται με άσπρη σάλτσα και μανιτάρια)
- Κοτολέτες αρνιού με σάλτσα χόρτων (μαγειρεύονται σε ξεχωριστή κατσαρόλα το κρέας με βούτυρο και τα λαχανικά τα οποία το συνοδεύουν και μπορεί να είναι φρέσκα φασόλια, μπιζέλια, διάφορες ρίζες και μανιτάρια)
- Κοτολέτες αρνιού με πουρέ από μπιζέλια (σοτάρονται σε βούτυρο στη κατσαρόλα τυλιγμένες σε ψωμί τριμμένο και αυγό χτυπημένο, συνοδεύονται με πουρέ από μπιζέλια)
- Αρνί με σάλτσα (λιώνουμε στη κατσαρόλα βούτυρο, προσθέτουμε αλεύρι και ανακατεύουμε, και προσθέτουμε κατόπιν λίγο λίγο ζεστό νερό, ανακατεύοντας μέχρι να σφίξει η σάλτσα, στη συνέχεια θέτουμε το αρνί μαζί με κρεμμύδια και μυρωδικά)
- Μπούτι πρόβειο κατά **Πορτογαλλικόν τρόπον** (ψήνουμε το μπούτι για 2 ώρες με βούτυρο, διάφορα κομμένα χόρτα, δάφνη και πιπέρι και το συνοδεύουμε με μια γαρνιτούρα από κομμένα σε φέτες κρεμμύδια ζεματισμένα σε νερό και γκλασαρισμένα σε βούτυρο)
- Αρνάκι φρικασέ (μαραίνουμε κρεμμύδια σε λίγο βούτυρο, προσθέτουμε το κρέας κομμένο σε τεμάχια, προσθέτουμε νερό και το βράζουμε. Στο τέλος περιχύνουμε με σάλτσα αυγολέμονο)
- Φρικασέ από αρνί κατ' άλλον τρόπον (κρεμμύδια, αλεύρι, ζουμί, κρόκους, αλεύρι, βούτυρο)
- Σπάλαις αρνιού σοταρισμένες με φρέσκα κρεμμυδάκια (βούτυρο, άνηθο, κρεμμυδάκια)
- Μπούτι αρνιού με ξηρά φασόλια (βούτυρο, κρασί, ντομάτες, φασόλια άσπρα, χόρτα, κρεμμύδι, δάφνη, μαϊντανό, γαρύφαλλα, σκόρδο, μπήγουμε σκόρδα στο μπούτι)
- Μπούτι αρνιού κατά τον χωρικόν τρόπον (το θέτουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο και μυρωδικά, το βρέχουμε με ζωμό και κρασί, και όταν ψηθεί ρίχνουμε σάλτσα Ισπανική, κρασί και ζωμό. Γαρνίρουμε με μπιζέλια, φρέσκα φασολάκια, κουνουπίδι, καροτάκια, ρίζες σέλινου, βούτυρο)
- Μπούτι προβάτου κοκκινιστό (γίνεται όπως το μπούτι αρνιού κατά χωρικόν τρόπον, βούτυρο, κρασί, ισπανική σάλτσα,)
- Μπούτι αρνίσιο με κροκέτα πατάτες(το ψήνουμε όπως συνήθως με βούτυρο)
- Γιαχνί Ελληνικό (πρόβειο κρέας, βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, νερό, ντομάτα)
- Κρέας με καρότα (γιαχνί, βούτυρο, ζάχαρη, πρόβειο κρέας)
- Κρέας με σπανάκια (γιαχνί, βούτυρο, αλλά μπορούμε να το κάνουμε με αυγολέμονο)
- Κρέας με κάστανα (γιαχνί αλλά χωρίς να προσθέσουμε ντομάτα)
- Κρέας με μελιτζάνες(γιαχνί)
- Κρέας με κουκιά φρέσκα(γιαχνί)
- Κρέας με αγκινάρες(γιαχνί)
- Κρέας με κυδώνια(γιαχνί)
- Κρέας με πατάτες(γιαχνί)
- Κρέας με μπιζέλια και φασολάκια(γιαχνί)
- Κρέας με ραδίκια(γιαχνί αλλά με αυγολέμονο αντί για ντομάτα)
- Κρέας με κολοκυθάκια(προσθέτουμε τηγανισμένα κολοκυθάκια στο γιαχνισμένο κρέας)
- Κρέας με φασόλια ξηρά (γιαχνί)
- Κρέας με ρεβίθια ξηρά (γιαχνί)
- Κρέας με μανιτάρια(γιαχνί με αυγολέμονο ή άλλη σάλτσα)
- Κρέας με σέλινο(γιαχνί με αυγολέμονο)
- Κρέας με μπάμιες(γιαχνί)
- Στιφάτο Ελληνικόν(κρέας κομμένο σε κομμάτια μικρά γιαχνιστό με ντομάτα, βούτυρο, κρεμμύδι, κρεμμυδάκια φρέσκα, ξύδι, κρασί, σκόρδο, δάφνη, δεντρολίβανο, βασιλικό)
- Στιφάτο Ιταλικό(κρέας σε τεμάχια, 2 σέλινα, 2 πράσα, καρότα και κρεμμυδάκια φρέσκα, λάδι και βούτυρο, κρασί, ντομάτα, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, δεντρολίβανο)
- πόδια αρνίσια πηχτή (βούτυρο, σκόρδο, ξύδι)
- νεφρά βοδινά (βούτυρο, κρεμμυδάκια, μυρωδικά μανιτάρια, μοσχοκάρυδο)
- νεφρό βοδινό κατά τον χωρικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμυδάκι, σκόρδο)
- γλώσσα βιδέλου με γαρνιτούρα (βούτυρο, χόρτα, ζωμό, κρασί, γαρνιτούρα από κρέατα μικροκομμένα, μανιτάρια, λειριά του κοκόρου, νεφρά των πουλιών και άσπρα των πουλιών κομμένα σε τετράγωνα)

- ποδαράκια μοσχαριού κατά τον Αμερικάνικον τρόπον (μανιτάρια, ρύζι, βούτυρο, παρμεζάνα, βελουτέ, με πιπέρι Ινδιών-καρίκ)
- ποδαράκια μοσχαριού κατά
- κεφάλι μοσχαριού κατά βασιλικόν τρόπον (θέτουμε το κεφάλι κορόνα σε ψωμάκια τηγανισμένα, μανιτάρια, περιχύνουμε με βελουτέ, και γαρνιτούρα από λειριά, μανιτάρια (βράζουμε, κρεμμύδια, βούτυρο, σάλτσα ντομάτα, σάλτσα ισπανική, **φιλέτα σαρδέλων**, μουστάρδα)
- κεφάλι μοσχαριού με ρύζι **τον Ουγγρικόν** τρόπον (κάνουμε ριζότο, βάζουμε το κεφάλι κορόνα, βάζουμε κρέατα πουλιών, μανιτάρια και σάλτσα από πιπέρι καρίκ)και τρούφες)
- συκώτι μοσχαριού σοταρισμένο (βούτυρο)
- συκώτι μοσχαριού κατά χωρικόν τρόπον (βούτυρο, λαρδί, κρεμμυδάκια, χόρτα, ρίζες, ζωμό, κρασί)
- συκώτι μοσχαριού κατά Ιταλικόν τρόπον (μαϊντανό, μανιτάρια, κρεμμύδια, σκόρδο, βασιλικό, βούτυρο)
- μυαλά μοσχαριού εις την κατσαρόλα (βούτυρο, κρεμμύδια, ζωμό, κρασί, μανιτάρια, μυρωδικά)
- μυαλά μοσχαριού με αυγολέμονο (βούτυρο, αλεύρι)
- μυαλά μοσχαριού με σάλτσα (βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό)
- μυαλά βοδινά (βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό)
- γλώσσα μοσχαριού(όπως η βοδινή, βούτυρο)
- αρνάκι παραγεμιστό(η γέμιση γίνεται στη κατσαρόλα)
- εντόσθια αρνιού κατά τον Ελληνικόν τρόπον (συκωτάκια, καρδιές αρνιού, πλεμόνι, κρεμμύδι, βούτυρο, αλεύρι, μαϊντανό, χυμό λεμονιού)
- σέλλα προβάτου (βούτυρο, κρεμμύδια, πατάτες)
- μυαλά χοιρινά (βούτυρο, κρεμμυδάκια, ζωμό, κρασί, μυρωδικά, μανιτάρια, κρουτόν)
- νεφρά χοιρινά σοταρισμένα (κρεμμυδάκια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, κρασί, ντομάτα, μυρωδικά)
- Πλακούντιο από συκώτι χοιρινό (ψιλοκόβουμε το συκώτι, το ανακατεύουμε με ξύγκι, προσθέτουμε κρεμμύδι, σκόρδο, δάφνη, θυμάρι, μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, και ψήνουμε στη κατσαρόλα)
- ασίκι μοσχαριού με πουρέ από κρομμύδια (χόρτα, λαρδί, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με μπιζέλια (λαρδί, χόρτα, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με τρούφες (καρφώνουμε με τρούφες, λαρδί, χόρτα, μυρωδικά, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- ασίκι μοσχαριού με άσπρη σάλτσα (κρεμμύδι, μανιτάρια, βούτυρο, μπεσαμελ)
- Μελιτζάνες παραγεμιστές (κιμάς, ντομάτα, ψίχα μελιτζάνας, βούτυρο, ντομάτα, νερό)
- Κολοκυθάκια παραγεμιστά (ψίχα κολοκυθιών, κιμάς, ντομάτα, τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με νερό, βούτυρο και ντομάτα)
- Γιουβαρλάκια (κιμάς, ρύζι, κρεμμύδι, βούτυρο, νερό, αυγολέμονο ή ντομάτα)
- Γιαπράκια (κληματόφυλλα, κιμάς, άνηθο, ρύζι, πιπέρι, βούτυρο, σερβίρουμε με αυγολέμονο. Κατά τον ίδιο τρόπο γίνονται οι ντολμάδες από μαρούλια, ή οι ντολμάδες από λάχανο)
- Κολοκυθάκια γεμιστά (γεμίζουμε με κιμά με δυόσμο, αλάτι, πιπέρι, ρύζι, 2 αυγά, γεμίζουμε τα κολοκυθάκια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν και περιχύνουμε με μπεσαμελ, στην οποία προσθέτουμε 3 κρόκους, λεμόνι και λίγο βούτυρο)
- Κοτολέτες κατά τον τρόπο του Μιλάνου(αλατοπιπερώνουμε, βουτάμε σε αυγά χτυπημένα και κατόπιν σε ψωμί τριμμένο με λίγο τυρί, δίνουμε σχήμα στρογγυλό και τηγανίζουμε)
- Κροκέτα από μοσχάρι (τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες αρνιού με σάλτσα σαμπάνιας(τηγανίζονται με βούτυρο, και σερβίρονται με σάλτσα σαμπάνιας και σάλτσα ισπανική, στην οποία βάζουμε και χοιρομέρι)
- Κοτολέτες αρνιού τηγανητές(τις μουσκεύουμε σε χτυπημένα αυγά και τριμμένο ψωμί, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Αρνί καπαμάς(κόβουμε σε τεμάχια το αρνίσιο κρέας και το κοκκινίζουμε στο τηγάνι με βούτυρο, προσθέτουμε ντομάτες, νερό, διάφορα μυρωδικά και σερβίρουμε όταν βράσει)
- Κροκέτα από αρνί (τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από πρόβειο κρέας (τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- ποδαράκια μοσχαριού (αφού τα βράσουμε, τα τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- ποδαράκια μοσχαρίσια τηγανισμένα (τα τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- νεφρά βωδινά με κρασί (τηγανίζουμε με αλεύρι και φριτούρα, προσθέτουμε κρασί, λεμόνι)
- συκωτάκια αρνιού κατά τον τρόπον την Βενετίας (τηγανίζουμε σε βούτυρο, ρίγανη, ρίχνουμε σάλτσα από κρεμμύδι, σκόρδο, καβουρδισμένα με βούτυρο)
- μυαλά χοιρινά με ξινήθρα (αφού τα βράσουμε τα τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τα τηγανίζουμε για να τα σερβίρουμε με πουρέ ξινήθρας)
- Κεφτέδες τηγανιτοί (βοδινός κιμάς, 2-3 αυγά, κρεμμύδι γιαχνιστό με βούτυρο, ψίχα ψωμιού, λεμόνι, τυρί τριμμένο, τους πλάθουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Ροσμπίφ κατά τον Αγγλικόν τρόπον (με βούτυρο)
- Γιουβέτσι αλά χασάπα (διάφορα μέρη βοδινού σε γιουβέτσι πήλινο με ντομάτες, κρεμμύδια, πιπέρι, νερό, δάφνη, λάδι, βούτυρο, ρίγανη σκεπασμένα, ψήνονται στο φούρνο)
- Βιδέλο φέταις (τριμμένο ψωμί, κρασί, βούτυρο, μανιτάρια και σάλτσα μαδέρας)

- Μπούτι πρόβειο εις το φούρνο(μπήγουμε σκόρδα ή σαρδέλα μυρωδάτη, το βάζουμε σε ένα ταψί με νερό, λεμόνι, ντομάτα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και το ψήνουμε)
- Αρνάκι παραγεμιστό (η γέμιση του αρνιού γίνεται με συκωτάκια αρνιού τσιγαρισμένα με φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδα, κάστανα, τριμμένο ψωμί, κουκουνάρι, αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά, πολύ βούτυρο)
- Μπούτι αρνίσιο με χόρτα (μπούτι αρνίσιο με βούτυρο, καρότα, σέλινο, ρέβας, κρεμμυδάκια, ντομάτα, αλάτι και πιπέρι)
- Μπριζολίκι από γουρουνάκι ψητό με ντομάτες γεμιστές (αφού ψηθεί στο φούρνο, βρέχοντας το με βούτυρο, το συνοδεύουμε με ντομάτες γεμιστές),
- Μπριζολίκι χοιρινό με σάλτσα δυνατή (ψήνουμε όπως παραπάνω και σερβίρουμε χωριστά αν θέλουμε την σάλτσα)
- Μπριζολίκι χοιρινό με πουρέ από κάστανα ή κρομμυδάκια (όπως προηγουμένως)
- Χοιρινό εις το φούρνο (κοπανίζουμε το χοιρινό, μαζί με λαρδί, αρωματικά, αλεύρι, καβουρδισμένο κρεμμύδι, μαϊντανό, 4 αυγά, αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, βάζουμε φέτες λαρδί, τη γεμίζουμε με το γέμισμα, ρίχνουμε στη μέση λαρδί, σκεπάζουμε το γέμισμα με βουτυρωμένο χαρτί, και ψήνουμε στο φούρνο)
- σέλλα μοσχαριού με κορυφές σπαραγγιών (βούτυρο)
- συκώτι μοσχαριού (βούτυρο)
- Ντομάτες παραγεμιστές (τις γεμίζουμε με κιμά τσιγαρισμένο με κρεμμύδι, ντομάτα, μαϊντανό, ρύζι, αυγό, γεμίζουμε τις ντομάτες και ψήνουμε στο φούρνο με βούτυρο και νερό)
- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπο (8 ντομάτες, αδειάζουμε, γεμίζουμε με γέμιση από κιμά βοδινό καβουρδισμένο με κρεμμύδι, βούτυρο, ρύζι, ψίχα ντομάτας, μυρωδικά, 2 κρόκους, μαϊντανό, σκεπάζουμε τις ντομάτες βρέχουμε με βούτυρο και ψήνουμε)
- Μουσακάς (βάση ταψιού από γαλέτα και βούτυρο, από πάνω στρώματα τυριού και μελιτζανιών τηγανισμένων σε βούτυρο που χωρίζονται από ένα παχύ στρώμα κιμά στη μέση, και τέλος χτυπημένα αυγά μαζί με αλεύρι)
- Μαρούλια γεμιστά (γέμιση με κιμά χοιρινό, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, σιγοβράζουν με ζουμί)
- Κολοκύθια γεμιστά βαρκούλες (τα ανοίγουμε ως βαρκούλα, αλατίζουμε, γεμίζουμε με κιμά τον οποίο έχουμε καβουρδίσει με κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, 2 αυγά, τριμμένο ψωμί, γεμίζουμε τα κολοκύθια, περιχύνουμε με βούτυρο και μπεσαμελ με 3 κρόκους, ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπούτι μοσχαριού κατ' Αγγλικόν τρόπον (βούτυρο)
- Αρνί ψητό αλά κλέφτικα(το βρέχουμε με λιωμένο βούτυρο, λεμόνι, αλατοπιπερώνουμε και το γυρίζουμε σε σιγανή φωτιά)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με σκόρδο(μπήγουμε σκόρδο στο μπούτι, και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, σερβίρεται με μια σάλτσα που γίνεται με ζαμπόν, πιπέρι, μυρωδικά, κρασί Μαδέρας, πελτέ φραγκοστάφυλλου και φρέσκο βούτυρο)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια(τυλίγουμε το κρέας με λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, συνοδεύεται με φασόλια πράσινα σοταρισμένα με βούτυρο)
- Μπούτι πρόβειο εις τη σούβλα (μπήγουμε σκόρδα, βούτυρο, στην Τουρκία συνηθίζεται να το αλείφουν με γιαούρτι)
- Σουβλάκια από πρόβειο κρέας κατά τον Τούρκικον τρόπον (κόβουμε το κρέας σε κομματάκια και τα αφήνουμε για μια ώρα σε λεκάνη να αρωματιστούν με πιπέρι, λεμόνι, βασιλικό, καρότο, κρεμμύδι, αλάτι πριν τα περάσουμε στη σούβλα μαζί με φύλλα δάφνης κάθε τρία κομμάτια, βούτυρο, πάχος, όπου και τα ψήνουμε)
- Γουρουνάκι γάλακτος εις τη σούβλα (το αδειάζουμε από τα εντόσθια, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι, φέτες λεμόνι, βούτυρο, τριμμένο ψωμί και μυρωδικά και το περνούμε στη σούβλα να ψηθεί σε μέτρια φωτιά αλείφοντάς το με βούτυρο)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό κατά Ρωσικόν τρόπον (γέμιση με ρύζι, συκωτάκια πουλερικών γιαχνισμένα με σάλτσα γερμανική, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο)
- σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού(λάδι, λαρδί, βούτυρο, τριμμένο ψωμί)
- συκώτι μοσχαριού εις τη σούβλα (λαρδί, βούτυρο)
- κοκορέτσι (γλυκάδια, πλεμόνια, έντερα του αρνιού, βούτυρο, ρίγανη)
- Μπιφτέκια με φιλέτο βοδινό(φέτα βοδινού φιλέτου χτυπημένη να πλατύνει και ψημένη στη σχάρα, βούτυρο)
- Χονδρό μπιφτέκι-σατωβριάν (βούτυρο)
- Μπιφτέκια με πατάτες (όπως μπιφτέκια με φιλέτο, αλλά σερβίρονται με πατάτες τηγανιτές και βούτυρο σαρδέλλας)
- Μπριζόλες βιδέλου με βούτυρο σαρδέλας (βούτυρο)
- Κοτολέτες μοσχαριού εις τη σχάρα (τις τυλίγουμε με ψίχα ψωμιού, λιώνουμε βούτυρο και τις θέτουμε μέσα κατόπιν τις ψήνουμε)
- Κοτολέτες αρνίσιες εις στη σχάρα (βούτυρο)
- Κοτολέτες αρνιού με άσπρη σάλτσα(σάλτσα με μανιτάρια, λάδι, παρμεζάνα, βούτυρο και ξαναβάζουμε στη σχάρα)
- Κοτολέτες αρνιού με πουρέ πατάτας(ψήνονται στη σχάρα βουτηγμένες σε λιωμένο βούτυρο και τριμμένο ψωμί και συνοδεύονται με πουρέ πατάτας)
- συκώτι βοδινό εις τη σχάρα (βούτυρο με μαϊντανό)

- πόδια χοιρινά (αφού τα βράσουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)
- Λουκάνικα χοιρινά (τα σοτάρουμε με βούτυρο και προσθέτουμε στο τέλος κρασί)
- Σαρακοστιανά λουκάνικα (ψήνουμε κρεμμύδια με βούτυρο, και αντί πουλερικών και κρέατος βάζουμε ψάρι ή γαρίδες)
- Λουκάνικα με μήλα (σοτάρουμε τα λουκάνικα με βούτυρο μέχρι να ψηθούν και τα βγάζουμε από τη φωτιά. Καθαρίζουμε τα μήλα, τα κόβουμε σε φέτες και τα ψήνουμε στο ζουμί από τα λουκάνικα)
- Χοιρομήριον ψητό κατ' Αγγλικόν τρόπον (το περνάμε στη σούβλα και το τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, το αφήνουμε στη φωτιά για 2 ώρες βρέχοντάς το με βούτυρο)
- Χοιρομήριον εγχώριον με πηχτή (το βράζουμε επί 4 ώρες, το τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, το σερβίρουμε με πηχτή)

Πουλερικά

- Κοτόπουλα με ρύζι κατά Γαλλικόν τρόπον (βράζουμε τα κοτόπουλα με ζωμό και χόρτα, συνοδεύουμε με ρυζότο με ζωμό, παρμεζάνα, μανιτάρια, λειριά πουλιών, περιχύνουμε με βελουτέ)
- Καπόνια βραστά κατά τρόπον Αγγλικόν (τα γεμίζουμε με πάχος βοδινό, αυγά, ψωμί, αλείφουμε με βούτυρο και τυλίγουμε σε πετσέτα και βράζουμε)
- Φρικασέ κοτόπουλα κατά τον Γαλλικόν τρόπον (μυρωδικά, βράζουμε τα κοτόπουλα με χόρτα και μυρωδικά, με το ζουμί κάνουμε σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, αυγά, λεμόνι)
- Μπούτια γαλοπούλα κατά Ρωσσικόν τρόπον (γέμιση πουλιών με τρούφα, γεμίζουμε τα μπούτια, τα τυλίγουμε με χαρτί και τα βράζουμε με χόρτα, ζωμό)
- Σούπα της πριγκιπίσσης Σοφίας (κριθάρι, στήθη πουλιών κοπανισμένα, ζωμό, μίγμα από 3 κρόκους με κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα κρέμα των πουλιών (χυλό της σούπας με βούτυρο και αλεύρι, 2 πουλιά κοπανισμένα, 5 κρόκους, βούτυρο, κρέμα, ζάχαρη, περνούμε από τρυπητό)
- Σούπα κρέμα των πουλιών με πουρέ (αφού βράσουμε το πουλί, κοπανάμε τα ψαχνά του, βάζουμε ψίχα ψωμιού, με γάλα, 4 κρόκους, νερό, φρέσκο βούτυρο)
- Σούπα της Βασιλίσσης (στήθη πουλιών, ψωμί, αμύγδαλα, κονσομέ βασιλικό)
- Σούπα κρέμα από πέρδικες (2 πέρδικες, τις κοπανίζουμε, πουρέ από φακή, χυλό της σούπας, φρέσκο βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μανιτάρια, μυρωδικά, αλεύρι, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Κοτόπουλα φρικασέ (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, μυρωδικά, μανιτάρια, αυγολέμονο)
- Κοτόπουλα με σάλτσα ντομάτας (βούτυρο, λεμόνι, λαρδί)
- Κοτόπουλα κατά τον τρόπον των Παρισίων (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, μυρωδικά, γύρω με μανιτάρια και τρούφες)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα (βούτυρο, μυρωδικά, ριζότο με χοιρομήριο, παρμεζάνα)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με σάλτσα (βούτυρο, κρασί, γλάσο, βελουτέ, χόρτα, φρέσκο βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, ζουμί, μυρωδικά, τρούφες, 3 ντομάτες, κρουτόν)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον Ινδικόν τρόπον (βούτυρο, ρύζι με πιπέρι καρίκ και βούτυρο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (λάδι, κρασί, 2 κρεμμύδια, βούτυρο, σκόρδο, ντομάτες, σάλτσα ισπανική, ζουμί, χοιρομηριο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με χοιρομήριον (λάδι, βούτυρο ντομάτες, χοιρομήριο, γλασο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με αυγά (λαδί, βούτυρο, κρασί, ρίζες, τηγανιτά αυγά στο λάδι, τα σερβίρουμε με τα αυγά)
- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα από αγουρίδα (βούτυρο, αλμυρή καπνιστή γλώσσα, τρούφες, μανιτάρια, λειριά των πουλιών, σάλτσα από αγουρίδα)
- Κοτόπουλα με μπιζέλια (βούτυρο)
- Πτέρυγες των πουλιών κατά τον τρόπον της Νεαπόλεως (βούτυρο, λαρδί, σερβίρουμε με μακαρόνια, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ, τρούφες)
- Φιλέτα από κοτόπουλα κατ' άλλον τρόπον-εμπεριάλ (βούτυρο, μπεσαμελ)
- Όρνιθα με μπάμιες (βούτυρο, κρεμμυδάκι, ντομάτες, ξύδι)
- Όρνιθα με πατάτες(βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτες)
- Όρνιθα παραγεμιστή με κάστανα (γιαχνίζουμε το συκώτι με βούτυρο και κρεμμύδια, προσθέτουμε τα κάστανα, ζάχαρη, σβήνουμε με ζωμό, μυρωδικά, βούτυρο)
- Όρνιθα με κυδώνια (βούτυρο, κυδώνια, ζάχαρη)
- Καρί από πουλιά με ρύζι (κρεμμύδι, σκόρδο, βούτυρο, πιπέρ καρίκ, ρύζι)
- Καπόνι κατά τον τρόπον της Τουλώνης (βούτυρο, μπεσαμελ, το ψήνουμε βάζοντάς το σε μια φόρμα την οποία την τοποθετούμε σε ένα αγγείο με ζεστό νερό, όταν ψηθεί αναποδογυρίζουμε την φόρμα και σερβίρουμε με τρούφαις, μανιτάρια, γλώσσα εκαρλατ)
- Καπόνι με ρύζι (χόρτα, ρύζι, βούτυρο, μπεσαμελ)
- Γάλος εις την κατσαρόλα(βούτυρο, μανιτάρια, κρεμμύδια, λαρδί, σκόρδο, κρασί)
- Γάλος με χόρτα διάφορα (χόρτα, ρίζες, βούτυρο, λαρδί, κρασί)

- Γάλος γεμιστός εις την κατσαρόλα (γεμίζουμε με κιμά, λαρδί, χοιρομέρι, ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, χόρτα, κρασί, σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική και κρασί
- Άκρα του γάλου (βούτυρο, χόρτα, αυγά)
- Γάλος με μακαρόνια (λαρδί, ζωμό, μπεσαμελ, μακαρόνια, παρμεζάνα, βούτυρο)
- Φασιανοί με τρούφες (βούτυρο, μυρωδικά, ζωμό, κρασί, σάλτσα ισπανική)
- Πέρδικες με λάχανο (λαρδί, καρότα, κρεμμυδάκια, μυρωδικά, λάχανο, χυλό από αλεύρι και βούτυρο)
- Πέρδικες με φέτες(βούτυρο, κρεμμύδια, λαρδί, θέτουμε τα φιλέτα σε φέτες ψωμιού ψημένες στη σχάρα με σάλτσα)
- Πέρδικες με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Πέρδικες με χυλό-σιπολάτα (τσιγαρίζουμε μέσα σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, βρέχουμε με κρασί και ζωμό, προσθέτουμε κρεμμυδάκια σοταρισμένα με βούτυρο, λουκάνικα, λαρδί, μανιτάρια, μυρωδικά, κάστανα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πέρδικες με τρούφες (τσιγαρίζουμε τις τρούφες σε βούτυρο, προσθέτουμε μυρωδικά, λαρδί, και ψαχνά πουλερικών, γεμίζουμε με τη γέμιση τις πέρδικες και ψήνουμε σε σιγανή φωτιά
- Φιλέτα της μπεκάτσας εις κασίτσαις (φιλέτα από μπεκάτσες, βούτυρο, λαρδί, τρούφα, συκωτάκια πουλιών, κρασί, βάζουμε τις κασίτσαις στο φούρνο για 10΄)
- Φιλέτα από μπεκάτσες κατά τον Βασιλικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, τρούφες)
- Μπεκατσίναις της στιγμής (βούτυρο, κρεμμύδια, κρασί, λεμόνι, φλούδα λεμονιού)
- Πιλάφι με ορτύκια (βούτυρο, κρεμμύδια, ντομάτα, ρύζι, επιπλέον βούτυρο)
- Ορτύκια με σπανάκι (βούτυρο, κρασί, ζωμό κρέατος)
- Αντράδα από ορτύκια (φέτες από βωδινό κρέας, μυρωδικά, βούτυρο, κρασί, ζωμό, λαρδί)
- Κορυδαλοί από ψωμάκια (βούτυρο με αλεύρι, μυρωδικά, γαρύφαλλα)
- Κορυδαλοί εις την κατσαρόλα(βούτυρο)
- Πιλάφι με μικρά πουλάκια (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, ζωμό, βούτυρο και ρύζι σε άλλη κατσαρόλα)
- Μικρά πουλάκια με κρασί (βούτυρο, κρασί)
- Παπάκια με λάχανο (βούτυρο, λαρδί, λουκάνικα, μπεσαμελ)
- Πάπια με ρέβες (χυλό με αλεύρι και βούτυρο)
- Πάπια με μπιζέλια (βούτυρο, χυλό ξανθό)
- Παπάκια με μπιζέλια (βούτυρο, λαρδί)
- Χηνόπουλο με κάστανα (βούτυρο, χόρτα, ισπανική σάλτσα)
- Χήνα καπαμάς(κεντούμε με λαρδί, κρεμμύδια, σκόρδο, μυρωδικά, ξύδι, καρότα, κρεμμυδάκια περασμένα από βούτυρο)
- Χήνα καπαμάς κατ' άλλον τρόπον (τυλίγουμε με λαρδί, δουλεμένα με κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, τη βάζουμε στη κατσαρόλα με νερό, ρακί, κρασί, ψήνουμε για 5 ώρες)
- Φραγκόκοτα με τρούφαις ή με γαρνιτούρα (λαρδί, βούτυρο, χόρτα, τρούφες)
- Σαλμί από κοτσύφια (βούτυρο, κρασί, μυρωδικά, σάλτσα ισπανική, μανιτάρια)
- Πιλάφι με κοτσύφια (βούτυρο, ντομάτα πελτέ, βούτυρο ρύζι καρολίνα)
- Περιστέρια με μπιζελιά (βούτυρο, μυρωδικά, μπιζέλια)
- Περιστεράκια με ρύζι (κρασί, ρύζι, πιλάφι, βούτυρο)
- Περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (γέμισμα με λαρδί, συκωτάκια από αρνί και πουλιών, ψωμί, κρόκους, γεμίζουμε τα περιστέρια και ψήνουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα ισπανική, κρασί, και **ελιές πράσινες**)
- Περιστεράκια με γαρνιτούρες(βούτυρο, κρασί, ντομάτα)
- Περιστεράκια με καρότα(βούτυρο)
- Περιστεράκια με φρέσκα φασόλια(βούτυρο)
- Περιστεράκια κατά τον Ισπανικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική
- Περιστεράκια με πατάτες (βούτυρο, κρασί, ντομάτα)
- Περιστέρια φρικασέ (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, μυρωδικά, μανιτάρια, αυγολέμονο)
- Περιστέρια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, αλεύρι, κρασί, ωμό, μυρωδικά κρεμμυδάκια)
- Περιστέρια εις την κατσαρόλα (σαλτσισότο, λαρδί, ψωμί τριμμένο, μανιτάρια, 2 κρόκους, συκώτια, γεμίζουμε με αυτό τα περιστέρια και ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί)
- Περιστέρια στιφάτο(τσιγαρίζουμε με βούτυρο, ξανθό χυλό, κρεμμυδάκια, κρασί, ζωμό, δάφνη, γαρύφαλλα, ξύδι)
- Φιλέτα ελάφου (μαρινάρουμε το κρέας, το τυλίγουμε σε λαρδί, το σοτάρουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, το βρέχουμε με ζωμό και κρασί μαύρο, προσθέτουμε μανιτάρια, μυρωδικά και αφήνουμε να σιγοψηθεί. Στο τέλος προσθέτουμε ένα χυλό από αλεύρι και βούτυρο και φιλέτα σαρδέλων)
- Λαγός στιφάτο(βάζουμε το λαγό για ένα βράδυ σε ξύδι και στη συνέχεια μαγειρεύεται στη κατσαρόλα με κρεμμύδια και ντομάτα όπως το στιφάτο κρέας:βούτυρο, κρασί, σκόρδο, ντομάτα, κρεμμυδάκια, ξύδι)
- Λαγός ψητός ή σιβέ (τσιγαρίζουμε λαρδί και κρεμμύδια σε λιωμένο βούτυρο ξεχωριστά και τέλος τα κομμάτια του λαγού. Προσθέτουμε στο λαγό λίγο αλεύρι και ζωμό για να κάνουμε χυλό και ξαναβάζουμε το λαρδί, τα κρεμμύδια ενώ προσθέτουμε και μανιτάρια, πάτους αγκινάρας και ένα δεμάτι από μυρωδικά.

Βρέχουμε με μαύρο κρασί και ζωμό και αφήνουμε να βράσουν σε δυνατή φωτιά μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Λιώνουμε το συκώτι με λίγη σάλτσα, ανακατώνουμε το αίμα και προσθέτουμε και αυτά στη κατσαρόλα.)

- Ψωμί από λαγό με πηχτή (κοπανίζουμε τα ψαχνά και τα φιλέτα ενός λαγού ψημένου στη κατσαρόλα, αλατοπιπερώνουμε και περνάμε από κόσκινο, προσθέτουμε 100 δράμια βούτυρο λίγο λίγο και σχηματίζουμε έναν πουρέ, τον οποίο τον χύνουμε σε μια φόρμα σαρλότου. Εν συνεχεία τη βάζουμε σε πάγο να κρυώσει και για να τη ξεφορμάρουμε την βουτάμε σε χλιαρό νερό. Την αλείφουμε με πηχτή και τη σερβίρουμε με κομμάτια πηχτής και τρούφες)
- Κοτολέτες λαγού με τρούφες (ψωμί από λαγό με πηχτή κομμένο σε σχήμα κοτολέτας)
- Λαγός εις τη χύτραν(θέτουμε το λαγό στην κατσαρόλα με λαρδί σε φέτες, μυρωδικά, κρεμμύδι, και μαύρο δυνατό κρασί, αφού πάρει μια βράση το φαγητό, αναμειγνύουμε βούτυρο με αλεύρι και το προσθέτουμε στο λαγό και αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει)
- Λαγός με βούτυρο κατά τον Αθηναϊκόν τρόπον(θέτουμε το λαγό σε πήλινο αγγείο με κρεμμυδάκια, 2-3 σκελίδες σκόρδο, αλάτι, πιπέρι, ζωμό από 2-3 λεμόνια, μυρωδικά και λίγη ζάχαρη, τον αφήνουμε να σταθεί κατ' αυτόν τον τρόπο επί 13 ώρες και κατόπιν το βάζουμε σε δυνατή φωτιά, όταν τσιγαρισθεί προσθέτουμε μια κουταλιά βούτυρο και αλεύρι και ανακατώνουμε και τέλος νερό όσο χρειάζεται για να ψηθεί.)
- Λαγός μαρινάτος εις τη σούβλα(το αφήνουμε σε μια μαρινάτα με 3 σκελίδες σκόρδο, 5 κρεμμυδάκια, αλάτι, πιπέρι, διάφορα μυρωδικά, ξύδι και λάδι για 13 ώρες, το θέτουμε σε δυνατή φωτιά και όταν αρχίσει να τσιγαρίζεται προσθέτουμε 1 κουτάλι βούτυρο και λίγο αλεύρι και ανακατώνουμε και προσθέτουμε νερό όσο χρειάζεται για να ψηθεί)
- Λαγός κατ' άλλον τρόπον(τον βάζουμε να σιγοψηθεί σε κατσαρόλα με ψιλοκομμένα κρεμμύδια, μισό ποτήρι ρακί και ένα ποτήρι άσπρο κρασί, μαϊντανό, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι και βούτυρο)
- Λαγουδάκι σοταρισμένο(σοτάρουμε στη κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά το λαγό με βούτυρο, προσθέτουμε κρεμμύδια, μανιτάρια, μαϊντανό και λίγο αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό και άσπρο κρασί και σερβίρουμε)
- Λαγός γιαχνιστός(κόβουμε το λαγό σε τεμάχια, το βρέχουμε με χυμό ενός λεμονιού και τον γιαχνίζουμε σε τηγάνι με βούτυρο, προσθέτουμε και σάλτσα ντομάτα-*ντομάτες λιαστές ουσιαστικά* και βράζουμε το λαγό)
- Φιλέτα λαγού γεμιστά (γεμίζουμε τα φιλέτα με μια γέμιση που έχουμε προηγουμένως κάνει με τα νεφρά του, περισσεύματα του λαγού, ψιλοκομμένο λαρδί, μαϊντανό, κρεμμυδάκια, μανιτάρια και τριμμένο φρέσκο ψωμί, τα δένουμε με σπάγκους και τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν με λίγο βούτυρο και διάφορα μυρωδικά. Στο τέλος προσθέτουμε και λίγο κρασί)
- Κουνέλι εις την κατσαρόλα(τσιγαρίζουμε το κουνέλι με βούτυρο και λαρδί στη κατσαρόλα, ρίχνουμε αλεύρι και κάνουμε ένα χυλό, προσθέτουμε κρεμμύδια και βρέχουμε με ζωμόν και μαύρο κρασί. Αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει σε σιγανή φωτιά)
- Κουνέλι με σάλτσα Ιταλική (γιαχνίζουμε το κουνέλι σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμυδάκια και μυρωδικά και προσθέτουμε ζωμό. Όταν βράσει συνοδεύουμε με σάλτσα Ιταλική)
- Κουνέλι κατά Γαλλικόν τρόπον (κόβουμε το κουνέλι σε τεμάχια, στύβουμε ένα λεμόνι και το περιχύνουμε και το γιαχνίζουμε με βούτυρο σε κατσαρόλα ή τηγάνι. Στο τέλος προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Κουνέλι μαρινάτο (το κόβουμε σε τεμάχια και το βάζουμε σε πήλινο δοχείο να μαριναριστεί επί 13 ώρες σε μαρινάτα με 5 κρεμμύδια σε φέτες, 3 σκελίδες σκόρδο, διάφορα μυρωδικά, αλάτι, πιπέρι, 3 φύλλα δάφνης, ξύδι και μισό ποτήρι λάδι. Το τσιγαρίζουμε σε δυνατή φωτιά στη κατσαρόλα μέχρι να τραβήξει το ξύδι και εν συνεχεία προσθέτουμε βούτυρο, αλεύρι και νερό και αφήνουμε να βράσει. Λίγο πριν κατεβάσουμε από τη φωτιά το κουνέλι, ρίχνουμε μέσα στην κατσαρόλα ψιλοκομμένο το συκώτι του κουνελιού και το αίμα του και τα ανακατεύουμε με τη σάλτσα)
- Φιλέτο από αγριογούρουνο(κόβουμε το φιλέτο σε φέτες και σε το μαρινάρουμε 24 ώρες σε μαρινάτα, εν συνεχεία το σιγοψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδι, σκόρδο, μαϊντανό, θυμάρι, και βασιλικό ψιλοκομμένα)
- Κοτολέτες από αγριογούρουνο(αφού τις μαρινάρουμε επί 24 ώρες, τις ψήνουμε στην κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά με βούτυρο και λάδι. Συνοδεύουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Μπούτι από αγριογούρουνο με σάλτσα(αφού το μαρινάρουμε το ψήνουμε στη κατσαρόλα με ζαμπόν, λαρδί, μυρωδικά και τη μαρινάτα αφού το έχουμε σκεπάσει με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Μπορούμε να το περιχύσουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Περίκομμα από κυνήγι (ζαμπόν, κεφάλια κυνηγιού, συκωτάκια, φτερούγες, κρασί, μυρωδικά, τα βράζουμε, τα περνάμε από τρυπητό, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με το μέρος του κυνηγίου, σερβίρουμε με ψωμάκια τηγανισμένα σε βούτυρο)
- Κοτόπουλα ψητά εις τη σούβλα(λαρδί, βούτυρο)
- Καπόνι ψητό (λαρδί, βούτυρο)
- Γάλος ψητός (βούτυρο)
- Γάλος με τρούφες κατά τον Γαλλικόν τρόπον (τον γεμίζουμε με τρούφες και λαρδί, μυρωδικά, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί)
- Φασιανός ψητός (βούτυρο)
- Φασιανοί κατά τρόπον απλούν(τους σκεπάζουμε με λαρδί και τους τυλίγουμε με βουτυρωμένο χαρτί)
- Φασιανοί παραγεμιστοί (τους γεμίζουμε με κάστανα, μανιτάρια, τρούφες, τους σκεπάζουμε με λαρδί, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)

- Αγριόπαπια εις τη σούβλα (χώνουμε καμένο σίδερο στη κοιλιά της, την περιτυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Πέρδικες εις τη σούβλα (λαρδί, βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες παραγεμιστές (γέμιση με συκωτάκια, λαρδί, κρεμμύδια, γεμίζουμε τις πέρδικες, τυλίγουμε με λαρδί και βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες με φέτες λαρδί ψητές (λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Μπεκάτσες παραγεμιστές εις τη σούβλα (τρούφες, μυρωδικά τσιγαρίζονται στο βούτυρο και λαρδί, γεμίζουμε τις μπεκάτσες, τι τυλίγουμε σε λαδωμένο χαρτί)
- Μπεκάτσαις ψηταίς (τις σκεπάζουμε με λαρδί και περνάμε στη σούβλα βρέχοντάς τες με βούτυρο)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)
- Παπάκια νέα ψητά (βούτυρο)
- Πάπια εις τη σούβλα με κάστανα (λαρδί, γεμίζουμε με κάστανα, λουκάνικο, βούτυρο, συκώτι της πάπιας, κρεμμύδι, σκόρδο, κάστανα)
- Χήνα εις τη σούβλα (χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Χήνα παραγεμιστή με κάστανα (γέμιση με συκωτάκια, κρεμμύδια, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, μυρωδικά, ράβουμε τη χήνα και σουβλίζουμε)
- Κοτσύφια ψητά (λαρδί, βούτυρο,)
- Τρυγόνια ψητά εις τη σούβλα(βρέχουμε με βούτυρο, και γαλέτα)
- Ελάφι ψητό(το τυλίγουμε με λαρδί και το σουβλίζουμε, σερβίρουμε με χυλό από αλεύρι, βούτυρο, λεμόνι, κάππαρη)
- Λαγός εις τη σούβλα(λαρδί, σάλτσα με βούτυρο, κρεμμυδάκια, ξύδι, αίμα του λαγού, συκωτάκια λαγού)
- Λαγός ψητός(τον τυλίγουμε με φέτες λαρδιού και τον ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο)
- Λαγός γεμιστός(γεμίζουμε το λαγό με μια γέμιση που κάναμε με ψαχνό χοιρινό, συκωτάκια του λαγού, κρεμμύδι, θυμάρι, αλάτι, μαϊντανό, ράβουμε το στήθος του, το δένουμε με φέτες λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντας το από καιρό σε καιρό με βούτυρο)
- Κουνέλι ψητό(τυλίγουμε τη ράχη με λαρδί, και την περνούμε στη σούβλα, τη ψήνουμε σε σιγανή φωτιά βρέχοντάς τη από καιρό σε καιρό με βούτυρο. Συνοδεύουμε είτε με σάλτσα δυνατή είτε με άλλη που κάνουμε με τσιγαρίζοντας το συκώτι του κουνελιού σε βούτυρο με κρεμμυδάκια και βρέχοντάς το με κρασί, το αίμα του κουνελιού και ξύδι ή καλύτερα λεμόνι)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με ντομάτα (σοτάρουμε 3 κοτόπουλα με βούτυρο, σβήνουμε με άσπρο κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε διάφορα χόρτα, κόβουμε 10 ντομάτες, σκόρδο, βάζουμε στο φούρνο)
- Μπούτια από κοτόπουλα εν είδει χοιρομηρίων (γεμίζουμε τα μπούτια με γέμισμα πουλιών, τα σιγοψήνουμε στο φούρνο πάνω σε λαρδί, με χόρτα, καλυμμένα με βουτυρωμένο χαρτί, γαρνιτούρα από μανιτάρια, γλυκάδια αρνιού, τρούφα)
- Κοτόπουλα ψητά εις το φούρνο(βρέχουμε με βούτυρο)
- Γάλος με κάστανα (βούτυρο, κρασί, σάλτσα ισπανική, αλείφουμε κάστανα με γλασο και σερβίρουμε)
- Γαλόπουλο με τρούφες ψητό (λαρδί, τρούφες, 1 ποτηράκι μαρσαλά, 1 κονιάκ, γεμίζουμε το γάλο, τυλίγουμε με χαρτί με βούτυρο, ψήνουμε)
- Μπούτια από γαλοπούλα κατά Ιταλικόν τρόπον(γεμίζουμε τα μπούτια με τούφες και γέμιση των πουλιών, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί, τα ποτίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με ρυζότο κατά τον τρόπον του Μιλάνου)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)
- Φιλέτα από πέρδικες με πουρέ φάκες (τυλίγουμε τα φιλέτα σε λαρδί, βούτυρο, και λαρδί στο σκεύος, ψήνουμε στο φούρνο)
- Πέρδικες του φούρνου με σάλτσα(βούτυρο, σκεπάζουμε το στήθος με λαρδί, κάνουμε σάλτσα μπεσαμέλ με ζελατίνα ή ψαρόκολλα)
- Παστίτσια κρύα από πέρδικες (αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, βάζουμε μπούτια και στήθια περδίκων, λαρδί, κρασί, χοιρινό, τρούφες, σκεπάζουμε το γέμισμα με λαρδί, ψήνουμε στο φούρνο, χύνουμε στο παστίτσιο πηχτή, αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε)
- Παστίτσι κρύο από μπεκάτσες (όπως παστίτσι από πέρδικες, βούτυρο, λαρδί, πηχτή)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο (λαρδί, γαρνίρουμε με φέτες ψωμί με γέμισμα από τα εντόσθια τους γιαχνισμένα με κρεμμύδι, βούτυρο και μυρωδικά.)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο με σάλτσα (λαρδί, βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με προσθήκη ζελατίνας)
- Μπριζόλες από ορτύκια σοταρισμένα με γαρνιτούρα από σπαράγγια (βούτυρο)
- Μπριζόλες από ορτύκια με γαρνιτούρα από φασόλια πράσινα (βούτυρο)

- Ορτύκια εις το πιάτο (γεμίζουμε με γέμισμα από πουλερικά, πιάτο που αντέχει στη φωτιά, σκεπάζουμε με γέμισμα, βάζουμε τα ορτύκια και ανάμεσα γέμισμα, σκεπάζουμε με λαρδί, βάζουμε στο φούρνο σκεπάζοντάς το με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Συνοδεύουμε με σάλτσα με τρούφες και μανιτάρια και κρασί μαδέρας)
- Ορτύκια με μπιζέλια (βούτυρο, κρασί)
- Πάπιαις άγριαις (βούτυρο, σάλτσα ισπανική, ελιές πράσινες)
- Χηνόπουλα ψητά (βούτυρο)
- Περιστέρια ψητά(λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Περιστέρια με ρέβες και καρότα (βούτυρο, καρότα, ρέβες, λάχανο, σάλτσα ισπανική, σε φόρμα σαρλότου, 6 περιστέρια ψημένα χωρίς κόκαλα και χωρίς δέρμα)
- Φιλέτα των πουλιών εις τη σχάρα(κοτόπουλα, αυγό, βούτυρο, τριμμένο ψωμί, λιωμένο βούτυρο)
- Κοτόπουλα κοκκινιστά (σοτάρουμε σε βούτυρο, μυρωδικά, τυλίγουμε σε βούτυρο και τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Κοτόπουλα εις τη σχάρα ψητά-αλά σέντ μενεχούλτ (ψήνουμε στην κατσαρόλα τα φιλέτα με βούτυρο και κρασί, σκόρδο, μυρωδικά, κτυπάμε αυγά, βουτάμε μέσα τα ψημένα κοτόπουλα τυλίγουμε σε ψωμί, σε βούτυρο, έπειτα 2 φορά σε ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)
- Πέρδικες εις τη σχάρα (βούτυρο με μαϊντανό και χυμό λεμονιού)
- Πέρδικες με τριμμένο ψωμί (τις μουσκεύουμε σε λιωμένο βούτυρο, τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε)
- Πέρδικες εις χαρτί με βούτυρο(τσιγαρίζουμε τις πέρδικες στο βούτυρο, τσιγαρίζουμε κρεμμύδια, μανιτάρια με αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό, τυλίγουμε με αυτά τις πέρδικες και με λαρδί, και έπειτα σε χαρτί βουτυρωμένο και ψήνουμε)
- Πέρδικες με σάλτσα (σχίζουμε στη ράχη, τις σκεπάζουμε με λάδι ή βούτυρο, με μανιτάρια, μαϊντανό, κρεμμύδια, ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Περιστέρια με σάλτσα αυγών (βούτυρο, τριμμένο ψωμί, χόρτα)
- Μπριζόλες από περιστέρια (βούτυρο, τριμμένο ψωμί)
- Τρυγόνια εις τη σχάρα(γαλέτα, βούτυρο)
- Κουνελάκι εις τη σχάρα(κόβουμε 2 κουνελάκια σε τεμάχια, τα μαρινάρουμε σε μαρινάτα με λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ψιλοκομμένα μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι για 4 ώρες, τα τυλίγουμε κατόπιν με φέτες λαρδί και εν συνεχεία με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο στο εσωτερικό και τα ψήνουμε στη σχάρα, σε σιγανή φωτιά)
- Κοτολέτες πουλιών κατά τον Παρισινόν τρόπον(ψήνουμε 2 κοτόπουλα, ανακατεύουμε τα ψαχνά τους με μπεσαμελ , 1 κουτί μανιτάρια, τρούφα, γλώσσα, 5 κρόκους, δίνουμε το σχήμα κοτολέτας αλευρώνουμε και βουτάμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτόπουλα τηγανιτά κατά τον τρόπον της Βιέννης (καθαρίζουμε τα κοτόπουλα βρέχουμε με βούτυρο, τυλίγουμε σε γαλέτα και βουτούμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από κοτόπουλο (τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα (σκεπάζουμε τα φιλέτα με γέμισμα, τυλίγουμε σε φριτούρα, σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, 4 κρόκους, ξύδι, κρεμμύδι, μουστάρδα, μοσχοκάρυδο)
- Φιλέτα από κοτόπουλα με σάλτσα-βιλεροά (βούτυρο, βελουτέ στην οποία προσθέτουμε την ουσία από 1 κουτί μανιτάρια και 3 κρόκους, βουτάμε τα φιλέτα στη σάλτσα, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί, και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα – τηγανίταις από κοτόπουλα (βούτυρο, μανιτάρια, αλεύρι, κρέμα, κόβουμε το κρέας ψημένο από την προηγούμενη μέσα στη σάλτσα, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε)
- Πουλερικά εις την άρμη (μπορούμε να βάλουμε κάθε είδος πουλερικού στην άρμη, από μισό ξύδι, μισό ζωμό, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, βάζουμε πάνω σε ζεστή στάκτη, τα πλένουμε, τα τυλίγουμε σε αυγό και αλεύρι και τηγανίζουμε)
- Κροκέτα των πουλιών
- Κροκέτα από φασιανό (κοπανίζουμε τον φασιανό, σάλτσα ισπανική, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Κροκέτα –τηγανίταις από πέρδικες (ψαχνά από πέρδικες, μανιτάρια, τρούφες, γλώσσα εκαρλάτ, βελουτέ, αλεύρι, αυγό και ψωμί τριμμένο για κροκέτα, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από ορτύκια (τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό, τηγανίζουμε)
- Φριτούρα από πουλιά κατά Ιταλικόν τρόπον (μαρινάτα με λάδι, λεμόνι, μυρωδιά κρεμμύδια, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό, τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Κοτολέτες από περιστέρια (τα ψήνουμε με βούτυρο, δίνουμε το σχήμα της κοτολέτας, γεμίζουμε με χόρτα, βουτάμε σε ψωμί τριμμένο και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Συκωτάκια των πουλιών σοταρισμένα με μανιτάρια (λαρδί, βούτυρο, συκωτάκια, κρεμμύδι, σβήνουμε με κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε 1 κουτί μανιτάρια)
- Ψωμί από πέρδικες με τρούφες (ψαχνά από ψημένες πέρδικες, κοπανίζουμε με συκωτάκια πουλιών ενώνουμε με τρούφα, γλάσο, πηχτή, βούτυρο. Βάζουμε τον πουρέ στη πάγο)
- Ψωμί από πέρδικες με σάλτσα (ψαχνά από πέρδικες κοπανισμένα με βελουτέ, ζελατίνα, βούτυρο, τρούφα)
- Μαγιονέζα κοτόπουλα (ψήνουμε σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, τα προσθέτουμε σε μαγιονέζα με πηχτή, αφού κρυώσουν τα βουτούμε σε πηχτή μόλις να δένει, τα θέτουμε σε φόρμα με πηχτή και βάζουμε στον πάγο)

- Φιλέτα από κοτόπουλα εις ωραίαν θέαν (βούτυρο, βουτάμε τα φιλέτα σε πηχτή μόλις να δένει, τρούφα, σκεπάζουμε με πηχτή, βάζουμε στον πάγο)
- Πέρδικες εις το πιάτο (κόβουμε πέρδικες ψημένες την προηγούμενη μέρα, βάζουμε ζωμό, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ξύδι σε ένα πιάτο που αντέχει τη φωτιά, θέτουμε βούτυρο, κομμένα κρεμμύδια και ψωμί τριμμένο, θέτουμε από πάνω τις πέρδικες και τις ψήνουμε και σερβίρουμε ζεστές)
- Συκωτάκια της χήνας με τρούφες (τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Μικρές κασίτσαις με συκώτι της χήνας(βούτυρο, τρούφα, μανιτάρια, συκώτι χήνας, γέμισμα πουλιών, γλάσο, ψήνουμε στο φούρνο, περιχύνουμε με σάλτσα μαδέρας)

ΨΑΡΙΑ

- Λαβράκι βραστό (ζουμί χόρτων, σερβίρουμε με σάλτσα από κάπαρη: βούτυρο, ξύδι, κάπαρη)
- Λαβράκι με μαύρο βούτυρο (βράζουμε περιχύνουμε με μαύρο βούτυρο)
- Τεμάχιον από λαβράκι-αλά Ρωμαίν (τυλίγουμε σε καθαρό πανί, βράζουμε σε νερό με άσπρο κρασί, χόρτα, εν συνεχεία το βάζουμε σε ταψί με κρασί, γλάσο και βούτυρο, και χύνουμε μια σάλτσα με σταφίδες, χάρη ξύδι, σάλτσα ισπανική και λίγο γλάσο)
- Συναγρίδα με σάλτσα (βράζουμε σε ζωμό χόρτων και κρασί άσπρο, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, σερβίρουμε με σάλτσα με διάφορα μυρωδικά και χόρτα και μαύρο κρασί, σκόρδο, βούτυρο, πιπεριά, σάλτσα ισπανική, ζωμό βιδέλου)
- Συναγρίδα κρύα με σάλτσα (γεμίζουμε με γέμιση από ψάρι, δένουμε με σπάγκο, βράζουμε με ζωμό από χόρτα σερβίρουμε με βούτυρο δουλεμένο με βούτυρο γαρίδας, τριγυρίζουμε το κάτω μέρος του ψαριού με πηχτή , αυγά, γαρίδες, τρούφες, και σερβίρουμε με σάλτσα η οποία γίνεται με σαρδέλες, μουστάρδα, μαγιονέζα, αγγουράκια και κάπαρη)
- Ψάρι βραστό και παραγεμιστό κατ' Αγγλικόν τρόπον (γεμίζουμε με γέμισμα με ψάρι με βούτυρο αστακού, βράζουμε σε νερό, σερβίρουμε με βούτυρο του αστακού)
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό (ξαλμυρίζουμε, ψήνουμε σε γάλα, βούτυρο, χόρτα)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον(ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, τον βάζουμε σε λιωμένο βούτυρο με νερό ή γάλα, προσθέτουμε φιλέτα σαρδέλων, σκόρδο, τρούφαις, μαϊντανό, και σιγοβράζουμε)
- Συάκι κατά τον ολλανδικόν τρόπον (το βράζουμε σερβίρουμε με βούτυρο και λεμόνι)
- Ψάρι με σάλτσα Ολλανδική (βράζουμε με ζωμό με χόρτα, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Ψάρι γλώσσες κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (βράζουμε με χόρτα, κρασί, νερό, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Σκουμπριά με μάραθρο(βράζουμε σε νερό με αλάτι και μάραθο, συνοδεύουμε με σάλτσα από βούτυρο και μάραθο)
- Φιλέτο από μπαρμπούνια με σάλτσα από μανιτάρια (σοτάρουμε με βούτυρο)
- Ψάρια πισιά κατά τον Γερμανικόν τρόπον (γλώσσες, βούτυρο, λεμόνι, ρίζες)
- Σολομός κατά τον χωρικόν τρόπον(μανιτάρια, καρότα, ζωμό, κρασί, βούτυρο σαρδέλας με αλεύρι)
- Σολομός κατά τον τρόπον της Βενετίας(βούτυρο, γιαχνίζουμε)
- Γλώσσες κατά τον Νορμανδικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί)
- Φιλέτα από γλώσσαις (μαρινάρουμε σε λάδι και λεμόνι, τα ψήνουμε με βούτυρο, και κρασί, κάνουμε σφαιρίδια με περισσεύματα ψαριών τηγανισμένα, σερβίρουμε με σάλτσα βελουτέ με στρείδια, τρούφες και ουρές γαρίδων)
- Γλώσσες ψάρι-αλά μπρετόν (καρότα, μανιτάρια μαϊντανό, ψήνουμε τις γλώσσες με βούτυρο και κρασί, περιχύνουμε με βελουτέ)
- Ορεκτικόν –ραγού- από φιλέτα των πισιών –γλωσσών κατά τον τρόπον της Βενετίας (κόβουμε σε φέτες, σοτάρουμε σε βούτυρο, σερβίρουμε με εντράδα και σκεπάζουμε με σάλτσα Βενετίας)
- Ορεκτικόν-ραγού- από λεπτές φέτες καλκανίου κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (κόβουμε σε φέτες τα φιλέτα τα σοτάρουμε με βούτυρο, ρίχνουμε σάλτσα ολλανδική)
- Ορεκτικόν ραγού από φέτες μπακαλιάρων με σάλτσα ματελοτ (σοτάρουμε με βούτυρο, η σάλτσα ματελότ γίνεται με μαύρο κρασί Σαντορίνης, αρωματικά, μπεσαμελ, βούτυρο και ουσία σαρδέλας)
- Χέλι με σάλτσα(βράζουμε νερό με ξύδι, προσθέτουμε το χέλι να βράσει, το βάζουμε μετά σε κατσαρόλα να ψηθεί σε μια σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, κρασί, μανιτάρια, μυρωδικά, λεμόνι και κρόκους αυγών)
- Χέλι κατά τον Ιταλικόν τρόπον (ψήνουμε το χέλι με άσπρο κρασί, το σοτάρουμε μετά με βούτυρο, κρεμμύδια, μανιτάρια, αφήνουμε να δέσει η σάλτσα)
- Φιλέτα από σκουμπριά σοταρισμένα (βούτυρο, ψήνουμε στη κατσαρόλα)
- Ψάρι με σάλτσα σαρδέλας (μαρινάρουμε με λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε στη σχάρα, περιχύνουμε με σάλτσα σαρδέλας)
- Σολομός με κάπαρη (μαρινάρουμε σε λάδι, τυλίγουμε σε χαρτί με βούτυρο, σερβίρουμε με σάλτσα κάπαρης)
- Σολομός με λιωμένο βούτυρο (βούτυρο)
- Φρύσαις φρέσκιας εις τη σχάρα (στη σχάρα)
- Φρύσαις με σάλτσα από κάπαρη(στη σχάρα)
- Φρύσαις με σάλτσα μουστάρδα(στη σχάρα)
- Φιλέτα φρύσαις με σάλτσα ταρτάρα (τυλίγουμε σε ψωμί και λιωμένο βούτυρο, ψήνουμε στη σχάρα)
- Χέλι μαρινάτο εις την σχάρα (κόβουμε σε τεμάχια, σοτάρουμε με βούτυρο, βάζουμε με διάφορα χόρτα και μυρωδικά να μαριναριστούν, τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)

- Σκουμπρί εις τη σχάρα με σάλτσα μαϊντανού(τα βρέχουμε με ελαιόλαδο, τα ψήνουμε στη σχάρα και σερβίρουμε με σάλτσα μαϊντανού: βούτυρο με μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Κολιοί με σάλτσα μαϊντανού (ψήνουμε στη σχάρα, προσφέρουμε σάλτσα μαϊντανού με βούτυρο)
- Κολιοί με σάλτσα δυνατή(σχάρα, σάλτσα δυνατή)
- Μπαρμπούνια εις το πιάτο(βούτυρο, μανιτάρια, κρασί)
- Ψάρι λαβράκι γεμιστό (γέμιση με ψαχνό ψαριού, βούτυρο, πανάδα, αυγά, τυλίγουμε το ψάρι με λαρδί, το ψήνουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με ζωμό ψαριού, ουσία στρειδιών, και ουσία μανιταριών)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Μιαούλη(λαρδί, σαμπάνια, βούτυρο, γέμισμα με ψαχνά)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Σαχτούρη(βούτυρο από αστακό, γέμισμα, λαρδί, βούτυρο)
- Τεμάχιον από λαβράκι γκλασαρισμένο με μαδέρα (βούτυρο, μαδέρα, σκεπάζουμε με λαρδί, χόρτα, κρασί, βουτυρωμένο χαρτί, βάζουμε στο φούρνο, βάζουμε σάλτσα ισπανική, σερβίρουμε με μπουκέτα από μύδια, και γαρίδες)
- Γλώσσαι εις το πιάτο(βούτυρο, μανιτάρια, κρεμμύδια, ψωμί, κρασί, ζουμί)
- Σάλτσα από φιλέτα ή ψαχνά ψαριού(βάζουμε τα φιλέτα από τα μελανούρια σε ταψί με βούτυρο, και τα βάζουμε στο φούρνο για 10 λεπτά, σερβίρουμε με μαγιονέζα, και σαλάτα)
- Ψάρι εις το φούρνο με μανιτάρια (μανιτάρια σοταρισμένα με βούτυρο, γλασο, λιωμένο βούτυρο, ψάρια κρασί)
- Κοκίλια του ψαριού(παίρνουμε τα ψαχνά ενός ψαριού σε κομμάτια, ρίχνουμε ψιλοκομμένη τρούφα, μαϊντανό, άσπρη σάλτσα με μανιτάρια και γεμίζουμε κοκίλια, ρίχνουμε από πάνω τριμμένο ψωμί και βούτυρο και τοποθετούμε σε μια λαμαρίνα την οποία την βάζουμε στο φούρνο)
- Ψάρι με γαρνιτούρες-κομπασερές (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί με βούτυρο, μανιτάρια, σάλτσα ισπανική, κρασί μαδέρα, γαρνίρουμε με πράσινες ελιές)
- Σφυρίδα-αλά ρεζάνς (λαρδί, χαρτί βουτυρωμένο, χόρτα, μανιτάρια)
- Φέτες ψαριού εις το φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (βούτυρο, περιχύνουμε με βούτυρο από γαρίδες και σάλτσα σαρδέλας)
- Φέτες ψαριού με γαρνιτούρα (βούτυρο, φέτες συναγρίδας, σερβίρουμε με γαρνιτούρα από κρέατα ψαριού, ουρές γαρίδων και τρούφες, βρέχουμε τις γαρνιτούρες με σάλτσα Νορμανδική)
- Κέφαλος πλακί με σκόρδο(τον βάζουμε σε καραβάνα με σκόρδα, λάδι, ντομάτα, ψιλοκομμένο μαϊντανό, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και στο φούρνο)
- Ψάρι συναγρίδα εις το πιάτο (βρέχουμε με κρασί, βούτυρο λιωμένο, ψήνουμε στο φούρνο, βάζουμε το ψάρι πάνω σε γέμιση από ψάρι, πασπαλίζουμε με χόρτα και ψωμί τριμμένο, βάζουμε το πιάτο στο φούρνο και σερβίρουμε με σάλτσα χωριστά, ζεματισμένα στρείδια και βούτυρο)
- Γλώσσαι τηγανιταί (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Φιλέτα γλωσσών με σάλτσα ντομάτα (τηγανίζουμε σε βούτυρο και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας)
- Γλώσσαι γεμισταί (τηγανίζουμε 2 γλώσσες σε βούτυρο, ανοίγουμε τη ράχη, βγάζουμε το κόκαλο και γεμίζουμε με κρεμμύδια με βούτυρο, πιπέρι, βρέχουμε με κρασί και ψήνουμε στο πιάτο)
- Φιλέτα από γλώσσαις με τηγανισμένο μαϊντανό (βούτυρο)
- Κροκέτα του ψαριού (τηγανίζεται σε φριτούρα, ψαχνά ψαριού με μπεσαμελ, 2 κρόκους αυγού)
- Σμαρίδες τηγανητές (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Φριτούρα από μαρίδες (βουτάμε τις καθαρισμένες και αλατισμένες μαρίδες σε γάλα και αλεύρι και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Μικρά λαβράκια τηγανητά (αλευρώνουμε βουτάμε σε χτυπημένο αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σκουμπριά τηγανιτά (αλευρώνουμε, λιώνουμε βούτυρο, βάζουμε τα σκουμπριά, προσθέτουμε κρεμμύδια χλωρά, όταν αφαιρέσουμε τα ψάρια, ρίχνουμε στο τηγάνι ξύδι, το οποίο χύνουμε στα ψάρια)
- Σολομός ψητός(λάδι, στη σούβλα, σερβίρουμε με σάλτσα σαρδέλας ή κάπαρης)
- Βούτυρο σαρδέλας (Για να φτιάξουμε βούτυρο σαρδέλας παίρνουμε 6 σαρδέλες και αφού τις πλύνουμε αφαιρούμε το ραχοκόκαλο τους, τις κοπανίζουμε, τις δουλεύουμε με αρκετό βούτυρο και κάνουμε ένα μίγμα. Το βούτυρο σαρδέλας σερβίρεται ως ορεκτικό και προσθέτεται σε διάφορες σάλτσες και ιδίως σε μπιφτέκια.)
- Φρυσαις καπνιστές εις κουτί (μαϊντανό, κρεμμύδια, μανιτάρια, βούτυρο, τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Αστακός κατά τον Αμερικανικόν τρόπον (γιαχνίζουμε τον αστακό με κρεμμύδι, καρότα, μυρωδικά, 1 ποτήρι κονιάκ, προσθέτουμε έπειτα άσπρο κρασί και τον σερβίρουμε με σάλτσα γερμανική)
- Ορεκτικόν –ραγού- από ψιλές φέτες αστακού με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τον αστακό, και μετά κόβουμε τα ψαχνά σε μπεσαμελ
- Καραβίδες με σάλτσα (ψήνουμε τις καραβίδες σε άσπρο κρασί, κόβουμε κρεμμύδι, βάζουμε βούτυρο, χόρτα, ζωμό καραβίδας, προσθέτουμε ακόμα βούτυρο, και κόκκινο πιπέρι, και σερβίρουμε με τις καραβίδες)
- Σούπα με στρείδια (στρείδια, χυλό της σούπας, μανιτάρια, μίγμα από γάλα, και κρόκους αυγών)
- Μύδια εις την κατσαρόλα (βάζουμε την κατσαρόλα με τα μύδια πάνω στη φωτιά μέχρι να ανοίξουν και βγάζουμε τα όστρακά τους, εν συνεχεία τα αφήνουμε να ψηθούν με κρεμμύδια, καρότα, σκόρδο, μαϊντανό, θυμάρι, δάφνη, γαρύφαλλο,1 ποτήρι κρασί και βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Μύδια με σάλτσα άσπρη (αφού ψήσουμε τα μύδια, τα βάζουμε σε σάλτσα μπεσαμελ)
- Μύδια σάλτσα (τα ψήνουμε με βούτυρο, κρεμμύδια, μαϊντανό, αλεύρι ανακατωμένο με βούτυρο και μίγμα από κροκάδια αυγών)

- Πουρές από καραβίδες (παίρνουμε 40-50 καραβίδες, τις καβουρδίζουμε με βούτυρο, μερικά ψιλοκομμένα καρότα, και θυμάρι, μαϊντανό, δάφνη, και κόκκους πιπέρι, αφού ψηθούν αφαιρούμε τα κοκάλα τα οποία κοπανίζουμε με βούτυρο, τα ζεσταίνουμε στη φωτιά και στραγγίζουμε έπειτα το βούτυρο, κοπανίζουμε τα ψαχνά, τα περνάμε από μια τριχιά, προσθέτουμε το βούτυρο το οποίο βγάλαμε από τα κόκαλα και σερβίρουμε)
- Ψαχνά του αστακού (σαλπικόν: ψαχνά αστακού, μανιτάρια, μπεσαμελ)
- Καραβίδες γιαχνιστές (ζεματάμε με βούτυρο και κονιάκ, το οποίο ανάβουμε, γιαχνίζουμε στη φωτιά και προσφέρουμε)
- Μικρές φορμίτσες με καραβίδες (κάνουμε βελουτέ, την τελειώνουμε με βούτυρο καραβίδας, προσθέτουμε σε αυτή βρασμένη καραβίδα σε τεμάχια, χύνουμε τη γέμιση σε 24 φορμίτσες και σερβίρουμε)
- Μικρές φορμίτσες με στρείδια (ανοίγουμε 36 στρείδια με κρασί σε μια κατσαρόλα, τα στραγγίζουμε, προσθέτουμε μανιτάρια, βελουτέ με ουσία στρειδιών, και γεμίζουμε τις φορμίτσες)
- Φορμίτσες με γαρίδες (σκούρα σάλτσα, βούτυρο της γαρίδας, ουρές γαρίδων)
- Γαρνιτούρα δια τα ψάρια (στρείδια, μύδια, μανιτάρια, ουρές γαρίδων, κρεμμυδάκια γκλασαρισμένα, σε βούτυρο ζωμός, ζάχαρη, γλασο)
- Κοκίλια με στρείδια (ανοίγουμε τα στρείδια και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με κρασί να βράσουν, προσθέτουμε μια άσπρη σάλτσα, αλείφουμε μερικά κοκκίλια με βούτυρο και λίγο τριμμένο ψωμί και σε καθένα βάζουμε 4 στρείδια με τη σάλτσα τους, ρίχνουμε τριμμένο ψωμί και **τυρί** και βούτυρο, βάζουμε τα κοκκίλια σε μια λαμαρίνα και την στέλνουμε στο φούρνο και αφήνουμε να χρωματιστούν)
- Στρείδια γεμιστά (ζεματούμε με λίγο κρασί τα στρείδια, το κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τα ρίχνουμε μέσα σε Μεγάλη σάλτσα δεμένη με το ζωμό των στρειδιών. Γεμίζουμε τα όστρακα με γέμιση ψαριού ανακατωμένη με ψιλοκομμένα μανιτάρια και στρείδια, ρίχνουμε λίγη γαλέτα ή ψωμί τριμμένο, τα βρέχουμε με βούτυρο και τα βάζουμε σε μια λαμαρίνα στο φούρνο για 12 λεπτά)
- Κροκέτα από αστακό (Αφού τον βράσουμε, κάνουμε μίγμα με τα ψαχνά του, μανιτάρια, γέμιση ψαριού, σάλτσα μπεσαμελ, πλάθουμε σε σχήμα κροκέτας, τηγανίζουμε λάδι)
- Μύδια τηγανητά (αφού ανοίξουν τα μύδια σε μια κατσαρόλα στη φωτιά, παίρνουμε το φαγί τους, βουτούμε σε χυλό από αλεύρι με νερό και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μύδια με σάλτσα-βιλεροά (αφού ανοίξουν, τα βουτούμε σε σάλτσα βιλεροά, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- σουβλάκια από στρείδια (ετοιμάζουμε σουβλάκια με 6-7 στρείδια στο καθένα με λίγα χόρτα ανακατωμένα με γλασο, βουτάμε τα σουβλάκια σε χυλό από αλεύρι, και τηγανίζουμε σε φριτούρα, σερβίρουμε με τηγανισμένο μαϊντανό)
- Στρείδια τηγανισμένα με κρομμύδια(τυλίγουμε με αλεύρι, κρεμμυδάκια, βούτυρο τηγανίζουμε και τα στρείδια, τραβούμε από τη φωτιά, προσθέτουμε ξύδι)
- Στρείδια τηγανιτά με μαρινάτα (βουτάμε σε χυλό από αλεύρι και τηγανίζουμε σε δυνατή φωτιά)
- Στρείδια με σάλτσα-βιλεροά (ζεματάμε τα στρείδια σε κρασί, και τα βουτάμε σε σάλτσα βιελροα: βελουτέ με ουσία μανιταριών από κουτί, ενώνουμε με κρόκους αυγού. Τυλίγουμε έπειτα τα στρείδια σε ψωμί, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από καραβίδαις (μπεσαμελ με μανιτάρια, προσθέτουμε τις καραβίδες σε κομμάτια, κάνουμε με το μίγμα κροκέτες, αλευρώνουμε, τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κοτολέτες από γαρίδες (κροκέτες από ουρές γαρίδων, τρούφες και μανιτάρια, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Στρείδια εις τη σχάρα με άσπρη σάλτσα (ανοίγουμε 50 στρείδια, βγάζουμε από το όστρακο, τα γιαχνίζουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο, προσθέτουμε λίγο από το ζουμί τους σε μπεσαμελ, την αφήνουμε να δέσει και να μείνει η μισή, προσθέτουμε βούτυρο και τα 100 στρείδια, τα διαμοιράζουμε έπειτα στα όστρακά τους και τα βάζουμε πάνω στη σχάρα, βρέχουμε με βούτυρο)

Μπούτια βατράχων

- Μπούτια βατράχων τηγανιτά (τα ξεφλουδίζουμε , τα βουτάμε σε ασπράδια αυγού, αλεύρι και τηγανίζουμε)
- Μπούτια βατράχων με σάλτσα (βούτυρο, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλεύρι, κρασί, κρεμμύδια, αφήνουμε να βράσουν και ενώνουμε με 2 κρόκους)

Σαλιάγκοι-κοχλίαι

- Σαλιάγκοι με αυγολέμονο (ψήνουμε με βούτυρο, κρασί, αλεύρι, μυρωδικά, μανιτάρια, προσθέτουμε αυγολέμονο)

ΑΥΓΆ

- Αυγά κατά τον γερμανικόν τρόπον (βάζουμε 1 ποτήρι γάλα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και μαϊντανό στη κατσαρόλα και αφήνουμε να γίνει ένας ζωμός, προσθέτουμε αυγά σκληρά κομμένα σε φέτες και προσφέρουμε μετά από 10 λεπτά)
- Αυγά κτυπητά (ζωμό κρέατος, βούτυρο)
- Αυγά με λαρδί (βούτυρο, λαρδί)
- Αυγά με σάλτσα άσπρη (σφικτά αυγά, τα βάζουμε σε μπεσαμελ και αφήνουμε να ψηθούν χωρίς να βράσουν, βάζουμε λίγο βούτυρο και σερβίρουμε)
- Αυγά κοκκινιστά (με κρεμμύδια σοταρισμένα σε βούτυρο με αλεύρι και ζωμό)

- Αυγά γεμιστά με σαρδέλες (σφικτά αυγά, αφαιρούμε τα κιτρινάδια και τα ανακατεύουμε με φιλέτα σαρδέλας, βάζουμε τη γέμιση στη φωτιά με βούτυρο, γεμίζουμε τα ασπράδια και προσφέρουμε)
- Αυγά κτυπητά –αλλά νέζ –με βανίλια (κρέμα, ανθόνερο, ζάχαρη, γάλα, βάζουμε τα ασπράδια χτυπημένα, βανίλια, τα γυρίζουμε να ψηθούν τα βάζουμε στο πιάτο, χτυπάμε τους κρόκους στο γάλα, και δένουμε στη φωτιά και χύνουμε πάνω στα άσπρα αυγά)
- Αυγά κτυπημένα με παρμεζάνα (βούτυρο, αυγά χτυπημένα, παρμεζάνα, βούτυρο, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Αυγά κατά τον τρόπο της Βενετίας (αλείφουμε μια καραβάνα με βούτυρο, βάζουμε τα κιτρινάδια αυγών, ποτίζουμε με κρέμα, χύνουμε από πάνω τα χτυπημένα ασπράδια μπορούμε να τα αρωματίσουμε με ανθόνερο)
- Αυγά γεμιστά με σαρδέλα (βγάζουμε τους κρόκους από τα σφιχτά αυγά, τους κοπανίζουμε με βούτυρο σαρδέλας, μανιτάρια, μαϊντανό, ψιλοκομμένες τρούφες και γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα αυγά, τα τοποθετούμε έπειτα σε μια καραβάνα με βούτυρο, και τα βάζουμε στο φούρνο)
- Αυγά κατά τον Χωρικόν τρόπον(αλείφουμε με βούτυρο 1 πιάτο, το βάζουμε σε σιγανή φωτιά, σπάμε μέσα τα αυγά, τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε κρέμα γάλακτος και σιγοψήνουμε)
- Αυγά μάτια εις το πιάτο(βούτυρο, γάλα, τυρί τριμμένο)
- Αυγά εις το πιάτο(βάζουμε σε ένα πιάτο που αντέχει τη φωτιά τριμμένο ψωμί, βούτυρο, 1 σαρδέλα, μαϊντανό και κρεμμύδι ψιλοκομμένα, ρίχνουμε 3 κρόκους αυγών, ανακατώνουμε και βάζουμε το πιάτο στη φωτιά, σπάμε 7-8 αυγά αλατοπιπερώνουμε και αφήνουμε να ψηθούν αφήνοντας τον κρόκο μελάτο)
- Αυγά γεμιστά (αφαιρούμε τα κιτρινάδια και τα κοπανίζουμε με 3 κρόκους ωμούς, βούτυρο, μοσχοκάρυδο, ψωμί με γάλα, με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε τα ασπράδια, αλείφουμε 1 πιάτο με βούτυρο και βάζουμε στη φωτιά)
- Αυγά γεμιστά κατά τον Ρωσσικόν τρόπον (10 σφιχτά αυγά, βγάζουμε τους κρόκους τους κοπανίζουμε με ψαχνά από 3 σαρδέλες, περνούμε από τριχιά, προσθέτουμε κομμάτια αστακού, γεμίζουμε τα αυγά, αλείφουμε 1 πιάτο με βούτυρο και αφήνουμε λίγο στο φούρνο)
- Ομέλετα κατ' άλλον τρόπον-σουφλέ(χωρίζουμε τους κρόκους από τα ασπράδια, βάζουμε στους κρόκους ζάχαρη, ανθόνερο, χτυπάμε τα ασπράδια και τα ενσωματώνουμε στους κρόκους, ψήνουμε στην χόβολη με βούτυρο, γλασάρουμε την ομελέτα με ψιλή ζάχαρη)
- Ομελέτα με ρούμι (γίνεται όπως ομελέτα κατ' άλλον τρόπον, απλά ποτίζουμε με ρούμι το οποίο ανάβουμε την ώρα που σερβίρουμε)
- Αυγά τηγανιτά με σάλτσα ντομάτας (βούτυρο)
- Αυγά με κρασί (μαύρο κρασί, μυρωδικά κρεμμύδι, σκόρδο, τηγανίζουμε τα αυγά τα στραγγίζουμε, τοποθετούμε σε ψωμάκια, αφήνουμε το κρασί να βράσει, προσθέτουμε βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι, χύνουμε πάνω στα αυγά)
- Αυγά με συκωτάκια των πουλιών (τηγανίζουμε τα συκωτάκια, τα κόβουμε σε φέτες, τα προσθέτουμε σε τηγάνι με βούτυρο, σπάμε μέσα 8 αυγά και ψήνουμε)
- Αυγά μάτια ντομάταις (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με αυγά μάτια (βούτυρο)
- Σπανάκια με αυγά μάτια (βούτυρο)
- Αυγά με μαύρο βούτυρο
- Απλή ομελέτα (χτυπάμε τα αυγά, τα ψήνουμε με βούτυρο)
- Ομελέτα με νεφρό (βούτυρο)
- Ομελέτα με νεφρό βοδινό (ψήνουμε το νεφρό στη σούβλα, το ψιλοκόβουμε, σπάμε αυγά και τα ψήνουμε με βούτυρο)
- Ομελέτα με ψίχα ψωμιού(αυγά, ψίχα ψωμιού τριμμένη, γάλα)
- Ομελέτα με διάφορα χόρτα(ψιλοκομμένα χόρτα, μαρούλι, γάλα, βούτυρο)
- Ομελέτα με τυρί (τυρί τριμμένο και χτυπημένο με αυγά, προσθέτουμε κρέμα, βούτυρο)
- Ομελέτα με ζάχαρη (χτυπάμε τα αυγά με κρέμα, ζάχαρη, λίγο αλεύρι, ανθόνερο και ψήνουμε την ομελέτα με βούτυρο)
- Άλλη ομελέτα με ζάχαρη (χτυπούμε χωριστά τα ασπράδια, ανακατώνουμε τους κρόκους με ξυμένη φλούδα λεμονιού και ζάχαρη, ενώνουμε τους κρόκους με τα ασπράδια και προσθέτουμε λίγη κρέμα, ψήνουμε την ομελέτα και σερβίρουμε περιχύνοντας με ζάχαρη)
- Ομελέτα με τρούφες (βούτυρο)
- Ομελέτα με αγκινάρες
- Ομελέτα με μαϊντανό (κρεμμύδι, μαϊντανό, τριμμένη ψίχα ψωμιού, βούτυρο)
- Ομελέτα με κρομμύδι (τηγανίζουμε πρώτα το κρεμμύδι σε βούτυρο, προσθέτουμε και τα αυγά)
- Ομελέτα με ζαμπόνι (βούτυρο)
- Ομελέτα με ντομάτα (βούτυρο)
- Ομελέτα με σπαράγγια(βούτυρο)
- Ομελέτα με συκωτάκια των πουλιών (βούτυρο)
- Ομελέτα με μανιτάρια(βούτυρο)

Ζύμη

- Πάστα σφολιάτα με βούτυρο (αλεύρι, αλάτι, νερό, βούτυρο μαλακό)
- Πάστα άλλου είδους-δια τα τιμπάλ (αλεύρι, βούτυρο, 2 κρόκους αυγών, αλάτι)

- Πάστα δια τούρταις (αλεύρι, βούτυρο, κρόκους, αλάτι, πιο μαλακή ζύμη)
- Πάστα με σάλτσα Ισπανική (γάλα, αλεύρι, βούτυρο, κρόκους αυγού)
- Μικρά παστιτσάκια της σαρδέλας (πάστα σφολιάτα, γεμίζουμε με γέμιση ψαριού, και βούτυρο σαρδέλας)
- Βολοβαν με σάλτσα (γεμίζουμε τα βολοβαν με σάλτσα με λαρδί, βούτυρο, ζαμπόν, αρνίσιο κρέας, συκωτάκια όρνιθας, κρίσταις πετεινού ζεματισμένες και καθαρισμένες, αυγά πετεινού, βιδελίσιες ελιές, μυαλά κομμένα, τρούφες, μανιτάρια, άσπρο κρασί, ελιές πράσινες χωρίς τα κουκούτσια, γλάσο πουλιών)
- Κοτόπητα(πάστα σφολιάτας, γέμιση με όρνιθα την οποία έχουμε γιαχνίσει με κρεμμύδια, βούτυρο, αφαιρούμε τα κόκαλα, προσθέτουμε τριμμένο ψωμί, 6-8 αυγά, μυρωδικά, ανακατώνουμε, βάζουμε στην πάστα και ψήνουμε)
- Κρεατόπητα (όπως η κοτόπητα αλλά αντί όρνιθα βάζουμε αρνίσιο κρέας)
- Μπουρεκάκια (κόβουμε μια πάστα σφολιάτα σε τεμάχια και τα γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών και στη συνέχεια τα τηγανίζουμε σε φριτούρα με βούτυρο)

Ζυμαρικά:

- Μακαρόνια Ιταλικά (βράζουμε τα μακαρόνια σε ζωμό, τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με τυρί παρμεζάνα και γρουγιέρ, βούτυρο, πιπέρι, και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε **κρέμα γάλακτος**, ανακατώνουμε, τα βάζουμε στη φωτιά και όταν ψηθούν προσφέρουμε)
- Μακαρόνια του Λιβόρνου(ανακατώνουμε τα βρασμένα μακαρόνια με βούτυρο, αλεύρι, τριμμένο τυρί, και προσφέρουμε με ντομάτα)
- Μακαρόνια αλά Καλαβρέζα(με σάλτσα την οποία παρασκευάζουμε με 2 ντομάτες, τυρί, κρεμμύδι, βούτυρο, γλάσο, μανιτάρια, χοιρομέρι)
- Μακαρόνια κατ' άλλον τρόπον(μακαρόνια, βούτυρο, τριμμένο τυρί, μπεσαμελ, χοιρομέρι, παρμεζάνα, βούτυρο)
- Μακαρόνια εις το φούρνο
- Μακαρόνια με σάλτσα (μακαρόνια, περιχύνουμε με καμένο βούτυρο, τριμμένο τυρί, σάλτσα ντομάτας ή άλλη σάλτσα)
- Μακαρόνια εις φόρμα(αφού βράσουμε τα μακαρόνια και τα στραγγίσουμε τα βάζουμε σε μία φόρμα ανάμεσα σε 2 φύλλα πάστας ανακατωμένα με τυρί τριμμένο, βούτυρο και πιπέρι, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να ψηθούν σε σιγανή φωτιά μια ώρα)
- Μακαρόνια με βούτυρο σαρδέλας
- Μακαρόνια με τυρί(αφού ζεματίσουμε τα μακαρόνια τα θέτουμε σε μια κατσαρόλα ένα στρώμα μακαρόνια, ένα στρώμα ψωμί τριμμένο ανακατωμένο με
- Λαζάνια (κανελόνια) παραγεμιστά (ψαχνά όρνιθας, μανιτάρια, τρούφες, μυρωδικά, μυαλά, ζαμπόν, βούτυρο, 2 αυγά, γεμίζουμε τα λαζάνια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με σάλτσα ντομάτα, βούτυρο, τριμμένο τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Λαζάνια με άσπρη σάλτσα (όπως η προηγούμενη συνταγή αλλά αντί σάλτσα ντομάτας βάζουμε μπεσαμελ)
- Κροκέτα από μακαρόνια (μακαρόνια βρασμένα, τρούφες, χοιρομέρι, τυρί, αυγό, ψωμί τηγανίζουμε σε φριτούρα)

Ρύζι

- Πιλάφι με κοτόπουλα (βούτυρο)
- Πιλάφι κατά τον τρόπον του Μιλάνου(βούτυρο, παρμεζάνα)
- Ατζέμ πιλάφι (2 σπάλες αρνιού σε μικρά κομματάκια, 2 κρεμμύδια, σβήνουμε με ντομάτα, σε άλλη κατσαρόλα ρίχνουμε βούτυρο, καβουρδίζουμε το ρύζι και χύνουμε το κρέας με το ζουμί του, αφήνουμε να βράσει)
- Πιλάφι με γιαούρτι (βούτυρο, κρεμμύδι, ρίχνουμε το ρύζι, ζουμί με το πάχος του, σιγοβράζουμε, το σερβίρουμε χωριστά με γιαούρτι)
- Πιλάφι κατά τον Γαλλικόν τρόπον (ζεματάμε ρύζι, το στραγγίζουμε, σε άλλη κατσαρόλα γιαχνίζουμε κρεμμυδάκια με λαρδί ή ζαμπόν, μυαλά ζεματισμένα, σάλτσα Γερμανική, παρμεζάνα και προσφέρουμε)
- Πιλάφι με ντομάταις φρέσκαις (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτες, καβουρδίζουμε το ρύζι με βούτυρο βρέχουμε με ζουμί, και όταν μισοβράσει ρίχνουμε και τη ντομάτα)
- Πιλάφι με κυνήγια (βράζουμε το ρύζι, το ζεματάμε με καμένο βούτυρο, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ)
- Πιλάφι με σάλτσα άσπρη (ζεματάμε με καμένο βούτυρο, το περιχύνουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με αλεύρι, βούτυρο, και γάλα)
- Μικραί φόρμαι με ρύζι και αυγά (ριζότο, παρμεζάνα, βούτυρο, αυγά χτυπημένα με τυρί, φριτούρα)
- Σούπα με κοπανισμένο ρύζι (Ρύζι κοπανισμένο με νερό, ζωμό, 2 κρόκους, γάλα, βούτυρο)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

- Σούπα από ξινήθρα (κάνουμε ένα πουρέ από πατάτες, προσθέτουμε ζωμό και βράζουμε, ενώ βάζουμε ταυτόχρονα και μερικά δεμάτια ψιλοκομμένης ξινήθρας, την ώρα που σερβίρουμε προσθέτουμε ένα μείγμα από γάλα 2 κρόκους αυγών και βούτυρο)
- Σούπα με χόρτα (καρότα, ρέβες, πράσα, λάχανα, ζάχαρη, βούτυρο)
- Σούπα Βικτωρίας (4-5 κρόκους αυγών, χυλό της σούπας, πουρέ ντομάτας φρέσκιας, μπιζέλια, κορυφές σπαραγγιών, καροτάκια, σέλινο)
- Σούπα με πουρέ μπιζελιών (βούτυρο, ζαμπόν, καρότα, κρεμμύδι, ζωμό, μπιζέλια τα οποία αφού βράσουν τα περνούμε από τρυπητό)

- Σούπα με κουνουπίδι (βούτυρο, κουνουπίδι, χυλό της σούπας, 3 κρόκους, γάλα, 2 στήθη πουλιών κομμένα σε φέτες)
- Σούπα με ρέβες (βούτυρο, ρέβες, ζωμό, ζάχαρη, σάλτσα από αλεύρι, γάλα, βούτυρο, 3 κρόκους με γάλα)
- Σούπα με φασόλια πράσινα (φασόλια, βούτυρο, μπεσαμελ με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, χυλό της σούπας, 3 κρόκους με γάλα, βούτυρο)
- Σούπα με Γερμανικαίς φραντζόλες (ζωμός, χόρτα, γερμανικές φραντζόλες στο φούρνο με βούτυρο)
- Σούπα του Μεγάλου Δουκός (βούτυρο, αλεύρι, ζαμπόν, ρύζι, σπαράγγια, 3 κρόκους, γάλα, παρμεζάνα, σερβίρεται με 1 αυγό)
- Πουρές από πατάτες (πατάτες βραστές, βούτυρο, γάλα)
- Πουρές από μπιζέλια (βράζουμε τα μπιζέλια, τα στραγγίζουμε, τα σκεπάζουμε με ζωμό και ξαναβάζουμε στη φωτιά να βράσουν, τα περνούμε από μια τριχιά ή φανέλα και τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα, προσθέτουμε βούτυρο, γάλα, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο και σερβίρουμε)
- Πουρές από κουκιά φρέσκα (κουκιά βραστά, βούτυρο, σάλτσα γερμανική, γλάσο)
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια
- Πουρές από αγκινάρες (βραστές αγκινάρες, βελουτέ, βούτυρο)
- Πουρές από ξινήθρα (ξινήθρα, βούτυρο, αλεύρι, γάλα ή ζουμί, ζάχαρη)
- Πουρές από ρίζες σέλινου (ρίζες σέλινου, ζωμό, βούτυρο, ψωμί, γλάσο)
- Πουρές σπανάκι (βούτυρο, σπανάκι βραστό, αλεύρι, γάλα)
- Σπανάκι πουρέ με βούτυρο σαρδέλας (σπανάκι, σκόρδο, σάλτσα ισπανική, βούτυρο σαρδέλας, βούτυρο)
- Σπανάκι πουρέ κατά τον Αγγλικόν τρόπον (σπανάκι, βελουτέ, βούτυρο)
- Πουρές από κρεμμύδια (κρεμμύδια, μπεσαμελ, γλάσο, βούτυρο)
- Πουρές από αντίδια(αντίδια βραστά, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, ζάχαρη)
- Πουρές από καρότα(βούτυρο, ζωμό, καρότα, ψωμί, βάζουμε και λίγη ζάχαρη)
- Πουρές από τρούφες (τρούφες, ψωμί, σάλτσα ισπανική, γλάσο, βούτυρο)
- Πουρές από μανιτάρια (βούτυρο, μανιτάρια, ζωμό, λεμόνι, ψωμί, γάλα)
- Πατάτες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βράζουμε και έπειτα τις προσθέτουμε σε κατσαρόλα με λιωμένο βούτυρο, τις σοτάρουμε)
- Πατάτες κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, νερό η ζωμό, κρασί)
- Πατάτες με μαϊδανό (βραστές πατάτες, σοτάρουμε με βούτυρο, προσθέτουμε μαϊντανό, κρεμμύδια, λεμόνι)
- Πατάτες με μανιτάρια (βράζουμε, κόβουμε σε φέτες, σοτάρουμε με βούτυρο, κρεμμυδάκια, μανιτάρια, μαϊντανό, προσθέτουμε αλεύρι, ζωμό, και 2 κρόκους, λεμόνι)
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τις πατάτες, κόβουμε σε φέτες, περιχύνουμε με μπεσαμελ)
- Πατάτες με σάλτσα ισπανική(σιγοβράζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, πιπέρι)
- Πατάτες με λαρδί (ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, λαρδί, ρίχνουμε τις πατάτες κρεμμύδι, ζωμό και σιγοψήνουμε)
- Πατάτες εις την κατσαρόλα (βούτυρο, λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, μοσχοκάρυδο)
- Πατάτες γεμιστές (μισοβράζουμε, αδειάζουμε μια μικρή τρύπα, γεμίζουμε με λουκάνικο, ψωμί, βούτυρο, κρόκους αυγού, σιγοψήνουμε σε ζωμό)
- Φασόλια φρέσκα πράσινα (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με ψωμάκια τηγανισμένα (βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα με άσπρη σάλτσα(βούτυρο, μπεσαμελ)
- Μπιζέλια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, ζωμό)
- Μπιζέλια κατά τον Γαλλικόν τρόπον (βούτυρο, κρεμμύδι, ζάχαρη, κρουτόν)
- Μπιζέλια κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, ζάχαρη, ζωμό, κρόκο αυγού)
- Μπιζέλια φυσικά(βούτυρο, κρεμμύδια, μαϊντανό, ζάχαρη)
- Μπιζέλια φρέσκα σοταρισμένα (λαρδί, βούτυρο, ζάχαρη, κρεμμύδια)
- Μπιζέλια κατά τον Ελληνικόν τρόπον (βούτυρο, ζουμί, ντομάτα, αντί βούτυρο μπορεί να γίνει με λάδι)
- Μπιζέλια Αθηναϊκά (βούτυρο)
- Κουκιά φρέσκα (βούτυρο, ζωμό, αλεύρι, κρόκους, ζάχαρη)
- Λάχανα με σάλτσα-αλά μπουρζοαζί (βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι, ζωμό)
- Λάχανα με γάλα (βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, γάλα, αλεύρι)
- Αγκινάρες κατά τον τρόπον της Λυών (αλείφουμε με λεμόνι, βούτυρο, ζουμί, πάχος, σάλτσα ισπανική, γλασο)
- Αγκινάρες με φασόλια (12 αγκινάρες, λεμόνι, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, γλάσο)
- Αγκινάρες με σάλτσα Ισπανική (βούτυρο, ζωμό, σάλτσα ισπανική)
- Αγκινάρες με τρούφες (βούτυρο, τρούφες)
- Αγκινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον (σάλτσα ιταλική, βούτυρο)
- Αγκινάρες παραγεμιστές (γεμίζουμε με μανιτάρια καβουρδισμένα με κρεμμύδι, λάδι, μαϊντανό, ψωμί, ψήνουμε με βούτυρο και λαρδί, βρέχουμε με κρασί, και σάλτσα ισπανική)
- Αγκινάρες με Ολλανδική σάλτσα (σερβίρουμε με σάλτσα Ολλανδική

- Πάτοι από αγκινάρες με χόρτα διάφορα (βράζουμε τους πάτους, βουτάμε σε χυλό, γεμίζουμε με χόρτα σοταρισμένα με βούτυρο και ανακατωμένα με μπεσαμελ και προσφέρουμε
- Κουνουπίδι με σάλτσα Γερμανική (βράζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με σάλτσα γερμανική)
- Ξινήθρα (βούτυρο, σέλινο, μαρούλι, ξινήθρα, αλεύρι, ζωμό)
- Ξινήθρα με το γάλα (βούτυρο, χυλό με αλεύρι, 2 κρόκους, γάλα)
- Μαρούλια ψιλοκομμένα (βούτυρο, ζωμό, μαρούλια σέλινο)
- Σέλινο κατά τον Ισπανικόν τρόπον (βράζουμε τις ρίζες, στραγγίζουμε με βάζουμε σε κατσαρόλα με πάχος, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- Σέλινα ψιλοκομμένα(βράζουμε, βάζουμε σε κατσαρόλα με ζωμό και βούτυρο)
- Σπανάκι με κρέμα (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, κρουτόν)
- σπανάκι με ψωμάκια (βούτυρο, σάλτσα ισπανική, γλασο, κρουτόν)
- Σπανάκια με Γερμανική σάλτσα(βούτυρο, σάλτσα γερμανική)
- Σπαράγγια με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, μπεσαμελ)
- Σπαράγγια με τρούφες (ζάχαρη, βούτυρο, πιπέρι, τρούφες σοταρισμένες με βούτυρο)
- Κορυφές σπαραγγιών (βούτυρο, βελουτέ, μοσχοκάρυδο)
- Σπαράγγια ψιλοκομμένα (βούτυρο, ζάχαρη, αυγολέμονο, κρουτόν)
- Κορυφαί σπαραγγιών (βούτυρο, ζάχαρη, μοσχοκάρυδο, μπεσαμελ, βούτυρο, αυγά βραστά)
- Δεμάτια σπαράγγια με σάλτσα Ολλανδική(αλεύρι, γάλα, κροκάδια αυγών, βούτυρο και χυμό λεμονιού)
- Κρομμύδια γκλασαρισμένα (βούτυρο, ζάχαρη, πιπέρι, νερό, κρεμμυδάκια, μισοψήνουμε και όταν αρχίσουν να γλασαρίζονται προσθέτουμε λίγο ζωμό)
- Μπρόκολα (βράζουμε, βάζουμε σε κατσαρόλα με βελουτέ, βούτυρο, ζάχαρη, γλασο)
- Αντίδια (βράζουμε, στύβουμε, βάζουμε με βούτυρο στη κατσαρόλα, γλασο)
- Αντίδια με άσπρη σάλτσα (αφού βράσουν, στραγγίζουμε, τα βάζουμε σε μπεσαμελ με μοσχοκάρυδο, γλάσο, βούτυρο ανακατώνουμε στη φωτιά και σερβίρουμε με κρουτον)
- Καρότα (τα ψήνουμε σε ζωμό με άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και μυρωδικά, ενώνουμε τη σάλτσα με βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Καρότα με σάλτσα μαϊντανού(ψήνουμε τα καρότα σε νερό με αλάτι και βούτυρο και τα βάζουμε κατόπιν σε μια κατσαρόλα κάνουμε μια σάλτσα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδια, ψιλοκομμένα, αλάτι και πιπέρι και ρίχνουμε τα καρότα αφού τα στραγγίσουμε)
- Καρότα με μαϊντανό(κάνουμε ένα χυλό ξανθό με βούτυρο και αλεύρι πατάτας, προσθέτουμε μαϊντανό ψιλοκομμένο αλάτι και πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό και χυμό λεμονιού και προσθέτουμε και τα ζεματισμένα καρότα και τα αφήνουμε να ψηθούν)
- Κολοκύθια με σάλτσα (αφού τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα σοτάρουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και βάζουμε αλεύρι και ζωμό για να κάνουμε μια σάλτσα πηχτή)
- Κολοκύθια κρέμα (αφού τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα σοτάρουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι και μοσχοκάρυδο, προσθέτουμε 1 κουταλιά αλεύρι και γάλα και ανακατεύουμε μέχρις ότου βράσουν)
- Κολοκύθια γεμιστά (αφού τα αδειάσουμε, τα γεμίζουμε με ψημένη γέμιση, στουμπώνουμε την τρύπα, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, δάφνη, θυμάρι και ζωμό και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Τρούφες κατ' άλλον τρόπον(τις μαραίνουμε με λάδι και προσθέτουμε βούτυρο, αλάτι, πιπέρι και άσπρο κρασί. Όταν ψηθούν τις σερβίρουμε με χυμό λεμονιού ή τις ενώνουμε με κρόκους αυγών)
- Μανιτάρια φρικασέ (βούτυρο, μανιτάρια ασπρισμένα, αλεύρι, μαϊντανό, ζωμό κρόκους, ξύδι)
- Μανιτάρια με ψωμάκια κοκκινισμένα εις βούτυρο(ξεφλουδίζουμε τα μανιτάρια, σοτάρουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε λεμόνι, μυρωδικά σκόρδο, προσθέτουμε 3 κρόκους αυγών, και κρουτόν)
- Ρέβες (30 ρέβες, ξεφλουδίζουμε, ρίχνουμε σε χυλό από βούτυρο και αλεύρι, ζωμό, ζάχαρη, ενώνουμε με 3 κρόκους)
- Ρέβες με ζάχαρη (ξεφλουδίζουμε τις ρέβες, τσιγαρίζουμε σε βούτυρο)
- Ρέβες με ζωμό (ξεφλουδίζουμε, τσιγαρίζουμε με βούτυρο και βρέχουμε με ζωμό)
- Γαρνιτούρα από ρέβες(βούτυρο, ζάχαρη, ρέβες, ζωμό)
- Γαρνιτούρα από σέλινο(καθαρίζουμε τις σεληνόριζες, τις κόβουμε σε τεμάχια, τις ζεματίζουμε, και εν συνεχεία τις βάζουμε να βράσουν με ζωμό και βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από πατάτες (βραστές πατάτες, σοτάρουμε με φρέσκο βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από σπαράγγια (βράζουμε τα σπαράγγια, σερβίρουμε με βούτυρο, λεμόνι)
- Γαρνιτούρα με χόρτα διάφορα- μασεδουάν (παίρνουμε ρέβες, καροτάκια, κορυφές σπαραγγιών, μπιζέλια, φασόλια πράσινα, κουνουπίδι, τα κόβουμε σε μικρά κομμάτια, τα βράζουμε χωριστά, τα στραγγίζουμε, τα σοτάρουμε με βούτυρο σε μια κατσαρόλα, προσθέτουμε γλάσο, αλάτι, πιπέρι και λίγη ζάχαρη και σερβίρουμε)
- Γαρνιτούρα από μπρόκολα(τα σοτάρουμε με βούτυρο και περιχύνουμε με χυμό λεμονιού)
- Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια (αφού τα βράσουμε, τα στραγγίζουμε και τα σοτάρουμε σε βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από κουνουπίδι (βραστό κουνουπίδι, σοτάρουμε στο βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από μπιζέλια (ζεματίζουμε τα μπιζέλια, σοτάρουμε με βούτυρο, ζάχαρη)
- Γαρνιτούρα από αγκινάρες (αλείφουμε με λεμόνι, βράζουμε, σοτάρουμε με βούτυρο)

- Πατάτες με σάλτσα (πατάτες στη χόβολη ή στο φούρνο, σάλτσα με βούτυρο, αγγουράκια τουρσί, κάπαρη)
- Ντομάτες εις το ταψί (10 ντομάτες, βρέχουμε με βούτυρο, γαλέτα, τυρί τριμμένο)
- Γαρνιτούρα από ντομάτες γεμιστές (κάνουμε μια γέμιση με ψιλοκομμένο κρεμμύδι που σοτάρουμε στη φωτιά, προσθέτουμε την ψίχα της ντομάτας, λίγο ψιλοκομμένο μαϊντανό, ψωμί τριμμένο, λίγα μανιτάρια, μοσχοκάρυδο και αλάτι και γεμίζουμε τις ντομάτες, τις οποίες τις βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο)
- Πάτοι από αγκινάρες παραγεμιστές (βράζουμε τους πάτους, γεμίζουμε με μανιτάρια καβουρδισμένα με βούτυρο, τρούφες, μαϊντανό, ψωμί, χόρτα, βούτυρο, αραδιάζουμε στο φούρνο και ψήνουμε)
- Κουνουπίδι με τριμμένο ψωμί (αφού το βράσουμε, μουσκεύουμε με μπεσαμελ, τυλίγουμε με ψωμί, αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κουνουπίδια εις το πιάτο (βράζουμε, στραγγίζουμε, βάζουμε σε πιατέλα με τυρί, μπεσαμελ, ψωμί τριμμένο, βούτυρο, ψήνουμε στο φούρνο)
- Πατάτες κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (μικρά σφαιρίδια με πατάτες βρασμένες, αυγά, τυλίγουμε σε ψωμί και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Πατάτες κατά τον τρόπον των Παρισίων(βούτυρο, πορτοκαλόνερο, αυγά, σφαιρίδια, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πατάτες τηγανητές(βούτυρο)
- Πατάτες τηγανητές κατ' άλλον τρόπον (φριτούρα, 2 φορές τηγανίζουμε)
- Πατάτες ζυμωμένες(αυγά, βούτυρο, πατάτες βρασμένες, πλάθουμε σε σχήμα φελλού, τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Πατάτες μπαστουνάκια (φριτούρα)
- Πατάτες δια γαρνιτούρα(βράζουμε, βάζουμε σε τηγάνι με βούτυρο)
- Κροκέτα από πατάτες (βραστές πατάτες, τρίφτη, τυρί τριμμένο, βούτυρο, μαϊντανό, αυγά, τριμμένο ψωμί, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Γαρνιτούρα από κροκέτα πατάτες (βούτυρο, πατάτες, αυγό, φριτούρα)
- Σφαιρίδια από πατάτες (αλευρώνουμε και ψήνουμε τις πατάτες, τις λιώνουμε με γουδοχέρι, προσθέτουμε βούτυρο, μυρωδικά κρόκους και κρέμα, κάνουμε σφαιρίδια και τηγανίζουμε)
- Σφαιρίδια από πατάτες κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, ψιλοκομμένο κρέας, αυγό, πατάτες βρασμένες, τηγανίζουμε)
- Πάτοι από αγκινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον (βράζουμε, με ζουμί και πάχος, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, στραγγίζουμε, βουτάμε σε χυλό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πάτοι από αγκινάρες τηγανιτοί (γεμίζουμε τους πάτους με φέτες λεπτές των πουλιών, βουτάμε σε αυγό και ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πάτοι από αγκινάρες με σάλτσα (βράζουμε τις αγκινάρες, βουτάμε σε βελουτέ σφικτή με κρόκους και ουσία από κουτί μανιταριών, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κροκέτα από αγκινάρες (πάτους αγκινάρας ψημένους, μπεσαμελ, 3 κρόκους, κάνουμε κροκέτες τυλίγουμε σε αυγό και ψωμί τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κουνουπίδι τηγανιτό (βράζουμε, στραγγίζουμε βουτούμε σε χυλό τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κουνουπίδι με σάλτσα-βιλεροά (βράζουμε, στραγγίζουμε, βουτούμε σε σάλτσα βιλεροα, βουτούμε σε ψωμί και αυγό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σέλινα (αφού ζεματίσουμε τις σελινόριζαις και τις ψήσουμε στο φούρνο, βουτάμε σε σάλτσα βιλεροα, τις τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί, αυγό και τριμμένο ψωμί και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Καρότα τηγανιτά (κόβουμε, ασπρίζουμε, τηγανίζουμε)
- Μανιτάρια εις κασσάκια (βάζουμε τα μανιτάρια σε χάρτινη καλο-βουτυρωμένη κάσα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπιζέλια του κουτιού σοταρισμένα με βούτυρο

ΛΑΔΙ

Σάλτσες

- Μαγιονέζα
- Σάλτσα αυγών –ταρτάρα (2 κρόκους, λάδι, ξύδι, πιπέρι, σερφόλι, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα της στιγμής (λάδι, στύβουμε το συκώτι στο ζωμό του πουλιού, χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα σκορδαλιά (λάδι, αμύγδαλα ή καρύδια ή φουντούκια, σκόρδο)
- Σάλτσα από ντομάτες διατηρημένες (λάδι, ντομάτες βρασμένες, τις βάζουμε σε μπουκάλια)

Σαρακοστιανές σάλτσες

- Σάλτσα Ισπανική σαρακοστιανή (αλείφουμε τη κατσαρόλα με λάδι, βάζουμε 1 ψάρι σαζάνι του γλυκού νερού, 1 χέλι μικρό κομμένο, 1 λαβράκι κομμένο, 5 κωβίδια, 5 σκορπίδια κομμένα, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, καρότα, γαρύφαλλα, αλάτι, πιπέρι σαρακοστιανό ζουμί. Όταν πάρουν βράση ξαφρίζουμε, γεμίζουμε κατόπιν την κατσαρόλα με ζουμί σαρακοστιανό, το οποίο περνούμε πρώτα από μια πετσέτα και βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά να πάρει βράση, όταν πάρει βράση, τραβούμε από τη φωτιά, βάζουμε 3 φούχτες ψιλοκομμένα μανιτάρια, βγάζουμε το πάχος και όταν παρουσιαστεί άσπρος αφρός περνούμε τη σάλτα από τρυπητό και ξαναβράζουμε ώσπου να δέσει)
- Σάλτσα από γαρίδες (σαρακοστιανή)(παίρνουμε όση σάλτσα Ισπανική χρειάζεται, βάζουμε μέσα κοπανισμένες γαρίδες και αφού βράσουν, τις παίρνουμε από πετσέτα)

- Σάλτσα από μύδια (σαρακοστιανή) (γιαχνίζουμε 25 μύδια, τα ρίχνουμε σε σάλτσα Ισπανική σαρακοστιανή και προσθέτουμε λίγο γλάσο ψαριού)
- Σάλτσα από καραβίδες(σαρακοστιανή) (κρεμμύδι, λάδι, καρότο, κονιάκ, καραβίδες, σιγοψήνουμε σε σιγανή φωτιά, όταν κοκκινίσουν, τις κοπανίζουμε στο γουδί, βάζουμε σάλτσα άσπρη σαρακοστιανή, ανακατεύουμε, περνάμε από τρυπητή πετσέτα)
- Σάλτσα άσπρη σαρακοστιανή(5 σκορπίδια, λάδι, κρεμμύδι, καρότο, μανιτάρια, μαϊντανό, δάφνη, βασιλικό, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, αλεύρι, ζουμί σαρακοστιανό, αφήνουμε να βράσει, περνάμε από τρυπητό)
- Σάλτσα αστακού με άσπρη σάλτσα (σαρακοστιανή) (κάνουμε μια σάλτσα άσπρη σαρακοστιανή, και μέσα σε αυτή βάζουμε τεμάχια του αστακού κομμένα σε κανονικά τετράγωνα, προσθέτουμε και ουσία αστακού και μεταχειριζόμαστε.
- Σάλτσα σαρακοστιανή της Γενεύης με κρασί (βάζουμε στη κατσαρόλα 2 ποτήρια κρασί, 2 κουταλιές μανιτάρια γαρύφαλλα μοσχοκάρυδο, όταν βράσει ρίχνουμε 1 κουταλιά γλάσο του ψαριού και 2 κουταλιές σάλτσα Ισπανική σαρακοστιανή και κατόπιν βάζουμε στη φωτιά και μεταχειριζόμαστε)
- Μανιτάρια με άσπρη σάλτσα-σαρακοστιανή (ζεσταίνουμε άσπρη σάλτσα σαρακοστιανή, και ρίχνουμε μανιτάρια με την ουσία τους)
- Σάλτσα από στρείδια-σαρακοστιανή (ζεματούμε 25 στρείδια , βγάζουμε τα μαυράδια, τα βάζουμε μέσα σε σάλτσα άσπρη σαρακοστιανή με λεμόνι, λαδί, γλάσο σαρακοστιανό, μαϊντανό, προσθέτουμε το νερό των στρειδιών και μοσχοκάρυδο)
- Άσπρη σάλτσα με μανιτάρια και στρείδια-σαρακοστιανή (παίρνουμε σάλτσα άσπρη σαρακοστιανή, βάζουμε 25 στρείδια ζεματισμένα και το ζουμί τους, 12 μανιτάρια, μαϊντανό, λεμόνι, γλάσο σαρακοστιανό, αλάτι, πιπέρι)

Σαρακοστιανοί ζωμοί

- Ζουμί σαρακοστιανό(πιζέλια, καρότα, κρεμμύδια, ρίζα σέλινου, πράσα, λάδι, 10 κωβίδια, αφού βράσουν τα περνάμε από μεταξωτό κόσκινο)
- Ζουμί από ψάρι (λάδι, χέλι, 5 σκορπίδια, 5 κωβίδια, 3 καρότα, 3 κρεμμύδια, ρίζα σέλινο, 3 πράσα, νερό αφού βράσουν τα περνάμε από κόσκινο μεταξωτό)
- Ζουμί από ρίζες δια σαρακοστιανές σούπες(καρότα, λάδι, κρεμμύδια, πράσα, ρίζες σέλινο, αφού βράσουν τα περνάμε από τρυπητό)

νηστίσιμα φαγητά

- Ντολμάδες από λάχανο σαρακοστιανοί (ζεματάμε 1 λάχανο, ψιλοκόβουμε 1 κρεμμύδι, τσιγαρίζουμε με λάδι, σβήνουμε με νερό, ρίχνουμε λάχανο, μαϊντανό, ρύζι, κουκουνάρια, σταφίδες, κανέλα, γεμίζουμε κάθε φύλλο του λάχανου με τη γέμιση διπλώνουν τα φύλλα και τα βάζουμε κατά σειρά στη κατσαρόλα, σκεπάζουμε με ζεστό νερό, λάδι και αλάτι. Έτσι γίνονται και οι σαρακοστιανοί ντολμάδες με αμπελόφυλλα)
- Χαβιαροσαλάτα σαρακοστιανή(χωρίς πατάτα, με ψωμί, κρεμμύδι, λάδι και λεμόνι)
- Σούπα με φακές (σαρακοστιανή, με λάδι και ξύδι)
- Σούπα από φασόλια (σαρακοστιανή, με λάδι και ξύδι)
- Σούπα με ρεβίθια(σαρακοστιανή με λάδι και λεμόνι)

Όσπρια

- Φασόλια ξηρά γιαχνί (λάδι, κρεμμύδια, χόρτα, καρότα, μαϊντανό, σέλινο, φασόλια, νερό
- Φασολάκια ξηρά σαλάτα (βράζουμε τα φασολάκια, τα στραγγίζουμε, τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, ψιλοκομμένο κρεμμυδάκι και ψιλοκομμένο μαϊντανό
- Φακές σούπα (χόρτα, σκόρδο, λάδι και ξύδι)
- Ξερά κουκιά φάβα (4-5 κρεμμυδάκια, λάδι, ρίγανη)

Κρέας

- κεφαλάκι βιδελίσιο βραστό (σάλτσα με λάδι, ξύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι
- Στιφάτο Ιταλικό(κρέας σε τεμάχια, 2 σέλινα, 2 πράσα, καρότα και κρεμμυδάκια φρέσκα, λάδι και βούτυρο, κρασί, ντομάτα, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, δεντρολίβανο)
- κεφάλι μοσχαριού με λαδόξιδο
- Γιουβέτσι αλά χασάπα (διάφορα μέρη βοδινού σε γιουβέτσι πήλινο με ντομάτες, κρεμμύδια, πιπέρι, νερό, δάφνη, λάδι, βούτυρο, ρίγανη σκεπασμένα, ψήνονται στο φούρνο)
- Ουζούν κεμπάπ ψητό κατά τουρκικόν τρόπον (βωδινά φιλέτα σε κομματάκια αρωματισμένα με αλάτι, πιπέρι, λεμόνι, λάδι, πάχος της ουράς αρνιού, δάφνη, περασμένα εις τη σούβλα)
- Αρνάκι ψητό εις τη σούβλα(το αρωματίζουμε με πιπέρι, σκόρδο και αλείφουμε με λεμόνι και λάδι)
- Γουρουνάκι του γάλακτος ψητό κατ' άλλον τρόπον(πριν το ψήσουμε στη σούβλα το μαρινάρουμε για 6 ώρες στην εξής μαρινάτα: αφού το αλατίσουμε και πιπερώσουμε, βάζουμε κρεμμύδι κομμένο σε φέτες, βασιλικό, δεντρολίβανο, ρίγανη, ζωμό λεμονιού, ξυμένο μοσχοκάρυδο, δυόσμο, μισό ποτήρι καλό λάδι, φασκομηλιά, μαϊντανό, δάφνη και κάθε μια ώρα το τρίβουμε με αυτά για αρωματιστεί)
- Γουρουνάκι γάλακτος εις τη σούβλα κατ' Αγγλικόν τρόπον(γεμίζουμε το γουρουνάκι με μείγμα από ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, φασκομηλιά, 6 αυγά, τριμμένο μοσχοκάρυδο, το ράβουμε και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με λάδι)
- Γουρουνάκι παραγεμιστό εις τη σούβλα (γέμιση με τσιγαρισμένα κρεμμύδια σε βούτυρο, μαζί μαύρο συκώτι του γουρουνιού, κορινθιακές σταφίδες, κουκουνάρια και κρασί και προσθήκη ολόκληρων κάστανων

ψημένων και ψίχα ψωμιού τριμμένη, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, μοσχοκάρυδο, πράσινες ελιές ζεματισμένες χωρίς κουκούτσι, δεντρολίβανο, αλείφουμε με λαδωμένο πτερό)

- σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού(λάδι, λαρδί, βούτυρο, τριμμένο ψωμί)
- Κοτολέτες αρνιού με άσπρη σάλτσα(σάλτσα με μανιτάρια, λάδι, παρμεζάνα, βούτυρο και ξαναβάζουμε στη σχάρα)
- Φιλέτο χοιρινό εις τη σούβλα (το περνάμε στη σούβλα, το σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και το βάζουμε στη φωτιά, το συνοδεύουμε με σάλτσα που γίνεται με βούτυρο, κρεμμύδια, ζωμό, αλεύρι και μουστάρδα)
- Κοτόπουλα με σάλτσα Ιταλική (λάδι, μυρωδικά, μανιτάρια, τρούφες, σάλτσα ιταλική από μαϊντανό, κρεμμύδια, μανιτάρια, κρασί, λάδι)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (λάδι, κρασί, 2 κρεμμύδια, βούτυρο, σκόρδο, ντομάτες, σάλτσα ισπανική, ζουμί, χοιρομηριο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με χοιρομήριον (λάδι, βούτυρο ντομάτες, χοιρομήριο, γλασο)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα με αυγά (λαδί, βούτυρο, κρασί, ρίζες, τηγανιτά αυγά στο λάδι, τα σερβίρουμε με τα αυγά)
- Κοτολέτες ζαρκαδιού(μαρινάρεται σε μαρινάτα με λάδι, καρότο, κρεμμύδι, μαϊντανό, πιπέρι ολόκληρο και στη συνέχεια σοτάρετε στη κατσαρόλα με λαρδί, και βρέχεται με κρασί. Η σάλτσα που το συνοδεύει γίνεται με σάλτσα Ισπανική, ξύδι, και πηχτή από φραγκοστάφυλλα)
- Λαγός μαρινάτος εις τη σούβλα(το αφήνουμε σε μια μαρινάτα με 3 σκελίδες σκόρδο, 5 κρεμμυδάκια, αλάτι, πιπέρι, διάφορα μυρωδικά, ξύδι και λάδι για 13 ώρες, το θέτουμε σε δυνατή φωτιά και όταν αρχίσει να τσιγαρίζεται προσθέτουμε 1 κουτάλι βούτυρο και λίγο αλεύρι και ανακατώνουμε και προσθέτουμε νερό όσο χρειάζεται για να ψηθεί)
- Κουνέλι μαρινάτο (το κόβουμε σε τεμάχια και το βάζουμε σε πήλινο δοχείο να μαριναριστεί επί 13 ώρες σε μαρινάτα με 5 κρεμμύδια σε φέτες, 3 σκελίδες σκόρδο, διάφορα μυρωδικά, αλάτι, πιπέρι, 3 φύλλα δάφνης, ξύδι και μισό ποτήρι λάδι. Το τσιγαρίζουμε σε δυνατή φωτιά στη κατσαρόλα μέχρι να τραβήξει το ξύδι και εν συνεχεία προσθέτουμε βούτυρο, αλεύρι και νερό και αφήνουμε να βράσει. Λίγο πριν κατεβάσουμε από τη φωτιά το κουνέλι, ρίχνουμε μέσα στην κατσαρόλα ψιλοκομμένο το συκώτι του κουνελιού και το αίμα του και τα ανακατεύουμε με τη σάλτσα)
- Κουνελάκια (Κόβουμε τα κουνελάκια σε τεμάχια και τα βάζουμε στην κατσαρόλα με σκόρδο, λάδι, δάφνη, αλάτι, πιπέρι να σοταριστούν σε δυνατή φωτιά, προσθέτουμε μανιτάρια και χυμό λεμονιού και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Κουνελάκι σοταρισμένο (κόβουμε το κουνελάκι σε τεμάχια, το σοτάρουμε σε δυνατή φωτιά σε κατσαρόλα, έπειτα προσθέτουμε μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, ψιλοκομμένα κρεμμύδια και λίγο αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό και κρασί και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Κοτολέτες από αγριογούρουνο(αφού τις μαρινάρουμε επί 24 ώρες, τις ψήνουμε στην κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά με βούτυρο και λάδι. Συνοδεύουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Περιστέρια εις το χαρτί κατά τον Αιγυπτιακόν τρόπον (μαρινάτα με λάδι, λεμόνι, τυλίγουμε σε χαρτί με λάδι τα περιστέρια και ψήνουμε στη σχάρα)
- Κουνελάκι εις τη σχάρα(κόβουμε 2 κουνελάκια σε τεμάχια, τα μαρινάρουμε σε μαρινάτα με λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ψιλοκομμένα μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι για 4 ώρες, τα τυλίγουμε κατόπιν με φέτες λαρδί και εν συνεχεία με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο στο εσωτερικό και τα ψήνουμε στη σχάρα, σε σιγανή φωτιά)
- Φριτούρα από πουλιά κατά Ιταλικόν τρόπον (μαρινάτα με λάδι, λεμόνι, μυρωδιά κρεμμύδια, τυλίγουμε σε ψωμί και αυγό, τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Λαγός με κρομμυδάκια (αφήνουμε το λαγό να σταθεί σε μαρινάτα με λάδι, ξύδι, πιπέρι σε κόκκους, φύλλο δάφνης, γαρύφαλλα και ψιλοκομμένα χόρτα για 2 ώρες, και στη συνέχεια τον τηγανίζουμε σε λάδι. Βάζουμε τα τηγανισμένα κομμάτια σε κατσαρόλα, όπου προσθέτουμε τα ψιλοκομμένα χόρτα από τη μαρινάτα, λίγο αλεύρι, 1 μεγάλο ποτήρι κρασί Σόλωνος και 3 κουταλιές ζωμό και αφήνουμε να βράσουν. Τηγανίζουμε κρεμμυδάκια, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα, μαζί με λίγη ζάχαρη και ζωμό κρέατος και την τοποθετούμε στο φούρνο να γλασαρισθούν προσέχοντας όμως να μη μι λιώσουν. Σερβίρουμε το λαγό με τα κρεμμυδάκια)

Ψάρια

- Λαβράκι βραστό με σάλτσα καραβίδας (χόρτα, ρίζες, λάδι, λεμόνι, νερό, βράζουμε)
- Λαβράκι βραστό με σάλτσα δυνατή (χόρτα, ρίζες, λάδι, λεμόνι, νερό, βράζουμε)
- Σμαρίδες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (νερό, κρασί, λεμόνι, λάδι, όταν βράσουν ρίχνουμε τις σμαρίδες)
- Μπακαλιάρος με γαρνιτούρα(τον ξαλμυρίζουμε και τον βράζουμε σε νερό, τον θέτουμε σε πιάτο με σκόρδο, κρεμμύδια, λάδι, λεμόνι, το βάζουμε σε σιγανή φωτιά)
- Μπακαλιάρος σε φέταις-μπουγιαμπέζ (φρέσκος μπακαλιάρος, λάδι, σκόρδο, κρεμμύδι, λεμόνι, ντομάτα, πατάτες, άνηθο, σκεπάζουμε το ψάρι με κρασί άσπρο και ζεστό νερό και βράζουμε, ρίχνουμε ζαφορά)
- Φαγητόν από διάφορα ψάρια (Κέφαλο, σκορπιούς, καλκάνι, χέλι, χελιδονόψαρο, μπαρμπούνια καθαρισμένα, πλυμένα και κομμένα σε τεμάχια, τα βράζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδι, μαϊντανό, σκόρδο, ρίγανη, λάδι, ζαφορά, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι, μάραθο, βασιλικό και το χυμό 2 λεμονιών)
- Φιλέτα από γλώσσαις (μαρινάρουμε σε λάδι και λεμόνι, τα ψήνουμε με βούτυρο, και κρασί, κάνουμε σφαιρίδια με περισσεύματα ψαριών τηγανισμένα, σερβίρουμε με σάλτσα βελουτέ με στρείδια, τρούφες και ουρές γαρίδων)

- Μπακαλιάρος πλακί Ελληνικόςν(σοτάρουμε το κρεμμύδι σε λάδι, προσθέτουμε ντομάτα λιωμένη, σκόρδα, νερό, τον ξαλμυρισμένο μπακαλιάρο, αρκετές σταφίδες, μαϊντανό, ξινήθρα, σέσκουλα, πιπέρι κόκκινο και αφήνουμε να βράσει για 20 λεπτά)
- Μπακαλιάρος κοπανιστός (ξαλμυρίζουμε, αφαιρούμε τα κόκαλα και τα δέρματα, κοπανίζουμε σε γουδί προσθέτουμε λάδι, βάζουμε σε κατσαρόλα και ανακατεύουμε, προσθέτουμε γάλα, όταν γίνει το μείγμα στέρεο, το βγάζουμε από τη φωτιά)
- Μπαρμπούνια σχάρας με λαδόξιδο
- Μπαρμπούνια σχάρας κατ' άλλον τρόπον (λάδι)
- Ψάρι με σάλτσα αυγών (λάδι, λεμόνι, συναγρίδα)
- Λαβράκι με σάλτσα από μαϊντανό(μαρινάρουμε με λάδι, κρεμμύδι, αλάτι, μαϊντανό, ψήνουμε στη σχάρα τοποθετώντας πάνω από το ψάρι μαρινάτα με χόρτα, σερβίρουμε με σάλτσα από μαϊντανό)
- Τόνος εις τη σχάρα(λάδι, μαϊντανό, χόρτα σερβίρουμε με σάλτσα βουτύρου)
- Σολομός με σάλτσα Ολλανδική (λάδι, ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με σάλτσα ολλανδική)
- Σολομός με κάπαρη (μαρινάρουμε σε λάδι, τυλίγουμε σε χαρτί με βούτυρο, σερβίρουμε με σάλτσα κάπαρης)
- Ρέγκες κοπανιστές (τις ψήνουμε στη σχάρα, και τις σερβίρουμε με λαδολέμονο)
- Σκουμπρί εις τη σχάρα με σάλτσα μαϊντανού(τα βρέχουμε με ελαιόλαδο, τα ψήνουμε στη σχάρα και σερβίρουμε με σάλτσα μαϊντανού: βούτυρο με μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Κολιοί ψητοί (ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι, μαϊντανό)
- Μπαρμπούνια εις το χαρτί (λάδι, ρίγανη, λεμόνι)
- Ψάρι πλακί εις το φούρνο Ελληνικό (ξινήθρα, μαϊντανό, σέσκουλα, σκόρδα, ψάρι, λάδι, ντομάτες σε φέτες)
- Κέφαλος πλακί με σκόρδο(τον βάζουμε σε καραβάνα με σκόρδα, λάδι, ντομάτα, ψιλοκομμένο μαϊντανό, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και στο φούρνο)
- Κέφαλος πλακί με σταφίδες (το γιαχνίζουμε με λίγο λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα, σταφίδες στο τηγάνι και τον βάζουμε στο φούρνο με νερό)
- Τσίροι πλακί(τους βάζουμε σε καραβάνα με σκόρδα, λάδι, μαϊντανό ψιλοκομμένο, ντομάτα, στο φούρνο)
- Τσιροσαλάτα (βρέχουμε τους τσίρους για να μαλακώσουν, τους ψήνουμε στη χόβολη, τους ξεφλουδίζουμε και τους κόβουμε σε τεμάχια. Τους μουσκεύουμε με ξύδι και τους σερβίρουμε με λάδι και άνηθο)
- Μπαρμπούνια τηγανιτά (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μπαρμπούνια τηγανιτά με σάλτσα γλάσου (τηγανίζουμε σε λάδι, σερβίρουμε με σάλτσα με γλασο και βούτυρο, λεμόνι)
- Μπαρμπούνια μαρινάτα (λάδι, η σάλτσα μαρινάτη είναι με σκόρδο, αλεύρι, ξύδι, δενδρολίβανο,)
- Μπαρμπούνια μαρινάτα Αθηναϊκά (τηγανίζουμε σε λάδι, σάλτσα με χόρτα σκόρδο, λαρδί, δεντρολίβανο, αλεύρι, ξύδι)
- Ομελέτα από ψάρι της κατά τον τρόπον της Νεαπολέως (ψαχνά ψαριού, 8 αυγά χτυπάμε με σύρμα, τηγανίζουμε την ομελέτα με το ψάρι σε λάδι)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (βουτάμε τα τεμάχια του μπακαλιάρου σε χυλό από αλεύρι και νερό, τηγανίζουμε σε λάδι, σερβίρουμε με σκορδαλιά)
- Φριτούρα από μπακαλιάρο (αφού το ξαλμυρίσουμε και το βράσουμε , το μαρινάρουμε με λάδι, λεμόνι, πιπέρι, τον βουτούμε σε χυλό που γίνεται με αλεύρι, κρόκους αυγών, λάδι, αλάτι, πιπέρι και νερό, και τον τηγανίζουμε με σε μια φριτούρα)
- Φιλέτα μπακαλιάρων με τηγανισμένο μαϊντανό-ορλί (μαρινάρουμε με μαρινάτα με λάδι και χόρτα, κάνουμε μια πάστα από αλεύρι, αυγά, λάδι και άσπρο κρασί, βουτάμε στην πάστα αυτή τα φιλέτα και τηγανίζουμε σε άφθονη φριτούρα)
- Τσίροι τηγανιτοί (χυλό από αλεύρι και νερό, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Φέτες συναγρίδας (αφαιρούμε το δέρμα, λεμόνι, λάδι, αλευρώνουμε βουτάμε σε αυγό, τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Κολιοί τηγανιτοί(τηγανίζουμε σε λάδι)
- Σολομός ψητός(λάδι, στη σούβλα, σερβίρουμε με σάλτσα σαρδέλας ή κάπαρης)
- Τεμάχιον από λαβράκι κατά τον ναυτικό τρόπον(αφαιρούμε το κεφάλι και το δέρμα, τυλίγουμε σε λαρδί, αρωματίζουμε με λάδι, κρασί μαρσάλα, το δένουμε στη σούβλα, χωρίς να το τρυπήσουμε, και το βάζουμε στη φωτιά βρέχοντάς το με τη μαρινάτα του)
- Χέλι εις τη σούβλα (βγάζουμε το δέρμα, κόβουμε σε φέτες, το μαρινάρουμε σε λάδι με κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι, για 2 ώρες, παίρνουμε τις φέτες στη σούβλα εναλλάξ με λαρδί και δάφνη και ψήνουμε βρέχοντας με λάδι, λιωμένο σκόρδο, λεμόνι)
- Σαρδέλες του κουτιού (τις σερβίρουμε με το λάδι τους και μαϊντανό)
- Σαρδέλες του βαρελιού (τις καθαρίζουμε από τα λέπια, τις πλένουμε με ξύδι και σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)
- Τούρτα κατ' άλλον τρόπον (πάστα σφολιάτας, σαρδέλες κοπανισμένες με λάδι, σκεπάζουμε με το άλλο τεμάχιο της πάστας, αλείφουμε με κρόκους αυγού και ψήνουμε στο φούρνο)
- Φρύσαις καπνιστές (σερβίρουμε με λάδι)
- Στρείδια (ανοίγονται σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Αστακός με σάλτσα (βράζουμε και περιχύνουμε με λαδολέμονο)
- Σαλάτα από γαρίδαις εις φόρμα (βάζουμε τις γαρίδες σε λάδι και ξύδι, σερβίρουμε με φόρμα με πηχτή, αυγά, λαχανικά, μαγιονέζα)

- Μύδια πιλάφι(κρεμμύδια, λάδι, μύδια με όστρακα, ντομάτα, νερό, ρύζι)
- Μύδια πλακί (αφού τσιγαρίσουμε φρέσκα κρεμμύδια σε λίγο λάδι, προσθέτουμε άνηθο, τα μύδια, νερό, ζωμό λεμονιού ή ντομάτας και τριμμένη ψίχα ψωμιού)
- Μύδια της Κωνσταντινουπόλεως γεμιστά (με ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα, λάδι, γεμίζουμε τα μύδια, δένουμε με κλωστή, βάζουμε να βράσουν με νερό και λάδι)
- Σουπιές παραγεμιστές(τις γεμίζουμε με μια γέμιση με σοταρισμένα φρέσκα κρεμμυδάκια σε λάδι, λίγο άνηθο, τα πόδια των σουπιών ψιλοκομμένα, λίγο κουκουνάρι, σταφίδα Κορινθιακή, τριμμένο ψωμί, και κρασί και τις ψήνουμε στη κατσαρόλα με νερό και ζωμό από λεμόνι)
- Σουπιές γιαχνί (Σοτάρουμε κρεμμύδι και τις σουπιές σε τεμάχια με λάδι, έπειτα προσθέτουμε ντομάτα, λίγο κρασί, μαϊντανό, τον χυμό ενός λεμονιού, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε)
- Σουπιαίς πλακί (Σοτάρουμε κρεμμύδι και τις σουπιές σε τεμάχια με λάδι, έπειτα προσθέτουμε ντομάτα, λίγο κρασί, μαϊντανό, τον χυμό ενός λεμονιού, σέσκουλα, ξινήθρα, φρέσκα κρεμμυδάκια, σταφίδες άσπρες και μαύρες, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε)
- Οκταπόδι στιφάτο (σοτάρουμε κρεμμύδια σε λάδι, προσθέτουμε και το χταπόδι, σκόρδο τριμμένο, δάφνη, δεντρολίβανο, λίγο κρασί και ξύδι, πιπέρι και το απαιτούμενο νερό και αφήνουμε να βράσουν)
- Οκταπόδι με σάλτσα (το μαγειρεύουμε στη κατσαρόλα με σάλτσα ντομάτας και λίγο λάδι)
- Πίνες με λεμόνι (τις βάζουμε στη κατσαρόλα να ψηθούν με λάδι, ζωμό λεμονιού, πιπέρι και τριμμένο ψωμί)
- Καλαμαράκια γεμιστά (κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, ρύζι, μαϊντανό, κανέλα, πόδια των καλαμαριών, γεμίζουμε τα καλαμάρια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι και λεμόνι και ψήνουμε)
- Καλαμαράκια τηγανιτά (Αφαιρούμε το μικρό κόκαλο, βγάζουμε τα μάτια, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε λάδι
- Κροκέτα από αστακό (Αφού τον βράσουμε, κάνουμε μίγμα με τα ψαχνά του, μανιτάρια, γέμιση ψαριού, σάλτσα μπεσαμελ, πλάθουμε σε σχήμα κροκέτας, τηγανίζουμε λάδι)
- Μύδια τηγανητά (αφού ανοίξουν τα μύδια σε μια κατσαρόλα στη φωτιά, παίρνουμε το φαγί τους, βουτούμε σε χυλό από αλεύρι με νερό και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Στρείδια τηγανιτά (ανοίγουμε τα στρείδια, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με λάδι ή βούτυρο)
- Πίνες τηγανιτές (βγάζουμε το μαυράδι, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα με λάδι)
- Σουπιές τηγανιτές (λάδι)
- Στρείδια εις τη σχάρα (ανοίγουμε 50 στρείδια, τα ψήνουμε στη σχάρα με τα όστρακα, σκεπάζουμε με μαϊντανό, ψωμί, ρίγανη, λεμόνι, λάδι)
- Χαβαριοσαλάτα (κοπανίζουμε ένα κρεμμυδάκι, προσθέτουμε μαύρο χαβιάρι, 1 πατάτα βρασμένη κρύα κοπανισμένη και ψίχα ψωμιού βρεγμένη και στυμμένη, κοπανίζουμε μέχρι να γίνει αλοιφή, και ρίχνουμε λίγο λίγο λάδι και ξύδι ανακατεύοντας συνεχώς, προσθέτουμε λίγο λεμόνι και λάδι, και σερβίρουμε με κορυφές μαϊντανού)

Αυγά

- Αυγά με ψωμάκια κοκκινισμένα (λάδι, ξύδι σε βραστό νερό, σπάμε τα αυγά τα , αφήνουμε για 4΄, κατόπιν τα στραγγίζουμε με τρυπητή κουτάλα, τα βάζουμε στο πιάτο πάνω σε ψωμάκια τηγανισμένα, χύνουμε ζουμί)

Διάφορα λαχανικά

- Σαλάτα με αγγούρια (ξύδι, λάδι, μαϊντανό, μαρούλια)
- Σαλάτα με αντίδια(λάδι, ξύδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα με ντομάτες(ξύδι, λάδι, αλατοπιπερώνουμε)
- Σαλάτα με μαρούλια(λάδι, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, μουστάρδα)
- Σαλάτα από αγκινάρες και σέλινα (ρίζες σέλινα, αγκινάρες, λάδι, ξύδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα λάχανο(άσπρο λάχανο, λάδι, ξύδι)
- Ρεπάνι σαλάτα (ξύνουμε ένα μεγάλο άσπρο ρεπάνι με τον τρίφτη, προσθέτουμε αλάτι, λάδι, λεμόνι και σερβίρουμε)
- Σαλάτα πατάτες (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τις σερβίρουμε με μαϊντανό, λεμόνι, λάδι και αλάτι)
- Σαλάτα με πατάτες και παντζάρια (βράζουμε λίγες πατάτες και παντζάρια χωριστά, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα κόβουμε σε φέτες ψιλές, τα σερβίρουμε περιχύνοντάς τα με λαδόξιδο, αλάτι και πιπέρι)
- Σαλάτα με διάφορα χόρτα(βράζουμε παντζάρια, πατάτες, καρότα, ρέβες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, κουνουπίδι, χωριστά, τα κόβουμε σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, τα αλατοπιπερώνουμε, περιχύνουμε με λάδι και ξύδι και σερβίρουμε)
- Σαλάτα Ρωσική (κόβουμε καρότα, ρέβες, παντζάρια, πατάτες σε μικρά τετράγωνα κομματάκια, προσθέτουμε φασόλια πράσινα, φασόλια ξηρά, φιλέτα από 2 ρέγκες, τα ψαχνά από ένα πουλί, λίγη τρούφα, αγγουράκια, κάπαρη, λίγο λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι και μαγιονέζα)
- Σαλάτα κολοκυθάκια (κόβουμε τα κολοκυθάκια στις άκρες, τα σχίζουμε με ένα μαχαίρι στη μέση, τα αφήνουμε να βράσουν σε αλατισμένο νερό, τα στραγγίζουμε και τα σερβίρουμε περιχύνοντάς τα με λαδόξιδο και λεμόνι)
- Σαλάτα με φασόλια πράσινα (αφού τα κόψουμε στα δύο και τα βράσουμε σε αλατισμένο νερό, τα περιχύνουμε με λεμόνι, λάδι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Κουνουπίδια σαλάτα (αφού το βράσουμε το σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Κοκκινογούλια-παντζάρια- με λαδόξιδο)

- Κοκκινογούλια σαλάτα (αφού τα βράσουμε, τα κόβουμε σε τεμάχια, προσθέτουμε ξύδι, αλάτι, λάδι και σκόρδο)
- Σκορδαλιά (κοπανίζουμε 2-3 σκελίδες σκόρδο μαζί με κουκουνάρια ή καρύδια ή αμύγδαλα, προσθέτουμε 1ή 2 βρασμένες πατάτες, τα κοπανίζουμε σε ένα γουδί και ρίχνουμε λίγο λίγο το λάδι και λίγο ξύδι)
- Σαλάτα πιπεριαίς (βράζουμε τις πιπεριές, κόβουμε σε τεμάχια, ρίχνουμε ξύδι, σκόρδο, λάδι)
- Σαλάτα με μπρόκολα (βράζουμε, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι, αλάτι)
- Ραδίκια σαλάτα (αφού τα βράσουμε, τα σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Σαλάτα από σινάπια (καθαρίζουμε τα χόρτα, τα βράζουμε και τα σερβίρουμε με λάδι και λεμόνι)
- Σάλτσα από ντομάτες διατηρημένες (λάδι, ντομάτες βρασμένες, τις βάζουμε σε μπουκάλια) πρόκειται για ένα είδος χυμό ντομάτας ή πουρέ
- Πατάτες εις την κατσαρόλα (βούτυρο, λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, μοσχοκάρυδο)
- Πατάτες γιαχνί (κοκκινίζουμε τις πατάτες κομμένες σε κομμάτια με κρεμμύδι και λάδι, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα, νερό για να τις σκεπάσει και αφήνουμε να ψηθούν)
- Μπιζέλια κατά τον Ελληνικόν τρόπον (βούτυρο, ζουμί, ντομάτα, αντί βούτυρο μπορεί να γίνει με λάδι)
- Μπιζέλια γιαχνί (γιαχνίζουμε κρεμμύδι σε λάδι, προσθέτουμε τα μπιζέλια, με μαϊντανό, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι και νερό και αφήνουμε να ψηθούν)
- Αγκινάρες παραγεμιστές (γεμίζουμε με μανιτάρια καβουρδισμένα με κρεμμύδι, λάδι, μαϊντανό, ψωμί, ψήνουμε με βούτυρο και λαρδί, βρέχουμε με κρασί, και σάλτσα ισπανική)
- Αγκινάρες με κουκιά (κρεμμύδια, λάδι, ντομάτες, κουκιά, πάτοι αγκινάρας βρασμένοι, άνηθο, νερό)
- Μπάμιες γιαχνί (βρέχουμε με ξύδι, αλάτι, αφήνουμε 1 ώρα, τις τηγανίζουμε και τις αραδιάζουμε σε κατσαρόλα, με κρεμμύδι, λάδι ή βούτυρο, ντομάτα, πιπέρι)
- Μελιτζάνες γιαχνί (αλατίζουμε, κόβουμε σε κομμάτια, κοκκινίζουμε με κρεμμύδι, λάδι, μαϊντανό, ντομάτες, δάφνη, σκόρδο, νερό)
- Κολοκυθάκια γιαχνί (κοκκινίζουμε κρεμμύδι με λάδι, βάζουμε τα κολοκυθάκια κομμένα, γιαχνίζονται με ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, νερό)
- Ντομάτες γεμιστές (12 ντομάτες, αδειάζουμε, γεμίζουμε με κρεμμυδάκια καβουρδισμένα με λάδι, 1 κουτί μανιτάρια, τριμμένο ψωμί, μαϊντανό, σκόρδο, 3 κρόκους, τις βάζουμε στο ταψί κα λάδι)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαϊλντί κατά τον Τουρκικόν τρόπον (κρεμμύδια, λάδι, σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτες φέτες γιαχνίζουμε και γεμίζουμε τις μελιτζάνες, και τις κοκκινίζουμε στο τηγάνι με λίγο λάδι, τις βάζουμε στο φούρνο και τις ψήνουμε)
- Κολοκύθια γιαχνί (αλατίζουμε, αλευρώνουμε, βάζουμε σε καραβάνα με μαϊντανό, σκόρδο, σε στρώματα, ρίχνουμε ντομάτα, λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μανιτάρια κατ' άλλον τρόπον (μαρινάρουμε σε λάδι, βάζουμε με σκόρδο, μαϊντανό, χοιρινό κρέας, 2 κρόκους αυγών, γεμίζουμε τα μανιτάρια ποτίζουμε με λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)
- Ντομάτες τηγανιτές (κόβουμε σε φέτες, αλατίζουμε, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μελιτζάνες τηγανητές (βάζουμε να σταθούν σε αλατισμένο νερό, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο)
- Μελιτζάνες γεμιστές (8 μελιτζάνες, τις ανοίγουμε, καβουρδίζουμε την ψίχα, σε λάδι, με κρεμμύδι, τριμμένο ψωμί, μαϊντανό, μανιτάρια, 2 κρόκους, και γλασο, γεμίζουμε τις μελιτζάνες και τις τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο και μετά τις βάζουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθάκια τηγανιτά με σκορδαλιά (Αλευρώνουμε, τηγανίζουμε με λάδι ή βούτυρο, κάνουμε σκορδαλιά με αμύγδαλα, σκόρδο, λάδι, πατάτες, ψωμί)
- Αγκινάρες εις τη σχάρα (μισοψήνουμε τις αγκινάρες, βγάζουμε το εσωτερικό, βάζουμε μαϊντανό, μανιτάρια, κρεμμύδια, λάδι, τριμμένο ψωμί, ψήνουμε στη σχάρα)
- Μελιτζάνες σαλάτα (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις καθαρίζουμε, παίρνουμε την ψίχα και την κόβουμε σε κομμάτια, την ανακατεύουμε με κρεμμυδάκι ψιλοκομμένο, καθαρισμένα και κοπανισμένα αμύγδαλα, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λάδι και ξύδι)
- Χαρακταίς ελληαίς ξύδι, άρμη, χύνουμε και γεμίζουμε 1 αγγείο με λάδι όπου διατηρούνται επί πολλά έτη)
- Κολυμπάδες ελληαίς (τις βάζουμε σε αλυσίβα, προσθέτουμε ασβέστη άσβηστο και αφήνουμε μέχρι το φαγί τους να χωρίζεται από τον πυρήνα, βγάζουμε τις ελιές τις πλένουμε, τις βυθίζουμε στην άρμη τις αρωματίζουμε με μάραθο και κορίανδρο, σκεπάζουμε με άρμη και λάδι)
- Πασταίς ελληαίς(διαλέγουμε μεγάλες ωριμασμένες ελιές, τις θέτουμε σ' ένα κοφίνι και τις πλακώνουμε από επάνω με κάτι βαρύ για αρκετές ημέρες. Εν συνεχεία τις πλένουμε, τις αλατίζουμε, ρίχνουμε ρίγανη, μαραθόσπορο, λάδι και τις αφήνουμε να σταθούν 2- 3 ημέρες και τις φυλάμε σε πιθάρι ή ασκό σφαλισμένες καλά)

ΛΑΡΔΙ

- τεμάχιο βιδέλου με λάχανο(βράζεται στη κατσαρόλα και συνοδεύεται με λάχανο ψιλοκομμένο ψημένο με λαρδί)
- Μπούτι πρόβειο εις την κατσαρόλα(δένομαι το μπούτι με φέτες λαρδί, το βράζουμε στη κατσαρόλα με νερό, καρότα, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα και ξύδι για 4 ώρες)
- Φιλέτο βοδινό κρύο (λαρδί, τα ψήνουμε στη κατσαρόλα)
- Φιλέτο βοδινό με λαχανικά (φιλέτο, καρότα, κρεμμύδια, λαρδί, μαϊντανό, κρασί)

- Φιλέτο βοδινό παραγεμιστό(γεμίζουμε το φιλέτο με γέμιση από κοπανισμένο χοιρινό κρέας με λαρδί και βιδελίσιο κρέας, τρούφες, ένα αυγό, το κοκκινίζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί, καρότο, πράσο, ρέβες, ντομάτα, κρασί Μαδέρας, νερό)
- Φιλέτο βοδινό με ελληαίς (φιλέτο βοδινό τυλιγμένο σε λαρδί, βούτυρο, μυρωδικά, ντομάτα, νερό, κρασί μαδέρας, ελιές πράσινες ζεματισμένες)
- Φιλέτο βοδινό με μακαρόνια (βούτυρο, φιλέτο, λαρδί, σκόρδο, χόρτα, σάλτσα ισπανική, σάλτσα ντομάτας, μακαρόνια με παρμεζάνα και βούτυρο)
- Κοτολέτες μοσχαριού με πηχτή (στη κατσαρόλα με λαρδί, καρότα, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, γαρύφαλλα, μαϊντανό, ρίγανη, δάφνη, βασιλικό, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Μπούτι αρνιού με γαρνιτούρα από λάχανο(καρότα, ρέβες, λάχανο, λαρδί, μπούτι αρνιού)
- Μπούτι πρόβειο με πατάτες γεμιστές (λαρδί, ζωμό, πατάτες γεμιστές με χόρτα)
- Μπούτι αρνίσιο με κροκέτα πατάτες(το ψήνουμε όπως συνήθως με βούτυρο)
- Σπάλαις αρνιού εις σχήμα πάπιας (λαρδί, κρασί, τρούφα, μανιτάρια, πράσινες ελιές, κρασί, χοιρομέρι, χόρτα
- συκώτι μοσχαριού κατά χωρικόν τρόπον (βούτυρο, λαρδί, κρεμμυδάκια, χόρτα, ρίζες, ζωμό, κρασί)
- μυαλά μοσχαριού μαγιονέζα (λαρδί, μυρωδικά, κρεμμύδι)
- γλυκάδια μοσχαριού με σάλτσα (λαρδί, χόρτα, κρασί, ζουμί)
- κεφαλή χοίρου με τυρί (κρεμμύδια, αρωματικά, κόβουμε το λαρδί και τα αυτιά, τυρί, το οποίο ψήνουμε με κρασί, κρεμμύδια σκόρδο, και διάφορα μυρωδικά)
- ασίκι μοσχαριού με πουρέ από κρομμύδια (χόρτα, λαρδί, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με μπιζέλια (λαρδί, χόρτα, βούτυρο)
- ασίκι μοσχαριού με τρούφες (καρφώνουμε με τρούφες, λαρδί, χόρτα, μυρωδικά, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- Φιλέτο βοδινό παραγεμιστό (γεμίζουμε το φιλέτο με γέμιση από κοπανισμένο χοιρινό κρέας με λαρδί και βιδελίσιο κρέας, τρούφες, ένα αυγό, το κοκκινίζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί, καρότο, πράσο, ρέβες, ντομάτα, κρασί Μαδέρας, νερό)
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)
- Γάλος γεμιστός εις την κατσαρόλα (γεμίζουμε με κιμά, λαρδί, χοιρομέρι, ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, χόρτα, κρασί, σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική και κρασί
- Λάχανο γεμιστό
- Χοιρινό εις το φούρνο
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)
- Γάλος παραγεμιστός (γέμισμα με κιμά, συκωτάκια γάλου, λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ελιές πράσινες, κουκουνάρια, κάστανα, ρύζι, κανέλα, κρασί, τυλίγουμε σε λαρδί και σουβλίζουμε ή ψήνουμε στο φούρνο)
- Ψητό βωδινό εις τη σούβλα (το τυλίγουμε με λαρδί)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια(τυλίγουμε το κρέας με λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο, συνοδεύεται με φασόλια πράσινα σοταρισμένα με βούτυρο)
- συκώτι μοσχαριού εις τη σούβλα (λαρδί, βούτυρο)
- Λουκάνικα χοιρινά (τα σοτάρουμε με βούτυρο και προσθέτουμε στο τέλος κρασί)
- Άσπρα λουκάνικα από πουλιά (κρεμμύδια, λαρδί, ψαχνά από 2 πουλιά, γάλα, ψωμί, μπεσαμελ, 6 κρόκους, τρούφα, μανιτάρια, πρόβεια έντερα, ψήνουμε στη σχάρα)
- Πέρδικες με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Πέρδικες με χυλό-σιπολάτα (τσιγαρίζουμε μέσα σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, βρέχουμε με κρασί και ζωμό, προσθέτουμε κρεμμυδάκια σοταρισμένα με βούτυρο, λουκάνικα, λαρδί, μανιτάρια, μυρωδικά, κάστανα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πάπια εις τη σούβλα με κάστανα (λαρδί, γεμίζουμε με κάστανα, λουκάνικο, βούτυρο, συκώτι της πάπιας, κρεμμύδι, σκόρδο, κάστανα)
- Κοτόπουλα με σάλτσα ντομάτας (βούτυρο, λεμόνι, λαρδί)
- Πτέρυγες των πουλιών κατά τον τρόπον της Νεαπόλεως (βούτυρο, λαρδί, σερβίρουμε με μακαρόνια, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ, τρούφες)
- Όρνιθα με κρομμύδια (λαρδί, κρεμμυδάκια, προσθέτουμε "άμυλον" στη σάλτσα το οποίο είναι αλεύρι της πατάτας)
- Όρνιθα γαλαντίνα (λαρδί, ψαχνό κρέας μοσχαριού ή χοιρινό, κρασί, ζουμί από τρούφες, γλώσσα αλμυρή και καπνιστή, 1 κουτί φιστίκια πράσινα, λαρδί, παστό)
- Γάλος εις την κατσαρόλα(βούτυρο, μανιτάρια, κρεμμύδια, λαρδί, σκόρδο, κρασί)
- Γάλος με χόρτα διάφορα (χόρτα, ρίζες, βούτυρο, λαρδί, κρασί)

- Γάλος καπαμάς (λαρδί, ζαμπόν, περισσεύματα από μοσχαρίσιο κρέας, κρασί ή ξύδι, ρίζες, σκόρδο, κάνουμε γλασο)
- Στήθη από γαλοπούλα (λαρδί, χόρτα, κρασί, ρύζι, σερβίρουμε με βελουτέ και τρούφες)
- Γάλος γεμιστός εις την κατσαρόλα (γεμίζουμε με κιμά, λαρδί, χοιρομέρι, ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, χόρτα, κρασί, σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική και κρασί
- Γαλόπουλο γεμιστό με λαρδί (γεμίζουμε με λαρδί, με τρούφα, το τυλίγουμε με λαρδί, και το ψήνουμε στο ζουμί του)
- Γάλος με μακαρόνια (λαρδί, ζωμό, μπεσαμελ, μακαρόνια, παρμεζάνα, βούτυρο)
- Φασιανοί με πουρέ (λαρδί, κρεμμύδια, μυρωδικά, κρασί, ζωμό)
- Φασιανοί στιφάτο (λαρδί, καρότα, κρεμμυδάκια, ζαμπόν, μυρωδικά, κρασί)
- Πέρδικες στιφάτο (λαρδί, κρεμμύδια, καρότα, ζωμό, μυρωδικά, κρασί)
- Πέρδικες με λάχανο (λαρδί, καρότα, κρεμμυδάκια, μυρωδικά, λάχανο, χυλό από αλεύρι και βούτυρο)
- Πέρδικες με φέτες(βούτυρο, κρεμμύδια, λαρδί, θέτουμε τα φιλέτα σε φέτες ψωμιού ψημένες στη σχάρα με σάλτσα)
- Πέρδικες με λάχανα κατ' άλλον τρόπον (βούτυρο, χοιρομήριο, λάχανο, σαλτσισότα, λουκάνικο, λαρδί, λάχανο)
- Πέρδικες με χυλό-σιπολάτα (τσιγαρίζουμε μέσα σε χυλό από αλεύρι και βούτυρο, βρέχουμε με κρασί και ζωμό, προσθέτουμε κρεμμυδάκια σοταρισμένα με βούτυρο, λουκάνικα, λαρδί, μανιτάρια, μυρωδικά, κάστανα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πέρδικες με πουρέ φακές (χόρτα, ζουμί τους, λαρδί)
- Πέρδικες με τρούφες (τσιγαρίζουμε τις τρούφες σε βούτυρο, προσθέτουμε μυρωδικά, λαρδί, και ψαχνά πουλερικών, γεμίζουμε με τη γέμιση τις πέρδικες και ψήνουμε σε σιγανή φωτιά
- Φιλέτα της μπεκάτσας εις κασίτσαις (φιλέτα από μπεκάτσες, βούτυρο, λαρδί, τρούφα, συκωτάκια πουλιών, κρασί, βάζουμε τις κασίτσαις στο φούρνο για 10΄)
- Φιλέτα από μπεκάτσες κατά τον Βασιλικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, τρούφες)
- Αντράδα από ορτύκια (φέτες από βωδινό κρέας, μυρωδικά, βούτυρο, κρασί, ζωμό, λαρδί)
- Παπάκια με λάχανο (βούτυρο, λαρδί, λουκάνικα, μπεσαμελ)
- Παπάκια με μπιζέλια (βούτυρο, λαρδί)
- Χήνα καπαμάς(κεντούμε με λαρδί, κρεμμύδια, σκόρδο, μυρωδικά, ξύδι, καρότα, κρεμμυδάκια περασμένα από βούτυρο)
- Χήνα καπαμάς κατά Γαλλικόν τρόπον (λαρδί, πόδι μοσχαριού, μυρωδικά, ρίζες, ρακί, κρασί, ζωμό, σερβίρουμε με πηχτή)
- Χήνα καπαμάς κατ' άλλον τρόπον (τυλίγουμε με λαρδί, δουλεμένα με κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, τη βάζουμε στη κατσαρόλα με νερό, ρακί, κρασί, ψήνουμε για 5 ώρες)
- Φραγκόκοτα με τρούφαις ή με γαρνιτούρα (λαρδί, βούτυρο, χόρτα, τρούφες)
- Περιστέρια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (γέμισμα με λαρδί, συκωτάκια από αρνί και πουλιών, ψωμί, κρόκους, γεμίζουμε τα περιστέρια και ψήνουμε με βούτυρο, προσθέτουμε σάλτσα ισπανική, κρασί, και ελιές πράσινες)
- Περιστεράκια κατά τον Ισπανικόν τρόπον (λαρδί, βούτυρο, σάλτσα ισπανική
- Περιστέρια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, αλεύρι, κρασί, ωμό, μυρωδικά κρεμμυδάκια)
- Περιστέρια εις την κατσαρόλα (σαλτσισότο, λαρδί, ψωμί τριμμένο, μανιτάρια, 2 κρόκους, συκώτια, γεμίζουμε με αυτό τα περιστέρια και ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, λαρδί)
- Φιλέτα ελάφου (μαρινάρουμε το κρέας, το τυλίγουμε σε λαρδί, το σοτάρουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, το βρέχουμε με ζωμό και κρασί μαύρο, προσθέτουμε μανιτάρια, μυρωδικά και αφήνουμε να σιγοψηθεί. Στο τέλος προσθέτουμε ένα χυλό από αλεύρι και βούτυρο και φιλέτα σαρδέλων)
- Κοτολέτες από ελάφι(τις ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα χόρτα και κρασί, σε δυνατή φωτιά)
- Φιλέτα και κοτολέτες ζαρκαδιού(το αφήνουμε να σταθεί 5 μέρες σε μια μαρινάτα και το τυλίγουμε με λαρδί, και το ψήνουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδια λίγο ζωμό, καρότα και ένα δεμάτι από μυρωδικά)
- Κοτολέτες ζαρκαδιού(μαρινάρεται σε μαρινάτα με λάδι, καρότο, κρεμμύδι, μαϊντανό, πιπέρι ολόκληρο και στη συνέχεια σοτάρετε στη κατσαρόλα με λαρδί, και βρέχεται με κρασί. Η σάλτσα που το συνοδεύει γίνεται με σάλτσα Ισπανική, ξύδι, και πηχτή από φραγκοστάφυλλα)
- Λαγός ψητός ή σιβέ (τσιγαρίζουμε λαρδί και κρεμμύδια σε λιωμένο βούτυρο ξεχωριστά και τέλος τα κομμάτια του λαγού. Προσθέτουμε στο λαγό λίγο αλεύρι και ζωμό για να κάνουμε χυλό και ξαναβάζουμε το λαρδί, τα κρεμμύδια ενώ προσθέτουμε και μανιτάρια, πάτους αγκινάρας και ένα δεμάτι από μυρωδικά. Βρέχουμε με μαύρο κρασί και ζωμό και αφήνουμε να βράσουν σε δυνατή φωτιά μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Λιώνουμε το συκώτι με λίγη σάλτσα, ανακατώνουμε το αίμα και προσθέτουμε και αυτά στη κατσαρόλα.)
- Λαγός εις τη χύτραν(θέτουμε το λαγό στην κατσαρόλα με λαρδί σε φέτες, μυρωδικά, κρεμμύδι, και μαύρο δυνατό κρασί, αφού πάρει μια βράση το φαγητό, αναμειγνύουμε βούτυρο με αλεύρι και το προσθέτουμε στο λαγό και αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει)
- Φιλέτα λαγού γεμιστά (γεμίζουμε τα φιλέτα με μια γέμιση που έχουμε προηγουμένως κάνει με τα νεφρά του, περισσεύματα του λαγού, ψιλοκομμένο λαρδί, μαϊντανό, κρεμμυδάκια, μανιτάρια και τριμμένο

φρέσκο ψωμί, τα δένουμε με σπάγκους και τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν με λίγο βούτυρο και διάφορα μυρωδικά. Στο τέλος προσθέτουμε και λίγο κρασί)

- Κουνέλι εις την κατσαρόλα(τσιγαρίζουμε το κουνέλι με βούτυρο και λαρδί στη κατσαρόλα, ρίχνουμε αλεύρι και κάνουμε ένα χυλό, προσθέτουμε κρεμμύδια και βρέχουμε με ζωμόν και μαύρο κρασί. Αφήνουμε τη σάλτσα να τραβήξει σε σιγανή φωτιά)
- Κεφαλή από αγριογούρουνο(την αφήνουμε να μαριναριστεί 6 ημέρες με νίτρο, και τη βράζουμε με διάφορα μυρωδικά, λαρδί, και ρίζες χόρτων, σκόρδο)
- Μπούτι από αγριογούρουνο(μαρινάρουμε το μπούτι 2-3 ημέρες και εν συνεχεία το τυλίγουμε με λαρδί και το ψήνουμε στην κατσαρόλα)
- Μπούτι από αγριογούρουνο με σάλτσα(αφού το μαρινάρουμε το ψήνουμε στη κατσαρόλα με ζαμπόν, λαρδί, μυρωδικά και τη μαρινάτα αφού το έχουμε σκεπάσει με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Μπορούμε να το περιχύσουμε με σάλτσα από σταφίδες)
- Κοτόπουλο ψητό(τυλίγουμε με λαρδί, βάζουμε πάνω σε κάρδαμο, ρίχνουμε ξύδι)
- Κοτόπουλο γεμιστό (γέμιση με συκώτι του πουλιού, λαρδί, μανιτάρια, χόρτα, σαλτσισότο, τυλίγουμε το κοτόπουλο σε λαρδί)
- Κοτόπουλα κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, τρούφες, γαρνίρονται από λειριά πετεινού, μανιτάρια, και τρούφες, θέτουμε 1 καραβίδα και 1 λειρί του πετεινού στη σούβλα)
- Κοτόπουλα ψητά εις τη σούβλα(λαρδί, βούτυρο)
- Καπόνι ψητό (λαρδί, βούτυρο)
- Γάλος με γαρνιτούρες διάφορες (τυλίγουμε με λαρδί, γαρνιτούρες με λειριά και νεφρά πετεινού, μανιτάρια, καραβίδες, τρούφες ψημένες σε σαμπάνια, λειριά του πετεινού, κρασί μαδέρα)
- Γάλος με τρούφες κατά τον Γαλλικόν τρόπον (τον γεμίζουμε με τρούφες και λαρδί, μυρωδικά, τυλίγουμε σε βουτυρωμένο χαρτί)
- Φασιανοί κατά τρόπον απλούν(τους σκεπάζουμε με λαρδί και τους τυλίγουμε με βουτυρωμένο χαρτί)
- Φασιανοί παραγεμιστοί (τους γεμίζουμε με κάστανα, μανιτάρια, τρούφες, τους σκεπάζουμε με λαρδί, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Πέρδικες εις τη σούβλα (λαρδί, βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες παραγεμιστές (γέμιση με συκωτάκια, λαρδί, κρεμμύδια, γεμίζουμε τις πέρδικες, τυλίγουμε με λαρδί και βουτυρωμένο χαρτί)
- Πέρδικες με φέτες λαρδί ψητές (λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Μπεκάτσες παραγεμιστές εις τη σούβλα (τρούφες, μυρωδικά τσιγαρίζονται στο βούτυρο και λαρδί, γεμίζουμε τις μπεκάτσες, τι τυλίγουμε σε λαδωμένο χαρτί)
- Μπεκατσίναις με τρούφες (βάζουμε τρούφες μεταξύ του δέρματος, τυλίγουμε με λαρδί και ψήνουμε)
- Μπεκάτσαις ψηταίς (τις σκεπάζουμε με λαρδί και περνάμε στη σούβλα βρέχοντάς τες με βούτυρο)
- Ορτύκια εις τη σούβλα (σκεπάζουμε με λαρδί)
- Κορυδαλλοί εις τη σούβλα (τυλίγουμε σε λαρδί)
- Πάπια παραγεμιστή κατά τον Ελληνικόν τρόπον (σίδερο στη κοιλιά, κιμάς με συκωτάκια πάπιας και λαρδί, βούτυρο, κρεμμύδια, σταφίδες, ρύζι, ελιές, κουκουνάρια, κάστανα, κανέλα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, βασιλικό, κρασί μοσχάτο, βερίκοκα, γεμίζουμε την πάπια, την περνάμε στη σούβλα, την βρέχουμε με βούτυρο, μπορούμε να την ψήσουμε και στο φούρνο)
- Πάπια εις τη σούβλα με κάστανα (λαρδί, γεμίζουμε με κάστανα, λουκάνικο, βούτυρο, συκώτι της πάπιας, κρεμμύδι, σκόρδο, κάστανα)
- Χήνα εις τη σούβλα (χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Κοτσύφια ψητά (λαρδί, βούτυρο,)
- Περιστέρια (τυλίγουμε με λαρδί και με αμπελόφυλλα)
- Ελάφι ψητό(το τυλίγουμε με λαρδί και το σουβλίζουμε, σερβίρουμε με χυλό από αλεύρι, βούτυρο, λεμόνι, κάππαρη)
- Μπούτι ζαρκαδιού εις τη σούβλα(το αφήνουμε να σταθεί 5 μέρες σε μια μαρινάτα και το τυλίγουμε με λαρδί γιατί το δέρμα του είναι σκληρό, το δε κρέας του πολύ τρυφερό, το ψήνουμε στη σούβλα, σερβίρουμε με σάλτσα πολύ δυνατή)
- Λαγός εις τη σούβλα(λαρδί, σάλτσα με βούτυρο, κρεμμυδάκια, ξύδι, αίμα του λαγού, συκωτάκια λαγού)
- Λαγουδάκια ψητά(τυλίγουμε τα λαγουδάκια σε λαρδί και τα περνούμε στη σούβλα όπου και τα ψήνουμε.)
- Λαγός ψητός(τον τυλίγουμε με φέτες λαρδιού και τον ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντάς το με βούτυρο)
- Λαγός γεμιστός(γεμίζουμε το λαγό με μια γέμιση που κάναμε με ψαχνό χοιρινό, συκωτάκια του λαγού, κρεμμύδι, θυμάρι, αλάτι, μαϊντανό, ράβουμε το στήθος του, το δένουμε με φέτες λαρδί και το ψήνουμε στη σούβλα, βρέχοντας το από καιρό σε καιρό με βούτυρο)
- Κουνέλι ψητό(τυλίγουμε τη ράχη με λαρδί, και την περνούμε στη σούβλα, τη ψήνουμε σε σιγανή φωτιά βρέχοντάς τη από καιρό σε καιρό με βούτυρο. Συνοδεύουμε είτε με σάλτσα δυνατή είτε με άλλη που κάνουμε με τσιγαρίζοντας το συκώτι του κουνελιού σε βούτυρο με κρεμμυδάκια και βρέχοντάς το με κρασί, το αίμα του κουνελιού και ξύδι ή καλύτερα λεμόνι)
- Μπούτια από κοτόπουλα εν είδει χοιρομηρίων (γεμίζουμε τα μπούτια με γέμισμα πουλιών, τα σιγοψήνουμε στο φούρνο πάνω σε λαρδί, με χόρτα, καλυμμένα με βουτυρωμένο χαρτί, γαρνιτούρα από μανιτάρια, γλυκάδια αρνιού, τρούφα)

- Γάλος με τρούφες κατά τον Ισπανικόν τρόπον (τον γεμίζουμε με γέμισμα πουλιών, τυλίγουμε με λαρδί και σε πετσέτα και ψήνουμε)
- Γαλόπουλο με τρούφες ψητό (λαρδί, τρούφες, 1 ποτηράκι μαρσαλά, 1 κονιάκ, γεμίζουμε το γάλο, τυλίγουμε με χαρτί με βούτυρο, ψήνουμε)
- Φιλέτα από πέρδικες με πουρέ φάκες (τυλίγουμε τα φιλέτα σε λαρδί, βούτυρο, και λαρδί στο σκεύος, ψήνουμε στο φούρνο)
- Πέρδικες του φούρνου με σάλτσα(βούτυρο, σκεπάζουμε το στήθος με λαρδί, κάνουμε σάλτσα μπεσαμέλ με ζελατίνα ή ψαρόκολλα)
- Παστίτσια κρύα από πέρδικες (αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, βάζουμε μπούτια και στήθια περδίκων, λαρδί, κρασί, χοιρινό, τρούφες, σκεπάζουμε το γέμισμα με λαρδί, ψήνουμε στο φούρνο, χύνουμε στο παστίτσιο πηχτή, αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε)
- Παστίτσι κρύο από μπεκάτσες (όπως παστίτσι από πέρδικες, βούτυρο, λαρδί, πηχτή)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο (λαρδί, γαρνίρουμε με φέτες ψωμί με γέμισμα από τα εντόσθια τους γιαχνισμένα με κρεμμύδι, βούτυρο και μυρωδικά.)
- Μπεκάτσες εις το φούρνο με σάλτσα (λαρδί, βούτυρο, σερβίρουμε με βελουτέ με προσθήκη ζελατίνας)
- Σαλμί από μπεκάτσες με τρούφες (σκεπάζουμε τις μπεκάτσες με λαρδί και ψήνουμε στο φούρνο, κάνουμε μια σάλτσα με τρούφες και κρασί μαδέρα, σάλτσα ισπανική και μυρωδικά)
- Ορτύκια εις το πιάτο (γεμίζουμε με γέμισμα από πουλερικά, πιάτο που αντέχει στη φωτιά, σκεπάζουμε με γέμισμα, βάζουμε τα ορτύκια και ανάμεσα γέμισμα, σκεπάζουμε με λαρδί, βάζουμε στο φούρνο σκεπάζοντάς το με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο. Συνοδεύουμε με σάλτσα με τρούφες και μανιτάρια και κρασί μαδέρας)
- Περιστέρια ψητά(λαρδί, βρέχουμε με βούτυρο)
- Λαγός εις τη καραβάνα(γαρνίρουμε τον πάτο της καραβάνας με λαρδί και βάζουμε εντός τον λαγό ψιλοκομμένο μαζί με ένα κομμάτι χοιρινό και λίγο μοσχάρι, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, θυμάρι, δάφνη, βρέχουμε με ρακί και θέτουμε από πάνω φέτες λαρδί. Σκεπάζουμε την καραβάνα με το σκέπασμά της και την αφήνουμε στο φούρνο να ψηθεί ο λαγός επί 4 ώρες)
- Πέρδικες εις χαρτί με βούτυρο(τσιγαρίζουμε τις πέρδικες στο βούτυρο, τσιγαρίζουμε κρεμμύδια, μανιτάρια με αλεύρι, βρέχουμε με ζωμό, τυλίγουμε με αυτά τις πέρδικες και με λαρδί, και έπειτα σε χαρτί βουτυρωμένο και ψήνουμε)
- Ορτύκια με κληματόφυλλα (λαρδί, κληματόφυλλα)
- Κουνελάκι εις τη σχάρα(κόβουμε 2 κουνελάκια σε τεμάχια, τα μαρινάρουμε σε μαρινάτα με λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ψιλοκομμένα μανιτάρια, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι για 4 ώρες, τα τυλίγουμε κατόπιν με φέτες λαρδί και εν συνεχεία με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο στο εσωτερικό και τα ψήνουμε στη σχάρα, σε σιγανή φωτιά)
- Συκωτάκια των πουλιών σοταρισμένα με μανιτάρια (λαρδί, βούτυρο, συκωτάκια, κρεμμύδι, σβήνουμε με κρασί, χύνουμε σάλτσα ισπανική, προσθέτουμε 1 κουτί μανιτάρια)
- Χέλι γεμιστό (κόβουμε το κεφάλι, αφαιρούμε το κόκαλο, αρωματίζουμε με μαδέρα, γεμίζουμε με ψαχνό ψαριού, κρόκους, πανάδα, λαρδί, τρούφες, φιστίκια πράσινα, ράβουμε το χέλι αφού το γεμίσουμε , τυλίγουμε σε καθαρό πανί, βράζουμε σε ζουμί χόρτων, κόβουμε σε φέτες και σερβίρουμε με σαλάτα και μαγιονέζα)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Μιαούλη(λαρδί, σαμπάνια, βούτυρο, γέμισμα με ψαχνά)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Σαχτούρη(βούτυρο από αστακό, γέμισμα, λαρδί, βούτυρο)
- Τεμάχιον από λαβράκι γκλασαρισμένο με μαδέρα (βούτυρο, μαδέρα, σκεπάζουμε με λαρδί, χόρτα, κρασί, βουτυρωμένο χαρτί, βάζουμε στο φούρνο, βάζουμε σάλτσα ισπανική, σερβίρουμε με μπουκέτα από μύδια, και γαρίδες)
- Ψάρι με γαρνιτούρες-κομπασερές (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί με βούτυρο, μανιτάρια, σάλτσα ισπανική, κρασί μαδέρα, γαρνίρουμε με πράσινες ελιές)
- Σφυρίδα-αλά ρεζάνς (λαρδί, χαρτί βουτυρωμένο, χόρτα, μανιτάρια)
- Φέτες ψαριού εις το φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (βούτυρο, περιχύνουμε με βούτυρο από γαρίδες και σάλτσα σαρδέλας)
- Φέτα ψαριού με γαρνιτούρα από πράσινες ελληαίς (λαρδί, χόρτα, κρασί, μαδέρα)
- Χέλι εις τη σούβλα (βγάζουμε το δέρμα, κόβουμε σε φέτες, το μαρινάρουμε σε λάδι με κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι, για 2 ώρες, παίρνουμε τις φέτες στη σούβλα εναλλάξ με λαρδί και δάφνη και ψήνουμε βρέχοντας με λάδι, λιωμένο σκόρδο, λεμόνι)
- Αυγά με λαρδί (βούτυρο, λαρδί)
- Βολοβαν με σάλτσα (γεμίζουμε τα βολοβαν με σάλτσα με λαρδί, βούτυρο, ζαμπόν, αρνίσιο κρέας, συκωτάκια όρνιθας, κρίσταις πετεινού ζεματισμένες και καθαρισμένες, αυγά πετεινού, βιδελίσιες ελιές, μυαλά κομμένα, τρούφες, μανιτάρια, άσπρο κρασί, ελιές πράσινες χωρίς τα κουκούτσια, γλάσο πουλιών)
- Πιλάφι κατά τον Γαλλικόν τρόπον (ζεματάμε ρύζι, το στραγγίζουμε, σε άλλη κατσαρόλα γιαχνίζουμε κρεμμυδάκια με λαρδί ή ζαμπόν, μυαλά ζεματισμένα, σάλτσα Γερμανική, παρμεζάνα και προσφέρουμε)
- Πατάτες με λαρδί (ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, λαρδί, ρίχνουμε τις πατάτες κρεμμύδι, ζωμό και σιγοψήνουμε)
- Μπιζέλια με λαρδί (βούτυρο, λαρδί, ζωμό)

- Μπιζέλια φρέσκα σοταρισμένα (λαρδί, βούτυρο, ζάχαρη, κρεμμύδια)
- Λάχανα κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, σπόρους ξινήθρας, λάχανο κομμένο, φέτες σαλτσισότα, ξύδι, αλάτι)
- Λάχανα με λαρδί (λαρδί, ψήνουμε με κρέας, κρεμμύδια)
- Μαρούλια με σάλτσα Ισπανική (ψήνουμε δεμένα με κλωστή με λαρδί, χόρτα και ζωμό, αλείφουμε με γλασο και σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική)
- Καρότα με λαρδί(αντί για βούτυρο βάζουμε στη κατσαρόλα φέτες λαρδί, μαϊντανό, κρεμμύδια, αλάτι και πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό, προσθέτουμε τα καρότα που έχουμε προηγουμένως ζεματίσει και τα ψήνουμε)
- Τρούφες με σαμπάνια (τις σοτάρουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, αλάτι, δάφνη και 1 μπουκάλι σαμπάνια ή άσπρο κρασί και αφήνουμε να ψηθούν με κλειστό το καπάκι)
- Γαρνιτούρα από λάχανο(ψιλοκόβουμε το λάχανο και το βάζουμε στη κατσαρόλα με φέτες λαρδί, βρέχουμε με ζωμό και στο τέλος προσθέτουμε λίγο κρασί)
- Μαρούλια (αφού τα ζεματίσουμε τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, τα σκεπάζουμε με ζουμί με πάχος, ρίχνουμε ένα δεμάτι δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλα, σκεπάζουμε τη κατσαρόλα και τη βάζουμε στο φούρνο)
- Τρούφες εις χαρτιά (αφού τις καθαρίσουμε και τις πλύνουμε, τις αλατοπιπερώνουμε και τις τυλίγουμε σε χαρτί με φέτες λαρδί, βρέχουμε ελαφρώς το χαρτί και τα βάζουμε στη χόβολη για μια ώρα)
- Γαρνιτούρα από μπάμιες (βάζουμε τις μπάμιες να σταθούν σε αλάτι και ξύδι, τις τηγανίζουμε, κατόπιν τις βάζουμε σε μια κατσαρόλα στον πάτο της οποίας έχουμε βάλει λαρδί**,** προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας, βάζουμε και ζωμό και βάζουμε στη φωτιά να βράσουν)

Πάχος νεφρών βοδινό

- Καπόνια βραστά κατά τρόπον Αγγλικόν (τα γεμίζουμε με πάχος βοδινό, αυγά, ψωμί, αλείφουμε με βούτυρο και τυλίγουμε σε πετσέτα και βράζουμε)
- Πάστα σφολιάτα (Βοδινή νεφραμιά)
- Μοσχαρίσιο κεφάλι γεμιστό (γέμιση με μυαλό, φέτες μοσχαριού, πάχος βοδινό, κρεμμύδια, μαϊντανό, ρακί, 3 κρόκους)
- ποδαράκια μοσχαριού κατ' άλλον τρόπον(βράζουμε τα ποδαράκια, πάχος νεφραμιάς**,** αλεύρι, νερό, ρίζες χόρτα, με σάλτσα αυγολέμονο)

Πάχος χοιρινό

- Αγκινάραις κατά τον τρόπον της Λυών (αλείφουμε με λεμόνι, βούτυρο, ζουμί, πάχος, σάλτσα ισπανική, γλασο)
- Σέλινο κατά τον Ισπανικόν τρόπον (βράζουμε τις ρίζες, στραγγίζουμε με βάζουμε σε κατσαρόλα με πάχος, βούτυρο, σάλτσα ισπανική)
- Μαρούλια(αφού τα ζεματίσουμε τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, τα σκεπάζουμε με ζουμί **με πάχος**, ρίχνουμε ένα δεμάτι δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλα, σκεπάζουμε τη κατσαρόλα και τη βάζουμε στο φούρνο)
- Γαρνιτούρα από καροτάκια (βραστά καροτάκια, ζωμό με πάχος, ζάχαρη)
- Λουκάνικα κατ' άλλον τρόπον (η γέμιση γίνεται με κρέας ή κοτόπουλο, κρεμμύδια σοταρισμένα σε χοιρινό λιωμένο πάχος, ψίχουλα ψωμιού βρασμένα με γάλα, κρέατα 1 πουλερικού ψημένου στη σούβλα με ίση ποσότητα ξίγκι, κρόκους αυγών, κρέμα γάλακτος, αλάτι, μυρωδικά, όλα αυτά κοπανισμένα σε ένα γουδί για να ανακατωθούν καλά. Τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Σουβλάκια από πρόβειο κρέας κατά τον Τούρκικον τρόπον (κόβουμε το κρέας σε κομματάκια και τα αφήνουμε για μια ώρα σε λεκάνη να αρωματιστούν με πιπέρι, λεμόνι, βασιλικό, καρότο, κρεμμύδι, αλάτι πριν τα περάσουμε στη σούβλα μαζί με φύλλα δάφνης κάθε τρία κομμάτια, βούτυρο, πάχος, όπου και τα ψήνουμε)
- Συκωτάκια της χήνας εις αγγείο (τοποθετούμε το συκώτι αφού το βράσουμε σε αγγεία με χοιρινό πάχος)
- Πάτοι από αγκινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον (βράζουμε, με ζουμί και πάχος, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί, στραγγίζουμε, βουτάμε σε χυλό και τηγανίζουμε σε φριτούρα)

Φριτούρα (λάδι ή λίπος ή βούτυρο μέσα στο οποίο τηγανίζουμε διάφορα πράγματα: όταν δεν προσδιορίζεται θα εκλαμβάνουμε την φριτούρα ως βούτυρο)

Μπαχαρικά-κερυκεύματα-μυρωδικά :

Μουστάρδα, Πιπέρι, Αλάτι, Ρίγανη, Θυμάρι, θρούμπι, Μοσχοκάρυδο, Κορίανδρον, Κέδρο, νίτρο, κανέλλα, Πιπέρι καρίκ, Γαρύφαλλο, Μυρωδικά, Μαϊντανός, Δάφνη, Δεντρολίβανο, Φλασκόμηλο, Δυόσμο, Βασιλικό, Άνηθος, Σκόρδο, Κάπαρη, Τριμμένη φλούδα λεμονιού (μπεκατσίναις της στιγμής, αυγά με γάλα),
Ανθόνερο, Βανίλια

Παράρτημα 3: Κωδικοποίηση των συνταγών του Οδηγού Διδασκαλίας του Μαθήματος της Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως των Ελληνίδων του 1914.

Βιβλίο Μαγειρικής της Επαγγελματικής και Οικοκυρικής Σχολής της Ενώσεως Των Ελληνίδων-1914

ΖΩΜΟΙ

- Κονσομέ

ΚΡΈΑΣ (βοδινό, μοσχαρίσιο, πρόβειο, χοιρινό)
Κρέας βραστό:
Βοδινό
- Φρικασέ από μοσχάρι (κόβεις το μοσχάρι σε κομμάτια, τα βάζεις στη κατσαρόλα με νερό, παίρνει βράση, χύνεις το νερό, σκεπάζεις με νερό, ρίχνεις χόρτα, αφήνεις να σιγοβράσει. Με το ζωμό κάνεις σάλτσα Γερμανική, προσθέτεις λεμόνι και περιχύνεις το κρέας. *Έτσι γίνονται όλα τα είδη κρέατος)*

Κρέας στη κατσαρόλα μαγειρεμένο με ή χωρίς λαχανικά-γιαχνί:
Βοδινό
- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (κόντρα φιλέτο βοδινό, **λαρδί,** βουτυρωμένο χαρτί, ζωμό)

Αρνί
- Εντράδα από φασόλια πράσινα ή γιαχνί (κρέας αρνιού, βούτυρο, κρεμμύδι, νερό, σιγοβράζουν, βράζουμε τα φασόλια σε άλλη κατσαρόλα με βούτυρο, τα προσθέτουμε στο κρέας με ντομάτα. Όλα τα καλοκαιρινά χόρτα παρασκευάζονται κατ' αυτόν τον τρόπον. Για τις μπάμιες και τις μελιτζάνες τελειώνεις όπως τα φασόλια)
- Εντράδα από μπιζέλια-γιαχνί (γίνεται όπως παραπάνω, στο τέλος δένεις τη σάλτσα με σάλτσα ισπανική, και δεν βάζεις ντομάτα. Το ίδιο κάνουμε για τις εντράδες από σέλινο, σπανάκι, αντίδια, κρομμυδάκια, φρέσκα μυρόνια, ραδίκια, μαρούλια.)

Στο φούρνο:
Βοδινό
- Φιλέτο αιματώδες (λαρδί, φιλέτο βοός, θέτεις στο φούρνο για 25΄)
- Τουρεντό με σάλτσα μαδέρα (κόβεις 10 φέτες από φιλέτο βοδινό, τις κτυπάς, τις κοκκινίζεις, έχεις 10 κροκέτες από πατάτες, ή ψωμάκια τηγανισμένα. Βάζεις τις κροκέτες, έπειτα τα μπιφτεκάκια επάνω, και έπειτα κόβεις σε μέγεθος όσο τα ψωμάκια φάρσα πουλιών ψημένη στο φούρνο, τα θέτεις επάνω, τα βρέχεις με σάλτσα θέτεις στο μέσο μια γαρνιτούρα και σερβίρεις με τη σάλτσα χωριστά)

Κιμάς
- Ντομάται παραγεμισταί (ντομάτες, σοτάρουμε τον κιμά με βούτυρο, προσθέτουμε τα 2 αυγά, κρεμμύδι**,** ρύζι **ή ψωμί**, πιπέρι, μαϊντανό, βούτυρο, γεμίζουμε τις ντομάτες με τη γέμιση και ψήνουμε στο φούρνο. Οι μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο.)
- Μελιτζάναι σκαφιδάκια (βράζουμε τις μελιτζάνες, τις ανοίγουμε, γεμίζουμε με κιμά όπως για τις ντομάτες, περιχύνουμε σάλτσα μπεσαμελ και θέτουμε στο φούρνο με βούτυρο και ντομάτα. Τα κολοκύθια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Μουσακάς (μελιτζάνες, κιμάς, αυγά, τυρί, ψωμί τριμμένο, 1 κρεμμύδι, σοτάρουμε τον κιμά με ζωμό, ντομάτες και βούτυρο, ψήνεις τις μελιτζάνες ή τις τηγανίζεις, τοποθετείς κατά στρώματα και από πάνω μπεσαμελ)
- Γαλόπουλον παραγεμιστό (το γεμίζομε με: κιμάς σοταρισμένος με κρεμμύδια, σταφίδες, κουκουνάρια, ελιές πράσινες, ρύζι, κάστανα, αρωματικά, κρασί. Γεμίζεις το γαλόπουλο, το ράβεις και το ψήνεις στη κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ριζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)

Κρέας στη σχάρα:
Αρνί
- Μεσοπλευρον μπριζόλας αρνιού εσχάρας (βουτάς τις μπριζόλες σε λάδι και ψήνεις στη σχάρα)

Ο κατάλληλος τρόπος παρασκευής χοιρινού είναι ψητό της σχάρας, χωρίς λίπος. Επιβλαβές είναι το **συγγλοινο** γιατί προξενεί στους χωρικούς ασθένειες. Το χοιρομέρι διατηρείται περισσότερο όλων των άλλων ταριχευμένων κρεάτων, είναι όμως δύσπεπτο και επιβλαβές γιατί τα ταριχευμένα κρέατα αλλοιώνονται και

γίνονται βλαβερά. Δια την Παρασκευή φαγητών εκ χοιρείου κρέατος παραλείπονται συνταγές διότι είναι όμοια προς παρασκευή των άλλων κρεάτων)

Κρέας στη σούβλα:

Αρνί

- Αρνί γάλακτος ψητό (λαμβάνεις τέταρτο αρνιού, σκεπάζεις με βουτυρωμένο χαρτί βάζεις στο φούρνο ή στη σούβλα, αλείφεις από το χυμό τους, βάζεις αλάτι στο τέλος)

Κρέας στο τηγάνι:

Κιμάς

- κεφτέδες (κιμάς, κρεμμύδια βρασμένα, ψωμί βρεγμένο, αυγά, τυρί, πιπέρι, μαϊντανό, τηγανίζουμε)

ΚΥΝΗΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστά:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Κοτόπουλο αλά φινανσιέ (ξεκοκαλίζεις το κοτόπουλο, το γεμίζεις με φάρσα των πουλιών, το ράβεις, το βάζεις σε πετσέτα, το βράζεις στη χύτρα. Συνοδεύεται με σάλτσα Γερμανική)
- Κοτόπουλο με ρύζι (σκεπάζεις με ζωμό στη χύτρα, βράζει, κανείς ριζότο με ζωμό και τελειώνεις με σάλτσα που θα κανείς επίσης με ζωμό)

Στη κατσαρόλα:

Πουλιά

- Σαλμί από μπεκάτσαις (σοτάρεις τις μπεκάτσες με βούτυρο, προσθέτεις ισπανική σάλτσα κρασί μαύρο, με τα εντόσθια σχηματίζεις πουρέ, και τον τοποθετείς πάνω σε ψημένα ψωμάκια. Για όλα τα πτηνά μεταχειριζόμεθα αυτή τη μέθοδο, πλην των εντοσθίων)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Γαλόπουλον παραγεμιστό (το γεμίζομε με: κιμάς σοταρισμένος με κρεμμύδια, σταφίδες, κουκουνάρια, ελιές πράσινες, ρύζι, κάστανα, αρωματικά, κρασί. Γεμίζεις το γαλόπουλο, το ράβεις και το ψήνεις στη κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσαν σουπρέμ (βάζεις τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα στο ταψί, και τα ψήνεις σκεπάζοντάς τα με χαρτί. Με τα περισσεύματα κάνεις σάλτσα σουπρέμ, αλείφεις μια φόρμα με βούτυρο, τη στολίζεις με τρούφες, την γεμίζεις με φάρσα των κινελίων και την βάζεις σε μπαιν-μαρι. Αναποδογυρίζεις τη φόρμα, σερβίρεις με τα φιλέτα κυκλοειδώς, περιχύνεις με σάλτσα)
- Κοτόπουλο με ντομάταις (2 κοτόπουλα, κοκκινίζεις, σβήνεις με κρασί άσπρο, προσθέτεις ισπανική σάλτσα, ζουμί, βάζεις στο φούρνο, προσθέτεις 15 ντομάτες χωρίς φλοιούς και σπόρια, ψήνεις στο φούρνο. Έτσι παρασκευάζονται όλα τα πουλερικά)
- Σουφλέ από κοτόπουλο (φάρσα από κοτόπουλα ψημένη μέσα σε κρέμα, προσθέτουμε σε μαρέγκα ασπράδια αυγών, αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, τη γεμίζουμε με φάρσα, ψήνουμε σε μπαιν-μαρί στο φούρνο, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ από πάνω και χωριστά)

Πουλιά

- Τουρεντό με σάλτσα μαδέρα (κόβεις 10 φέτες από φιλέτο βοδινό, τις κτυπάς, τις κοκκινίζεις, έχεις 10 κροκέτες από πατάτες, ή ψωμάκια τηγανισμένα. Βάζεις τις κροκέτες, έπειτα τα μπιφτεκάκια επάνω, και έπειτα κόβεις σε μέγεθος όσο τα ψωμάκια, φάρσα πουλιών ψημένη στο φούρνο, τα θέτεις επάνω, τα βρέχεις με σάλτσα θέτεις στο μέσο μια γαρνιτούρα και σερβίρεις με τη σάλτσα χωριστά)
- Τιμπαλ των πουλιών (αλείφεις μια φόρμα με βούτυρο, σκεπάζεις με φάρσα, γεμίζεις το κενό με σαλπικόν βασιλικό, βάζεις το σαρλότο σε μπαιν-μαρί και ψήνεις στο φούρνο. Περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ)
- Σαλπικόν (συκωτάκια των πουλιών, φιλέτα των πουλιών, γλυκάδια και μανιτάρια. Όλα αυτά είναι ψημένα, κομμένα σε μικρά κομμάτια και ανακατεμένα με μπεσαμελ. Αναφέρεται ως ορεκτικό ζεστό)
- Σαρτρέζ με πιτσούνια (κόβεις μικρά μπαστουνάκια καρότα, ρέβες, βράζεις χωριστά, τα αφήνεις να στραγγίσουν, βουτυρώνεις μια φόρμα, βάζεις βουτυρωμένο χαρτί, τοποθετείς 1 σειρά καρότα, 1 σειρά ρέβες και γεμίζεις την σαρλότ και αλείφεις με φάρσαν. Τοποθετείς 1 σειρά λάχανο μπριζέ, 4 πιτσούνια τα ψαχνά τους ψημένα, σκεπάζεις με φάρσα, και ψήνεις όπως το τιμπαλ των πουλιών, περιχύνεις με σάλτσα, συνοδεύεις με γαρνιτούρα από μαρούλια)
- Τιμπαλ από ελιές με πιτσούνια (ελιές πράσινες χωρίς κουκούτσι, τις γεμίζεις με φάρσα, ζεματάς με νερό, στραγγίζεις. Βουτυρώνεις μια φόρμα σαρλότ, βάζεις στο γύρω ελιές, γεμίζεις με ψαχνά από πιτσούνια ψημένα, βρέχεις με σάλτσα σκεπάζεις με φάρσα, ψήνεις σε μπαιν μαρι, περιχύνεις με σάλτσα. Για όλα τα πουλερικά ακολουθούμε την ίδια μέθοδο)
- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ρυζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)
- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Μικρά τιμπαλ των πουλιών (φάρσα ωμή, γεμίζεις 12 μικρά τιμπαλ, σκεπάζεις με χαρτιά αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις στο φούρνο σε μπαιν-μαρι, σερβίρεις με σάλτσα σουπρέμ)

Χρησιμοποίηση ψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Μικρά μπουσσέ (κόβεις μερικά στρογγυλά με κουπ-κατ από πάστα φυλλώδη, αλείφεις με αυγό, ψήνεις στο φούρνο, τα γεμίζεις με σαλπικον, δύνασαι να τα σερβίρεις με γέμιση από στρείδια, ή από ψάρι ή από βούτυρο σαρδέλας)
- Μικρά κασολέτ με ορτύκια (ξεκοκαλίζεις τα ορτύκια, τα γεμίζεις με φάρσα κινελίων. Τα σοτάρεις με βούτυρο, τα βρέχεις με κρασί και ζωμό, αλείφεις τα κασολετ με βούτυρο και με φάρσα γκρατεν και βάζεις σε κάθε κασολετ 1 ορτύκι, βρέχεις με σάλτσα σαλμί και βάζεις στο φούρνο. Τα κασολετ με κοτσύφια με τσίχλες, με γλυκάδια γίνονται παρομοίως. Η φάρσα κινελίων αποτελείτε από 100δρ. κρέας λευκό η πουλερικών, περασμένο από μηχανή 2 φορές, με 2 κρόκους και κρέμα γάλακτος)
- Μικρά δαριόλ των πουλιών (αλείφεις με βούτυρο 10 φορμίτσες δαριόλ, γεμίζεις με φάρσα των πουλιών, τοποθετείς σε μπαιν-μαρι για αν ψηθούν)
- Μικρά κρουστάντ από ρύζι (βράζεις ρύζι με γάλα, παρμεζάνα, κρόκους, κόβεις σχήμα επίμηκες, παναρεις, τηγανίζεις ή βάζεις στο φούρνο, σερβίρεις με σαλπικον. Δίδονται και με αυγά μπρουλλιε.)\

Στο τηγάνι:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Κοτολέτες από κοτόπουλο βιλερουά (ετοιμάζεις φάρσα από ψημένο πούλι, αλείφεις βούτυρο φορμιτσες για κοτολέτες, τις γεμίζεις, ψήνεις σε μπαιν-μαρί, όταν κρυώσουν αλείφεις με σάλτσα βιλερουα, πανάρεις σε αυγό και ψωμί τηγανίζεις)

Πουλιά

- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά βιλερουά (τηγανίζουμε τα φιλέτα των πουλιών, αφού κρυώσουν τα βουτάμε σε σάλτσα βιλερουά, κατόπιν σε ψωμί τριμμένο, αυγό και ψωμί πάλι, τηγανίζουμε σε βούτυρο ή πάχος)

Χρησιμοποίηση ψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Κροκέτα των πουλιών (κόβεις διάφορα περισσεύματα πουλιών ψημένων σε τεμάχια, προσθέτεις σάλτσα γερμανική, πλάθεις σε σχήμα φελλού, πανάρεις και τηγανίζεις σε φριτούρα. Προτιμότερο είναι να τοποθετήσεις σε φόρμα ειδική αυλακοειδή, αλίμενα με βούτυρο και κα τα ψήσεις στο φούρνο. Για να αποφύγουμε τα *τηγανιτά τα τόσο επιβλαβή*. Κροκέτες παρασκευάζουμε από ψημένα κρέατα και πουλερικά, από αυγά και από ψάρια)
- Μπρισοτίν (αλείφεις 10 φόρμες κοτολέτας, γεμίζεις με φάρσα αλά κρέμ, ψήνεις σε μπαιν-μαρί, σοτάρεις με σάλτσα βιλερουά και τηγανίζεις. Η φάρσα αλά κρεμ γίνεται από διάφορα περισσεύματα πουλερικών ψημένων. Κατά αυτόν τον κάνεις και τα μπουτέν, τα κόβεις με 1 κουτάλι, επίμηκες και τα κάνεις ποσέ σε ζωμό, τα τηγανίζεις στο τέλος.)

Στη σχάρα:

- Ορτύκια της εσχάρας (σχίζεις την ράχη, τα κτυπάς με τον μπάτη, τυλίγεις σε γαλέτα βρέχεις με βούτυρο, αραδιάζεις στη σχάρα, και ψήνεις σε σιγανή φωτιά)

ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Ψάρι βραστό (λάδι**,** αλεύρι, νερό, χόρτα, λεμόνι, προσθέτεις το ψάρι, αφήνεις να βράσει, το συνοδεύεις με μια γαρνιτούρα από πατάτες και με τον ζωμό κάνεις σάλτσα Νορμανδική, η σάλτσα μαγιονέζα ή πράσινη. Κατ' αυτόν τον τρόπο κάνεις το ψάρι μαγιονέζα αφού κρυώσει το σκεπάζεις με σάλτσα μαγιονέζα, το στολίζεις με αγγουράκια, παντζάρια, κάπαρη και ελιές)
- Ψάρι μπουγιαμπέσα (κρεμμύδια, διάφορα χόρτα, σκόρδο, μαϊντανό, λάδι, ντομάτες, πατάτες σε τεμάχια, σβήνεις με κρασί αφού βράσουν, προσθέτεις αρκετό νερό, ζαφορά και ακολούθως τα ψάρια. Όσα περισσότερα είδη ψαριών τόσο καλύτερα. 10 ΄βράση αρκεί, στύβεις λεμόνι κόβεις φέτες ψωμιού στη σουπιέρα και σερβίρεις)

Στο φούρνο:

- Ψάρι του φούρνου (φέτα ψαριού, στο ταψί με βούτυρο, βρέχεις με κρασί, σκεπάζεις με χαρτί και βάζεις στο φούρνο. Σερβίρεις με πατάτες ή ελιές, κατ' αυτόν τον τρόπον κάνεις και τα φιλέτα των ψαριών)
- Ψάρι ω-γκρατεν (κάνεις ψάρι βραστό, στρώνεις χαρτί αδιάβροχο, επί λαμαρίνας, ξεκοκαλίζεις το ψάρι εντελώς, του δίδεις την πρώτη μορφή του, το σκεπάζεις με σάλτσα βιλερουά, προσθέτεις τυρί και ψωμί τριμμένο, και το βάζεις στο φούρνο να πάρει χρώμα, σερβίρεις με σάλτσα γερμανική και πατάτες ντουσές)
- Ψάρι πλακί εις το φούρνο (καθαρίζεις, αλατίζεις 1 ψάρι, στύβεις 1 λεμόνι, κόβεις 3 κρεμμυδάκια, ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σέλινο, σκόρδο, γιαχνίζεις με λάδι, προσθέτεις σταφίδες, αφού ψηθούν τα χόρτα, βάζεις το ψάρι στο πλασοτε, το σκεπάζεις με τα χόρτα και ντομάτα πουρέ, προσθέτεις λάδι αρκετό, γαλέτα τριμμένη και ψήνεις στο φούρνο)
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού (κοπανίζεις 100 δράμια ψάρι, το περνάς από σήτα, ρίχνεις βούτυρο, 1 αυγά, 2 κρόκους***, ανθόγαλα,*** αλείφεις την φόρμα δια κοτολέτες με βούτυρο, τις γεμίζεις, τις ψήνεις σε μπαιν-μαρί, επί 1 τέταρτο, σχηματίζεις την κοτολέτα με πλαστό χέρι, με τα περισσεύματα του ψαριού κάνεις ζωμό και ετοιμάζεις σάλτσα γερμανική. Έτσι κάνεις και κοτολέτες βιλερουά, τις επαλείφεις με σάλτσα βιλερουα, τις βουτάς σε αυγό και ψωμί τριμμένο, τις τηγανίζεις με βούτυρο και τις βάζεις σε θερμό φούρνο)

Χρησιμοποίηση τω εψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Κογχύλια του ψαριού–*χρησιμοποίηση ψημένων κρεάτων και πουλερικών* (γεμίζεις τα κογχύλια με ψαχνά ψαριού βρασμένα, προσθέτεις μπεσαμελ, ψωμί και τυρί τριμμένο, βούτυρο, θέτεις στο φούρνο. Από κοτόπουλα από στρείδια, από μυαλά παρασκευάζονται κογχύλια με αυτόν τον τρόπο, καθώς και από γλυκάδια)

- Μικρά κρουστάντ από πατάταις (πουρέ όπως για ντουσές, κόβεις σε αυγοειδές σχήμα, ψήνεις στον φούρνο, γεμίζεις το κενό με σαλπικόν από κοτόπουλο ή ψάρι, ή αστακό ή στρείδια και στο μέσο θέτεις πουρέ ή χόρτο)
- Μικρά κασολετ από φιλέτα μπαρμπουνιών (βάζεις στο ταψί 10 φιλέτα μπαρμπουνιών με βούτυρο και λεμόνι, σκεπάζεις με χαρτί, τα ψήνεις. Ετοιμάζεις φάρσα ψαριού, τα συκωτάκια των ψαριών και λίγη ουσία σαρδέλας, γεμίζεις 10 κασολετ αλευρωμένα με βούτυρο με φάρσα, 1 φιλέτο ψαριού και βελουτέ, και ψήνεις στο φούρνο)

Στη σχάρα:

- Λαβράκι της σχάρας (το βρέχεις με λάδι και λεμόνι και το ψήνεις στη σχάρα και από τις δύο μεριές. Έπειτα το περιχύνεις με σάλτσα από λάδι και λεμόνι και μαϊντανό. Τα μπαρμπούνια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο, τα τυλίγεις μόνο σε χαρτί τα αφήνεις 10΄από το ένα μέρος και 10΄από το άλλο, και τα σερβίρεις με το χαρτί)

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Ωμά:

- στρείδια

Βραστά:

- Αστακοί βραστοί(Βράζεις τον αστακό με νερό και ξίδι, τον αφήνεις στο ζωμό για λίγη ώρα, τον ανοίγεις χωρίς σαν σπάσεις τα κόκαλα, βάζεις τα κόκαλα σε πιάτο μακρύ, τοποθετείς επάνω τον αστακό κομμένο, σε φέτες τον γαρνίρεις με μαϊντανό και κάνεις σάλτσα αστακού: κοπανίζεις τα διάφορα κρέατα και τα αυγά του, κάνεις μείγμα, τα περνάς από σήτα, τα προσθέτεις σε μαγιονέζα. Με τον ίδιο τρόπο μεταχειρίζεσαι τις γαρίδες)
- γαρίδες

Στο φούρνο:

- Αστακός ω-γκρατεν (αφού βράσεις τον αστακό, διαιρείς σε μικρά κομμάτια, τα θέτεις σε μπεσαμελ, ψωμί τριμμένο, βούτυρο, βάζεις στο φούρνο να πάρει χρώμα και γαρνίρεις με τα πόδια του. Οι γαρίδες γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Καλαμαράκια γεμιστά (καβουρδίζεις το κρεμμύδι με τα πόδια των καλαμαριών σε λάδι, προσθέτεις ντομάτα, **κουκουνάρια**, ρύζι, μαϊντανό, με τη γέμιση αυτή γεμίζεις τα καλαμαράκια, τα βάζεις στην κατσαρόλα με **λάδι,** λεμόνι, και τα βάζεις στο ταψί να ψηθούν. Το ίδιο κάνεις και για τις σουπιές)
- Καλαμαράκια πλακί (κόβεις τα καλαμαράκια σε μικρά κομμάτια, κρεμμύδι, το καβουρδίζεις σε λάδι, ρίχνεις κρασί, ντομάτα, πουρέ, σέσκουλα, ξινήθρες, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες. Το ίδιο κάνεις και τις σουπιές)

Στο τηγάνι:

- Κοτολέται αστακού(βράζεις τον αστακό, τον καθαρίζεις, τον κόβεις σε κομμάτια, δίνεις σχήμα κοτολέτα με 1 πόδι αστακού, τις πανάρεις σε μπεσαμελ και τις τηγανίζεις, συνοδεύεις με σάλτσα αστακού ζεστή: κοπανίζεις τα κόκαλα του αστακού, ετοιμάζεις βελουτέ, προσθέτεις ουσία αστακού και σερβίρεις)
- Αστακός κατά τρόπον Αμερικάνικον (καβουρδίζεις κρεμμύδι με λάδι, κόβεις τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλα του, τηγανίζει ε φωτιά δυνατή, ρίχνεις κρασί άσπρο, ισπανική σάλτσα, πουρέ ντομάτας, ζωμό, πιπέρι καγιέν, αφήνεις να βράσει. Οι γαρίδες γίνονται παρομοίως)

Ορεκτικά κρύα:

Χαβιάρι

- χαβιαροσαλάτα (κρεμμυδάκι στο γουδί με αλάτι, κοπανίζεις, ρίχνεις 1 πατάτα βρασμένη κρύα, χαβιάρι, ψωμί βρεγμένο στυμμένο, κοπανίζεις μέχρι να γίνει αλοιφή, προσθέτεις λάδι και ξύδι , λεμόνι, εξακολουθείς λάδι μέχρι να βάλεις 100 δρ. λάδι. Αναφέρεται ως ορεκτικό κρύο.
- χαβιάρι

Κονσέρβας ψάρια

- Σαρδέλες του κουτιού,
- τόνοι μαρινάτοι
- σαρδέλες βαρελιού
- Αυγά γεμιστά (10 αυγά βραστά, ανοίγεις με κουταλάκι, κοπανίζεις τους κρόκους με βούτυρο, σαρδέλα, μαϊντανό, γεμίζεις τα αυγά, τα σερβίρεις με βούτυρο)
- Αυγά γεμιστά Ρωσσικά (10 αυγά σφιχτά, ανοίγεις, κοπανίζεις ψαχνά από 3 σαρδέλες με τους κρόκους, γεμίζεις με σαλπικόν από τεμάχια αστακού, ανακατωμένα με πουρέ της σαρδέλας, τα βάζεις να ζεσταθούν)

Καπνιστά ψάρια

- ρέγγαι καπνισταί

Αλλαντικά

- σαλτσισότα

χοιρομηρι

- χοιρομήρι

τουρσί

- ελιές πράσινες

ΑΥΓΑ

Βραστά:

- Γαρνιτούρα από μαρούλια (καθαρίζουμε τα σκληρά, σοτάρουμε στο ατμό, ετοιμάζουμε γέμιση ως εξής, σοτάρουμε κρεμμύδι, φραντζόλα βρεγμένη με γάλα, μαϊντανό, 1 αυγό βρασμένο κομμένο ψιλά, 1 ωμό αυγό,

γεμίζουμε τα μαρούλια, βάζουμε να βράσουν με ζωμό χόρτων και περιχύνουμε με σάλτσα κρέμαν. Για όλα τα φυλλώδη λαχανικά κάνουμε ωσαύτως)

- Τιμπαλ πίττα από σπανάκι (πάστα φυλλώδη, ή πάστα φίνα, έχεις εντράδα σπανάκι προπαρασκευασμένη, τοποθετείς εντός πάστας, την κλείνεις άνωθεν, και ψήνεις στο φούρνο, συνοδεύεται με ντομάτες γεμιστές ως γαρνιτούρα ως εξής: γεμίζεις ντομάτες με φραντζόλα βρεγμένη στο γάλα, σοτάρεις κρεμμύδι, με βούτυρο ή λάδι, κόβεις 2 αυγά βρασμένα ψιλά, μαϊντανό, σκόρδο και 1 αυγό ακέραιο, γεμίζεις τις ντομάτα και ψήνεις στο φούρνο.)
- Διάφορες σαλάτες εκ χόρτων (βράζεις χόρτα ψιλά, καθαρίζεις ντομάτες από φλοιούς και σπόρια, γεμίζεις τις ντομάτες με τα χόρτα, και περιχύνεις με σάλτσα μαγιονέζα και γύρω αυγά βρασμένα και καρδιές μαρουλιών. Αν δεν έχουμε μαρούλια βάζουμε παντζάρια μεγάλα, τα ανοίγουμε με το κουτάλι. Σε όλα τα χορταρικά και όσπρια κάνουμε το ατό, το κόβουμε ψιλά, τα περιχύνουμε με μαγιονέζα, γύρωθε μαρούλια και έτσι έχουμε μεγάλη ποικιλία από σαλάτες)
- Αυγά ποσέ (εντός αγγείου νερό με αλάτι να βράσει, σπάζεις τα αυγά στο νερό, το οποίο πρέπει να τα σκεπάζει, τα αφήνεις να βράσουν 4 λεπτά τα σερβίρεις επάνω σε ψωμάκια, και συνοδεύεται μα πουρέ η σάλτσα γερμανική)
- Αυγά γεμιστά (10 αυγά βραστά, ανοίγεις με κουταλάκι, κοπανίζεις τους κρόκους με βούτυρο, σαρδέλα, μαϊντανό, γεμίζεις τα αυγά, τα σερβίρεις με βούτυρο)
- Αυγά γεμιστά Ρωσσικά (10 αυγά σφιχτά, ανοίγεις, κοπανίζεις ψαχνά από 3 σαρδέλες με τους κρόκους, γεμίζεις με σαλπικόν από τεμάχια αστακού, ανακατωμένα με πουρέ της σαρδέλας, τα βάζεις να ζεσταθούν)
- Αυγά ω-μουσελίν (10 σφιχτά αυγά, αφαιρείς τους κρόκους, διατηρείς ακέραια τα ασπράδια, κοπανίζεις τους κρόκους, προσθέτεις βούτυρο και κρέμα γάλακτος, τρούφα, κάνεις πολτό και γεμίζεις τα ασπράδια, στολίζεις ένα σαρλοτ με ζελέ και τρούφες, θέτεις τα αυγά συμπληρώνοντας τα κενά με κρέμα, κλείνεις την φόρμα ερμητικά και την βάζεις στον πάγο με αλάτι επί 1 ώρα)

Στη κατσαρόλα:

- Αυγά μπρουλλιέ-σφουγγάτα (διαχωρίζεις 6 κρόκους από ασπράδια, κτυπάς τα ασπράδια σε μαρέγκα, ενώνεις τους κρόκους, βάζεις βούτυρο στην κατσαρόλα, ανακατώνεις τα αυγά, αφού αρχίζουν να σφίγγουν, ανακατώνεις με κουτάλι, προσθέτεις παρμεζάνα, βούτυρο, κα κρουτόν)

Στο τηγάνι:

- Αυγά ομελέτα (ψήνεις 2 ντομάτες κομμένες χωρίς φλούδια και σπόρους στο τηγάνι, προσθέτεις τα αυγά, και τηγανίζεις σε ομελέτα. Ο τρόπος αυτός γίνεται και με τα μπιζέλια. Επίσης έτσι γίνεται ομελέτα με συκωτάκια πουλιών, με χοιρομέρι, με σπαράγγια, κτλ)

Στο φούρνο:

- Αυγά σουφλέ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, τυρί Βιτσέρης, 3 αυγά τα λευκά για μαρέγκα, 10΄ψήσιμο στο φούρνο)
- **Μικρά τιμπαλ από κρέμα ρουαγιάλ** (σπάζεις, 5 αυγά, βούτυρο, παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, με αυτό το μείγμα γεμίζεις τα φορμάκια αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις σε μπαιν-μαρι,)

ΟΣΠΡΙΑ

Βραστά:

- Ερέβινθοι (για το μαγείρεμά τους, πρέπει να γίνει προηγουμένως λυσίβα (στάκτη: νερό και 4 κουταλιές τέφρα.) βάζουμε τα ρεβιθιά σε πήλινη χύτρα, επιχύνουμε την λυσίβα, αφήνουμε 2 ώρες, για να ξεφλουδίσουν και τα βράζουμε. Εξαφρίζουμε, προσθέτουμε κρεμμύδια και λάδι, σερβίρουμε με λεμόνι)
- Φασόλια ξηρά (μένουν στο νερό επί 1 ώρες, τα βάζουμε να βράσουν με χορταρικά, όταν απορροφήσουν το πρώτο νερό, προσθέτουμε δεύτερο, και στο τελευταίο βάζουμε αλάτι. Τα όσπρια γιαχνιστά γίνονται ως εξής: αφού τα βράσουμε, κόβουμε 2 κρεμμύδια, γιαχνίζουμε με λάδι, προσθέτουμε τα όσπρια, χυμό ντομάτας, ζωμό χόρτων, αφήνουμε να σιγοβράσουν)

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Γάλα

- Βάση της σούπας (αλεύρι, γάλα, βούτυρο, ζωμό, 2 κρόκους)
- Πουρέ από πατάτες (βράζεις πατάτες, περνάς από σίτα, βάζεις με βούτυρο στη κατσαρόλα λίγο γάλα, ανακατώνεις με ξύλινο κουτάλι)
- Τιμπαλ πίττα από σπανάκι (πάστα φυλλώδη, ή πάστα φίνα, έχεις εντράδα σπανάκι προπαρασκευασμένη, τοποθετείς εντός πάστας, την κλείνεις άνωθεν, και ψήνεις στο φούρνο, συνοδεύεται με ντομάτες γεμιστές ως γαρνιτούρα ως εξής: γεμίζεις ντομάτες με φραντζόλα βρεγμένη στο γάλα, σοτάρεις κρεμμύδι, με βούτυρο ή λάδι, κόβεις 2 αυγά βρασμένα ψιλά, μαϊντανό, σκόρδο και 1 αυγό ακέραιο, γεμίζεις τις ντομάτα και ψήνεις στο φούρνο.)
- Αυγά σουφλέ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, τυρί Βιτσέρης, 3 αυγά τα λευκά για μαρέγκα, 10΄ψήσιμο στο φούρνο)
- Μικρά κρουστάντ από ρύζι (βράζεις ρύζι με γάλα, παρμεζάνα, κρόκους, κόβεις σχήμα επίμηκες, παναρεις, τηγανίζεις ή βάζεις στο φούρνο, σερβίρεις με σαλπικον. Δίδονται και με αυγά μπρουλλιε.)

Τυρί

- κεφτέδες (κιμάς, κρεμμύδια βρασμένα, ψωμί βρεγμένο, αυγά, τυρί, πιπέρι, μαϊντανό, τηγανίζουμε)
- Μουσακάς (μελιτζάνες, κιμάς, αυγά, τυρί, ψωμί τριμμένο, 1 κρεμμύδι, σοτάρουμε τον κιμά με ζωμό, ντομάτες και βούτυρο, ψήνεις τις μελιτζάνες ή εν ανάγκη **τις** τηγανίζεις, τοποθετείς κατά στρώματα και από πάνω μπεσαμελ)

- Αγκινάρες ω γκρατεν (αφού βράσουν , κάνεις πατάτες ντουσές, κόβεις σε σχήματα στρογγυλά, ψήνεις στο φούρνο, προσθέτεις από πάνω τις αγκινάρες και μπεσαμελ, πανάρεις με ψωμί, τυρί και βούτυρο και βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα. Κατ' αυτόν τον τρόπο σχηματίζονται όλα τα λαχανικά)
- Τιμπάλ από αγκινάρες (βράζεις τις αγκινάρες εντός σάλτσας, πάστα φυλλώδη, περιτριγυρίζεις την φόρμα του τιμπάλ, ετοιμάζεις σάλτσα βιλερουα με παρμεζάνα και κρέμα γάλακτος. Τοποθετούμε τις αγκινάρες, έπειτα την σάλτσα και σκεπάζει το τιμπαλ με πάστα και ψήνεις στο φούρνο. Κατά αυτόν τον τρόπο κάνουμε τα μπιζέλια, τα σπαράγγια, τα καρότα, τα φασόλια, τα κουνουπίδια. Αντί για πάστα φυλλώδη, μπορούμε να μεταχειρισθούμε και πάστα φλαν)
- Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια (βράζεις τα κολοκυθάκια, τοποθετείς σε πλασοτε, με βούτυρο, τυρί παρμεζάνα και ψήνουμε στο φούρνο. Μπορούμε να περιχύσουμε με σάλτσα γερμανική, με κρέμα, με κρετόνια από πάστα φυλλώδη)
- Μελιτζάναι βαρκάκια (κόβουμε στη μέση, βράζουμε, ανοίγουμε, ετοιμάζουμε γέμιση γιαχνίζοντας κρεμμύδια, προσθέτουμε ντομάτες, την ψίχα από τις μελιτζάνες, ψήνονται με βούτυρο ή λάδι, προσθέτουμε τυρί, αυγά, γεμίζουμε, περιχύνουμε με σάλτσα κρέμα και γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο. Τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Πατάτες ω γκρατεν (σάλτσα βιλερουά με παρμεζάνα, βράζεις πατάτες, τις κόβεις στη μέση και γεμίζεις με σάλτσα, πανάρεις, βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα, σερβίρεις με πουρέ σπανάκι ή άλλο)
- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ρυζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)
- Μακαρόνια ω γκρατέν (βράζεις μακαρόνια, στραγγίζεις, βούτυρο Μιλάνου, παρμεζάνα, μπεσαμελ, θέτεις σε πιάτο, προσθέτεις τυρί, ψωμί τριμμένο, βούτυρο και ψήνεις στο φούρνο. Συνήθως παραλείπουμε μπεσαμελ και προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Ετοιμάζεις πάστα νουλ, έχεις φάρσα από ψαχνά του πουλιού, συκωτάκια ή μυαλό, τα κοπανίζεις, προσθέτεις παρμεζάνα, 2 κρόκους, θέτουμε τη φάρσα επί της πάστας, αλείφουμε με αυγό, τη διπλώνουμε, την κολλάμε κόβουμε τα ραβιόλια. Τα βράζουμε σε ζεστό νερό, και ετοιμάζουμε όπως τα μακαρόνια)
- Ψαρι ω-γκρατεν (κάνεις ψάρι βραστό, στρώνεις χαρτί αδιάβροχο, επί λαμαρίνας, ξεκοκαλίζεις το ψάρι εντελώς, του δίδεις την πρώτη μορφή του, το σκεπάζεις με σάλτσα βιλερουά, προσθέτεις τυρί και ψωμί τριμμένο, και το βάζεις στο φούρνο να πάρει χρώμα, σερβίρεις με σάλτσα γερμανική και πατάτες ντουσές)
- Αυγά σουφλέ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, τυρί Βιτσέρης, 3 αυγά τα λευκά για μαρέγκα, 10΄ψήσιμο στο φούρνο)
- Αυγά μπρουλλιέ-σφουγγάτα (διαχωρίζεις 6 κρόκους από ασπράδια, κτυπάς τα ασπράδια σε μαρέγκα, ενώνεις τους κρόκους, βάζεις βούτυρο στην κατσαρόλα, ανακατώνεις τα αυγά, αφού αρχίζουν να σφίγγουν, ανακατώνεις με κουτάλι, προσθέτεις παρμεζάνα, βούτυρο, κα κρουτόν)
- Μικρά τιμπαλ από κρέμα ρουαγιάλ (σπάζεις, 5 αυγά, βούτυρο, παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, με αυτό το μείγμα γεμίζεις τα φορμάκια αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις σε μπαιν μαρι)
- Κογχύλια του ψαριού (γεμίζεις τα κογχύλια με ψαχνά ψαριού βρασμένα, προσθέτεις μπεσαμελ, ψωμί και τυρί τριμμένο, βούτυρο, θέτεις στο φούρνο. Από κοτόπουλα από στρείδια, από μυαλά παρασκευάζονται κογχύλια με αυτόν τον τρόπο, καθώς και από γλυκάδια)
- Ρισόλια των πουλιών (ανοίγεις πάστα φυλλώδη, βάζεις γέμιση όπως για κροκέτες, αλείφεις με αυγό, κόβεις σε σχήμα μισοφέγγαρο, ψήνεις στο φούρνο. Δύνασαι να μεταχειριστείς γέμιση από παρμεζάνα, 1 αυγό, βούτυρο, καγιεν)
- Μικρά διαριόλ από νούλι (αλείφεις με βούτυρο 10 φόρμες δαριόλ, γεμίζεις τις φόρμες με νουλι, τελειωμένο με βούτυρο, παρμεζάνα και βελουτέ, σκεπάζεις με πάστα και ψήνεις στο φούρνο)
- Μικρά κρουστάντ από ρύζι (βράζεις ρύζι με γάλα, παρμεζάνα, κρόκους, κόβεις σχήμα επίμηκες, παναρεις, τηγανίζεις ή βάζεις στο φούρνο, σερβίρεις με σαλπικον. Δίδονται και με αυγά μπρουλλιε.)
- Ταρτελετ με τυρί (πάστα φίνα, γεμίζεις 10 φόρμες ταρταλετ, ετοιμάζεις γέμιση από λίγο παρμεζάνα, βούτυρο, καγιεν, 2 κρόκους, και γεμίζεις το κενό μέρος. Βάζεις ταρταλέτα στο φούρνο.)

Κρεμα γάλακτος

- Τιμπαλ από αγκινάρες
- Γαρνιτούρα από σπαράγγια
- Γαρνιτούρα από κάστανα (ψήνουμε στο φούρνο τα κάστανα, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με ζουμί, ζάχαρη, και σιγοβράζουν, συνοδεύουμε με μπεσαμελ με κρέμα)
- Γαρνιτούρα από πατάτες (βράζεις τις πατάτες, ενώνεις με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα**,** συνοδεύεις με αυγά ποσέ)
- Γαρνιτούρα ντουσές (πουρέ πατάτες όπως για τις κροκέτες, κόβεις με ένα κουπ-πατ πολύ λεπτά, ψήνεις στην λαμαρίνα και βάζεις επάνω μια γαρνιτούρα από μπιζέλια ή σπαράγγια ή άλλη με μπεσαμελ από κρέμα γάλακτος)
- Από κουνουπίδι (βράζουμε το κουνουπίδι, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα. Το πανέ γίνεται ως εξής: αφού βράσεις το κουνουπίδι το στραγγίζεις, το περνάς με σάλτσα βιλερουα, το πανάρεις και το βάζεις σε πλασοτέ να πάρει χρώμα)

- Πουρέ από κουκιά (βράζεις κουκιά φρέσκα ξεφλουδισμένα, περνάς από σήτα, προσθέτεις μπεσαμελ με κρέμα και στο γύρω κρουτόνια από πάστα φινα ή του μκπισκουι ω παρμεζαν. Έτσι κάνουμε για όλους τους πουρέδες)
- Σουφλέ από κοτόπουλο (φάρσα από κοτόπουλα ψημένη μέσα σε κρέμα, προσθέτουμε σε μαρέγκα ασπράδια αυγών, αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, τη γεμίζουμε με φάρσα, ψήνουμε σε μπαιν-μαρί στο φούρνο, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ από πάνω και χωριστά)
- Μικρά τιμπαλ από κρέμα ρουαγιάλ (σπάζεις, 5 αυγά, βούτυρο, παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, με αυτό το μείγμα γεμίζεις τα φορμάκια αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις σε μπαιν-μαρι,)
- Αυγά ω-μουσελίν (10 σφιχτά αυγά, αφαιρείς τους κρόκους, διατηρείς ακέραια τα ασπράδια, κοπανίζεις τους κρόκους, προσθέτεις βούτυρο και κρέμα γάλακτος, τρούφα, κάνεις πολτό και γεμίζεις τα ασπράδια, στολίζεις ένα σαρλοτ με ζελέ και τρούφες, θέτεις τα αυγά συμπληρώνοντας τα κενά με κρέμα, κλείνεις την φόρμα ερμητικά και την βάζεις στον πάγο με αλάτι επί 1 ώρα)
- φάρσα κινελίων (100δρ. κρέας λευκό η πουλερικών, περασμένο από μηχανή 2 φορές, με 2 κρόκους και κρέμα γάλακτος)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού (κοπανίζεις 100 δράμια ψάρι, το περνάς από σήτα, ρίχνεις βούτυρο, 1 αυγά, 2 κρόκους, *ανθόγαλα,* αλείφεις την φόρμα δια κοτολέτες με βούτυρο, τις γεμίζεις, τις ψήνεις σε μπαιν-μαρί, επί 1 τέταρτο, σχηματίζεις την κοτολέτα με πλαστό χέρι, με τα περισσεύματα του ψαριού κάνεις ζωμό και ετοιμάζεις σάλτσα γερμανική. Έτσι κάνεις και κοτολέτες βιλερουά, τις επαλείφεις με σάλτσα βιλερουα, τις βουτάς σε αυγό και ψωμί τριμμένο, τις τηγανίζεις με βούτυρο και τις βάζεις σε θερμό φούρνο)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Αλεύρι

- Πάστα νουλ (αλεύρι, 3 αυγά βούτυρο Μιλάνου, κάνεις την πάστα, την ανοίγεις με το παστόξυλο, κόβεις το νουλ ως φιδέ, χονδρό, και παρασκευάζεις όπως τα μακαρόνια)
- Ετοιμάζεις πάστα νουλ, έχεις φάρσα από ψαχνά του πουλιού, συκωτάκια ή μυαλό, τα κοπανίζεις, προσθέτεις παρμεζάνα, 2 κρόκους, θέτουμε τη φάρσα επί της πάστας, αλείφουμε με αυγό, τη διπλώνουμε, την κολλάμε κόβουμε τα ραβιόλια. Τα βράζουμε σε ζεστό νερό, και ετοιμάζουμε όπως τα μακαρόνια)
- Πάστα φυλλώδη (αλεύρι, νερό, αλάτι, πάχος περασμένο από μηχανή του κρέατος, ανοίγεις την πάστα, προσθέτεις το πάχος, διπλώνεις για να σκεπασθεί, ανοίγεις την πάστα σε σχήμα μακρουλό, την διπλώνεις σε 3 μέρη, και εξακολουθείς πεντάκις, η πάστα αυτή χρησιμεύει για βολοβάν, πετι πατέ, μπουσσέ, ταρταλέτας)
- Πάστα αφλάν (αλεύρι, βούτυρο Μιλάνου, νερό, αλάτι, 4 κρόκους, εάν πρόκειται για γλύκισμα, προσθέτεις ζάχαρη)
- Αυγά σουφλέ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, τυρί Βιτσέρης, 3 αυγά τα λευκά για μαρέγκα, 10΄ψήσιμο στο φούρνο)

Χρησιμοποίηση τω εψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Μικρά μπουσσέ (κόβεις μερικά στρογγυλά με κουπ-κατ από πάστα φυλλώδη, αλείφεις με αυγό, ψήνεις στο φούρνο, τα γεμίζεις με σαλπικον, δύνασαι να τα σερβίρεις με γέμιση από στρείδια, ή από ψάρι ή από βούτυρο σαρδέλας)
- Μικρά κασολέτ με ορτύκια (ξεκοκαλίζεις τα ορτύκια, τα γεμίζεις με φάρσα κινελίων. Τα σοτάρεις με βούτυρο, τα βρέχεις με κρασί και ζωμό, αλείφεις τα κασολετ με βούτυρο και με φάρσα γκρατεν και βάζεις σε κάθε κασολετ 1 ορτύκι, βρέχεις με σάλτσα σαλμί και βάζεις στο φούρνο. Τα κασολετ με κοτσύφια με τσίχλες, με γλυκάδια γίνονται παρομοίως. Η φάρσα κινελίων αποτελείτε από 100δρ. κρέας λευκό η πουλερικών, περασμένο από μηχανή 2 φορές, με 2 κρόκους και κρέμα γάλακτος)
- Ρισόλια των πουλιών (ανοίγεις πάστα φυλλώδη, βάζεις γέμιση όπως για κροκέτες, αλείφεις με αυγό, κόβεις σε σχήμα μισοφέγγαρο, ψήνεις στο φούρνο. Δύνασαι να μεταχειριστείς γέμιση από παρμεζάνα, 1 αυγό, βούτυρο, καγιεν)
- Μικρά διαριόλ από νούλι (αλείφεις με βούτυρο 10 φόρμες δαριόλ, γεμίζεις τις φόρμες με νουλι, τελειωμένο με βούτυρο, παρμεζάνα και βελουτέ, σκεπάζεις με πάστα και ψήνεις στο φούρνο)
- Μικρά κασολετ από φιλέτα μπαρμπουνιών (βάζεις στο ταψί 10 φιλέτα μπαρμπουνιών με βούτυρο και λεμόνι, σκεπάζεις με χαρτί, τα ψήνεις. Ετοιμάζεις φάρσα ψαριού, τα συκωτάκια των ψαριών και λίγη ουσία σαρδέλας, γεμίζεις 10 κασολετ αλευρωμένα με βούτυρο με φάρσα, 1 φιλέτο ψαριού και βελουτέ, και ψήνεις στο φούρνο)
- Ταρτελετ με τυρί (πάστα φίνα, γεμίζεις 10 φόρμες ταρταλετ, ετοιμάζεις γέμιση από λίγο παρμεζάνα**,** βούτυρο, καγιεν, 2 κρόκους, και γεμίζεις το κενό μέρος. Βάζεις ταρταλέτα στο φούρνο.)

Σιμιγδάλι

- Πολέντα (νερό, σιμιγδάλι από αραβόσιτο, βούτυρο, παρμεζάνα, αφού βράσει, γεμίζεις μια φόρμα και την αφήνεις στο φούρνο, σερβίρεις με γέμιση από πούλι με σάλτσα ισπανική ή και κιμάς με σάλτσα ντομάτα)

Ψωμί

- σάντουιτς διαφόρων ειδών
- Γαρνιτούρα από μαρούλια (καθαρίζουμε τα σκληρά, σοτάρουμε στο ατμό, ετοιμάζουμε γέμιση ως εξής, σοτάρουμε κρεμμύδι, φραντζόλα βρεγμένη με γάλα, μαϊντανό, 1 αυγό βρασμένο κομμένο ψιλά, 1 ωμό αυγό,

γεμίζουμε τα μαρούλια, βάζουμε να βράσουν με ζωμό χόρτων και περιχύνουμε με σάλτσα κρέμαν. Για όλα τα φυλλώδη λαχανικά κάνουμε ωσαύτως)

- Τιμπαλ πίττα από σπανάκι (πάστα φυλλώδη, ή πάστα φίνα, έχεις εντράδα σπανάκι προπαρασκευασμένη, τοποθετείς εντός πάστας, την κλείνεις άνωθεν, και ψήνεις στο φούρνο, συνοδεύεται με ντομάτες γεμιστές ως γαρνιτούρα ως εξής: γεμίζεις ντομάτες με φραντζόλα βρεγμένη στο γάλα, σοτάρεις κρεμμύδι, με βούτυρο ή λάδι, κόβεις 2 αυγά βρασμένα ψιλά, μαϊντανό, σκόρδο και 1 αυγό ακέραιο, γεμίζεις τις ντομάτα και ψήνεις στο φούρνο.)
- Κεφτέδες

Ζυμαρικά

- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Μακαρόνια ω γκρατέν (βράζεις μακαρόνια, στραγγίζεις, βούτυρο Μιλάνου, παρμεζάνα, μπεσαμελ, θέτεις σε πιάτο, προσθέτεις τυρί, ψωμί τριμμένο, βούτυρο και ψήνεις στο φούρνο. Συνήθως παραλείπουμε μπεσαμελ και προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Κογχύλια του ψαριού–*χρησιμοποίηση ψημένων κρεάτων και πουλερικών* (γεμίζεις τα κογχύλια με ψαχνά ψαριού βρασμένα, προσθέτεις μπεσαμελ, ψωμί και τυρί τριμμένο, βούτυρο, θέτεις στο φούρνο. Από κοτόπουλα από στρείδια, από μυαλά παρασκευάζονται κογχύλια με αυτόν τον τρόπο, καθώς και από γλυκάδια)

Ρύζι

- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ριζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)
- Πιλάφι (βράζεις το ρύζι με ζωμό, προσθέτεις βούτυρο)
- Κοτόπουλο με ρύζι (σκεπάζεις με ζωμό στη χύτρα, βράζει, κανείς ριζότο με ζωμό και τελειώνεις με σάλτσα που θα κανείς επίσης με ζωμό)
- Γαλόπουλον παραγεμιστό (το γεμίζομε με: κιμάς σοταρισμένος με κρεμμύδια, σταφίδες, κουκουνάρια, ελιές πράσινες, ρύζι, κάστανα, αρωματικά, κρασί. Γεμίζεις το γαλόπουλο, το ράβεις και το ψήνεις στη κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- Ντομάται παραγεμισταί (ντομάτες, σοτάρουμε τον κιμά με βούτυρο, προσθέτουμε τα 2 αυγά, κρεμμύδι, ρύζι ή ψωμί, πιπέρι, μαϊντανό, βούτυρο, γεμίζουμε τις ντομάτες με τη γέμιση και ψήνουμε στο φούρνο. Οι μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο.)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)

Χρησιμοποίηση τω εψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Μικρά κρουστάντ από ρύζι (βράζεις ρύζι με γάλα, παρμεζάνα, κρόκους, κόβεις σχήμα επίμηκες, παναρεις, τηγανίζεις ή βάζεις στο φούρνο, σερβίρεις με σαλπικον. Δίδονται και με αυγά μπρουλλιε.)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Φαγητά λαδερά της φυτοφαγίας

Ωμά:

- Διάφορες σαλάτες εκ χόρτων (βράζεις χόρτα ψιλά, καθαρίζεις ντομάτες από φλοιούς και σπόρια, γεμίζεις τις ντομάτες με τα χόρτα, και περιχύνεις με σάλτσα μαγιονέζα και γύρω αυγά βρασμένα και καρδιές μαρουλιών. Αν δεν έχουμε μαρούλια βάζουμε παντζάρια μεγάλα, τα ανοίγουμε με το κουτάλι. Σε όλα τα χορταρικά και όσπρια κάνουμε το ατό, το κόβουμε ψιλά, τα περιχύνουμε με μαγιονέζα, γύρωθε μαρούλια και έτσι έχουμε μεγάλη ποικιλία από σαλάτες)

Βραστά:

- Γαρνιτούρα από καρότα (κόβεις τα καρότα, ζωμό, και ζάχαρη να γλασαρισθούν Τα μπιζέλια τα βράζεις όπως τα φασόλια με λίγη ζάχαρη)
- Γαρνιτούρα από μαρούλια (καθαρίζουμε τα σκληρά, σοτάρουμε στο ατμό, ετοιμάζουμε γέμιση ως εξής, σοτάρουμε κρεμμύδι, φραντζόλα βρεγμένη με γάλα, μαϊντανό, 1 αυγό βρασμένο κομμένο ψιλά, 1 ωμό αυγό, γεμίζουμε τα μαρούλια, βάζουμε να βράσουν με ζωμό χόρτων και περιχύνουμε με σάλτσα κρέμαν. Για όλα τα φυλλώδη λαχανικά κάνουμε ωσαύτως)
- Γαρνιτούρα από κάστανα (ψήνουμε στο φούρνο τα κάστανα, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με ζουμί, ζάχαρη, και σιγοβράζουν, συνοδεύουμε με μπεσαμελ με κρέμα)
- Γαρνιτούρα από σπαράγγια (μπεσαμελ με κρέμα, βράζουμε τα σπαράγγια, θέτουμε τα σπαράγγια πάνω σε πάστα του μπισκουι ω παρμεζαν ή πάστα ψημένη φλαν, κατά αυτόν τον τρόπον γίνονται τα μπιζέλια, τα φασόλια τα καρότα, τα νέα κουκιά)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)

- Γαρνιτούρα από πατάτες (βράζεις τις πατάτες, ενώνεις με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα, συνοδεύεις με αυγά ποσέ)
- Από κουνουπίδι (βράζουμε το κουνουπίδι, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα. Το πανέ γίνεται ως εξής: αφού βράσεις το κουνουπίδι το στραγγίζεις, το περνάς με σάλτσα βιλερουα, το πανάρεις και το βάζεις σε πλασοτέ να πάρει χρώμα)
- Κρομμυδάκια φρέσκα (καθαρίζεις κρεμμυδάκια, κόβεις βράζεις, ανακατεύεις με μπεσαμελ)
- χαβιαροσαλάτα

Στη κατσαρόλα:

- Χόρτον από φασόλια πράσινα (σοτάρεις τα φασόλια με βούτυρο, όταν θα τα σερβίρουμε για δίαιτα φυτοφαγίας τα συνδυάζουμε με κομπόστα από ντομάτες και κρετόνια. Το ίδιο κάνουμε και για τα καρότα, τα κολοκυθάκια και το σπανάκι)
- Γαρνιτούρα από σέλινο (σέλινο, σοτάρουμε με βούτυρο και νερό, ζωμό κρέατος ή φυτικό και κάνεις σάλτσα βελουτέ και σερβίρεις)
- Γαρνιτούρα από αγκινάρες (βράζουμε σε νερό με λεμόνι, σχηματίζεις βελουτέ και τις αφήνεις να βράσουν, τις σερβίρεις με σάλτσα γερμανική με λεμόνι)
- Γαρνιτούρα από κρομμυδάκια (σοτάρεις τα κρεμμυδάκια με βούτυρο, ζάχαρη, ζωμό κρέατος ή φυτικό και γλασάρονται)
- Γαρνιτούρα από λάχανο (λάχανο ψιλό, βούτυρο, ζωμό κρέατος ή χόρτων, μπεσαμελ)
- Μασεντουάν (όλα τα χόρτα άνευ φύλλων, κόβεις σε τετράγωνα, βράζεις το καθένα χωριστά, σοτάρεις σε βούτυρο, προσθέτεις μπεσαμελ, και κρουτόνια από πάστα φυλλώδη. Η γαρνιτούρα ζαρδινιερ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο, μόνο διατηρούμε έκαστο είδος χωριστά επί της πιατέλας)
- Πουρέ από πατάτες (βράζεις πατάτες, περνάς από σήτα, βάζεις με βούτυρο στη κατσαρόλα λίγο γάλα, ανακατώνεις με ξύλινο κουτάλι)
- Πουρέ από κουκιά (βράζεις κουκιά φρέσκα ξεφλουδισμένα, περνάς από σήτα, προσθέτεις μπεσαμελ με κρέμα και στο γύρω κρουτόνια από πάστα φίνα ή του μπισκουι ω παρμεζαν. Έτσι κάνουμε για όλους τους πουρέδες)
- Εντράδα από φασόλια πράσινα (2 κρεμμύδια, σοτάρεις σε ζεστό νερό, κατόπιν προσθέτεις βούτυρο ή λάδι, κοκκινίζεις, προσθέτεις τα φασόλια να μαραθούν με τον ατμό, προσθέτεις βούτυρο ή λάδι, και βρέχεις με ζεστό νερό, όταν μισοψηθούν, προσθέτεις ντομάτες. Ένα είναι λαδερά, είναι καλύτερα κρύα. Τα κολοκύθια και οι μελιτζάνες γίνονται έτσι, οι μελιτζάνες σωτάρονται.)
- Εντράδα διάφορη (καθαρίζεις διάφορα χόρτα, καρότα, ρέβες, φασόλια, πατάτες, σοτάρεις δια του ατμού, προσθέτεις ζωμό φυτικό και ντομάτες χωρίς φλοιούς, σιγοβράζουν, δύνασαι να μεταχειρισθείς βούτυρο ή λάδι)
- Εντράδα από σέλινο(καθαρίζεις τις ρίζες από σέλινο, σοτάρεις με βούτυρο, προσθέτεις ζωμό φυτικό, περιχύνεις με σάλτσα γερμανική με λεμόνι. Τα αντίδια και τα σπανάκια γίνονται έτσι.)
- Ραγού από αγκινάρες και κουκιά (σοτάρεις κρεμμύδι, προσθέτεις τα κουκιά, λάδι, προσθέτεις αγκινάρες με λεμόνι, κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο, σκεπάζεις με νερό και αφήνεις να βράσουν. Σερβίρεις κρύα.)

Στο φούρνο:

- Ντομάτες παραγεμιστές (ντομάτες, κρεμμύδια τα σοτάρουμε, προσθέτουμε την ψίχα από τις ντομάτες, μαϊντανό, ρύζι, γαλέτα, κουκουνάρια, σταφίδες, ζάχαρη στο εσωτερικό των ντοματών, τις γεμίζεις, προσθέτεις τα ζουμιά, λάδι, ή βούτυρο, βάζεις στο φούρνο. Όταν θα γίνουν με βούτυρο περιχύνεις με μπεσαμελ. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Ντομάτες κομπόστα (καθαρίζεις τις ντομάτες από τους φλοιούς και τους σπόρους, τις βάζεις στο ταψί, προσθέτεις βούτυρο, ζάχαρη και αλάτι και ψήνεις έως ότου απορροφηθούν τα υγρά)
- Αγκινάρες ω γκρατεν (αφού βράσουν , κάνεις πατάτες ντουσές, κόβεις σε σχήματα στρογγυλά, ψήνεις στο φούρνο, προσθέτεις από πάνω τις αγκινάρες και μπεσαμελ, πανάρεις με ψωμί, τυρί και βούτυρο και βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα. Κατ' αυτόν τον τρόπο σχηματίζονται όλα τα λαχανικά)
- Τιμπάλ από αγκινάρες (βράζεις τις αγκινάρες εντός σάλτσας, πάστα φυλλώδη, περιτριγυρίζεις την φόρμα του τιμπάλ, ετοιμάζεις σάλτσα βιλερουα με παρμεζάνα και κρέμα γάλακτος. Τοποθετούμε τις αγκινάρες, έπειτα την σάλτσα και σκεπάζει το τιμπαλ με πάστα και ψήνεις στο φούρνο. Κατά αυτόν τον τρόπο κάνουμε τα μπιζέλια, τα σπαράγγια, τα καρότα, τα φασόλια, τα κουνουπίδια. Αντί για πάστα φυλλώδη, μπορούμε να μεταχειρισθούμε και πάστα φλαν)
- Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια (βράζεις τα κολοκυθάκια, τοποθετείς σε πλασοτε, με βούτυρο, τυρί παρμεζάνα και ψήνουμε στο φούρνο. Μπορούμε να περιχύσουμε με σάλτσα γερμανική, με κρέμα, με κρετόνια από πάστα φυλλώδη)
- Μελιτζάναι βαρκάκια (κόβουμε στη μέση, βράζουμε, ανοίγουμε, ετοιμάζουμε γέμιση γιαχνίζοντας κρεμμύδια, προσθέτουμε ντομάτες, την ψίχα από τις μελιτζάνες, ψήνονται με βούτυρο ή λάδι, προσθέτουμε τυρί, αυγά, γεμίζουμε, περιχύνουμε με σάλτσα κρέμα και γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο. Τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Πατάτες ω γκρατεν (σάλτσα βιλερουά με παρμεζάνα, βράζεις πατάτες, τις κόβεις στη μέση και γεμίζεις με σάλτσα, πανάρεις, βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα, σερβίρεις με πουρέ σπανάκι ή άλλο)
- Κροκέτες από πατάτες (πάστα ντουσές από πατάτες με κρέμα μέσα, πανάρεις, θέτεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα, βρέχεις με βούτυρο, συνοδεύονται με λαχανώδεις γαρνιτούρες. Προς αποφυγήν του τηγανίσματος μεταχειριζόμαστε τον φούρνο)

- Γαρνιτούρα ντουσές (πουρέ πατάτες όπως για τις κροκέτες, κόβεις με ένα κουπ-πατ πολύ λεπτά, ψήνεις στην λαμαρίνα και βάζεις επάνω μια γαρνιτούρα από μπιζέλια ή σπαράγγια ή άλλη με μπεσαμελ από κρέμα γάλακτος)
- Γαρνιτούρα από μπάμιες (καθαρίζεις, βάζεις στη κατσαρόλα με αλάτι, και ξύδι, σοτάρεις βάζεις σε πλασοτέ με σάλτσα ντομάτας, ζουμί, αφήνουμε να βράσουν σκεπασμένες στο φούρνο, η εν ελλείψει επί της φωτιάς. Κατ' αυτόν τον τρόπο κάνουμε τις μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί (αφαιρούμε την φλούδα, σχίζουμε τις μελιτζάνες, γιαχνίζουμε λίγα κρεμμύδια σε λάδι, προσθέτουμε σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτες, πιπέρι, δάφνη, γεμίζουμε τις μελιτζάνες και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθάκια πλακί (κόβουμε τα κολοκυθάκια, αλατίζουμε, τα αλευρώνουμε, τα βάζουμε στη καραβάνα με μαϊντανό, σκόρδο, κατά στρώματα, προσθέτεις ντομάτα, λάδι, και ψήνονται στο φούρνο. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και οι ντομάτες)
- Από κουνουπίδι (βράζουμε το κουνουπίδι, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα. Το πανέ γίνεται ως εξής: αφού βράσεις το κουνουπίδι το στραγγίζεις, το περνάς με σάλτσα βιλερουα, το πανάρεις και το βάζεις σε πλασοτέ να πάρει χρώμα. Έτσι γίνονται οι αγκινάρες και τα μπρόκολα)
- Τιμπαλ πίττα από σπανάκι (πάστα φυλλώδη, ή πάστα φίνα, έχεις εντράδα σπανάκι προπαρασκευασμένη, τοποθετείς εντός πάστας, την κλείνεις άνωθεν, και ψήνεις στο φούρνο, συνοδεύεται με ντομάτες γεμιστές ως γαρνιτούρα ως εξής: γεμίζεις ντομάτες με φραντζόλα βρεγμένη στο γάλα, σοτάρεις κρεμμύδι, με βούτυρο ή λάδι, κόβεις 2 αυγά βρασμένα ψιλά, μαϊντανό, σκόρδο και 1 αυγό ακέραιο, γεμίζεις τις ντομάτα και ψήνεις στο φούρνο.)

Χρησιμοποίηση τω εψημένων κρεάτων και πουλερικών

- Μικρά κρουστάντ από πατάταις (πουρέ όπως για ντουσές, κόβεις σε αυγοειδές σχήμα, ψήνεις στον φούρνο, γεμίζεις το κενό με σαλπικόν από κοτόπουλο ή ψάρι, ή αστακό ή στρείδια και στο μέσο θέτεις πουρέ ή χόρτο)

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ & ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ

Κουκουνάρια

- Γαλόπουλον παραγεμιστό (το γεμίζομε με: κιμάς σοταρισμένος με κρεμμύδια, σταφίδες, κουκουνάρια, ελιές πράσινες, ρύζι, κάστανα, αρωματικά, κρασί. Γεμίζεις το γαλόπουλο, το ράβεις και το ψήνεις στη κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- Ντομάτες παραγεμιστές (ντομάτες, κρεμμύδια τα σοτάρουμε, προσθέτουμε την ψίχα από τις ντομάτες, μαϊντανό, ρύζι, γαλέτα, κουκουνάρια, σταφίδες, ζάχαρη στο εσωτερικό των ντοματών, τις γεμίζεις, προσθέτεις τα ζουμιά, λάδι, ή βούτυρο, βάζεις στο φούρνο. Όταν θα γίνουν με βούτυρο περιχύνεις με μπεσαμελ. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Καλαμαράκια γεμιστά (καβουρδίζεις το κρεμμύδι με τα πόδια των καλαμαριών σε λάδι, προσθέτεις ντομάτα, κουκουνάρια, ρύζι, μαϊντανό, με τη γέμιση αυτή γεμίζεις τα καλαμαράκια, τα βάζεις στην κατσαρόλα με λάδι, λεμόνι, και τα βάζεις στο ταψί να ψηθούν. Το ίδιο κάνεις και για τις σουπιές)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)

Κάστανα

- Γαλόπουλον παραγεμιστό
- Γαρνιτούρα από κάστανα (ψήνουμε στο φούρνο τα κάστανα, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με ζουμί, ζάχαρη, και σιγοβράζουν, συνοδεύουμε με μπεσαμελ με κρέμα)

Σταφίδες

- Γαλόπουλον παραγεμιστό
- Ντομάτες παραγεμιστές (ντομάτες, κρεμμύδια τα σοτάρουμε, προσθέτουμε την ψίχα από τις ντομάτες, μαϊντανό, ρύζι, γαλέτα, κουκουνάρια, σταφίδες, ζάχαρη στο εσωτερικό των ντοματών, τις γεμίζεις, προσθέτεις τα ζουμιά, λάδι, ή βούτυρο, βάζεις στο φούρνο. Όταν θα γίνουν με βούτυρο περιχύνεις με μπεσαμελ. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Ψάρι πλακί εις το φούρνο (καθαρίζεις, αλατίζεις 1 ψάρι, στύβεις 1 λεμόνι, κόβεις 3 κρεμμυδάκια, ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σέλινο, σκόρδο, γιαχνίζεις με λάδι, προσθέτεις σταφίδες, αφού ψηθούν τα χόρτα, βάζεις το ψάρι στο πλασοτε, το σκεπάζεις με τα χόρτα και ντομάτα πουρέ, προσθέτεις λάδι αρκετό, γαλέτα τριμμένη και ψήνεις στο φούρνο)
- Καλαμαράκια πλακί (κόβεις τα καλαμαράκια σε μικρά κομμάτια, κρεμμύδι, το καβουρδίζεις σε λάδι, ρίχνεις κρασί, ντομάτα, πουρέ, σέσκουλα, ξινήθρες, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες. Το ίδιο κάνεις και τις σουπιές)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)

Πράσινες ελιές

- Γαλόπουλον παραγεμιστό

- Ψάρι βραστό (λάδι, αλεύρι, νερό, χόρτα, λεμόνι, προσθέτεις το ψάρι, αφήνεις να βράσει, το συνοδεύεις με μια γαρνιτούρα από πατάτες και με τον ζωμό κάνεις σάλτσα Νορμανδική, η σάλτσα μαγιονέζα ή πράσινη. Κατ' αυτόν τον τρόπο κάνεις το ψάρι μαγιονέζα αφού κρυώσει το σκεπάζεις με σάλτσα μαγιονέζα, το στολίζεις με αγγουράκια, παντζάρια, κάπαρη και ελιές)
- Τιμπαλ από ελιές με πιτσούνια (ελιές πράσινες χωρίς κουκούτσι, τις γεμίζεις με φάρσα, ζεματάς με νερό, στραγγίζεις. Βουτυρώνεις μια φόρμα σαρλότ, βάζεις στο γύρω ελιές, γεμίζεις με ψαχνά από πιτσούνια ψημένα, βρέχεις με σάλτσα σκεπάζεις με φάρσα, ψήνεις σε μπαιν μαρι, περιχύνεις με σάλτσα. Για όλα τα πουλερικά ακολουθούμε την ίδια μέθοδο)

ΛΙΠΗ

Λαρδί

- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (κόντρα φιλέτο βοδινό, λαρδί, βουτυρωμένο χαρτί, ζωμό)
- Φιλέτο αιματώδες (λαρδί, φιλέτο βοός, θέτεις στο φούρνο για 25΄)

Βούτυρο

Σάλτσες

- Σάλτσα ισπανική σκούρα (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, κρασί)
- Σάλτσα βελουτέ (όπως η ισπανική, προσέχεις να μην χρωματισθεί το αλεύρι, και προσθέτεις ζωμό πουλιών)
- Σάλτσα μπεσαμελ (όπως βελουτέ, αλλά αντί για ζωμό προσθέτουμε γάλα)
- Σάλτσα γερμανική (όμοια με τη βελουτέ, αλλά προσθέτεις 2 κρόκους)
- Σάλτσα βιλερουα (όμοια με γερμανική αλλά γίνεται σφικτότερη)
- Σάλτσα ολλανδική(όμοια με γερμανική με τη διαφορά ότι προσθέτεις 3 κρόκους με χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα σουπρεμ (βούτυρο, 2-3 κουταλιές αλεύρι, ζωμό πουλερικών, στο τέλος προσθέτεις βούτυρο και χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα νορμανδική(βελουτέ, ζωμό ψαριού, ουσία στρειδιών, 2 κρόκους αυγών με λεμόνι)
- Σάλτσα ρωσική (βελουτέ, βούτυρο φρέσκο, 3 κουταλιές χρένο, ζάχαρη, ζωμό λεμονιού, άνηθο)
- Σάλτσα εαρινή (βελουτέ, ανακατεύεις με βούτυρο αλά ραβιγκοτ: κοπανίζεις μαϊντανό, εστραγκον, κρεμμυδάκι σε γουδί, 2 φιλέτα σαρδέλων, και βούτυρο φρέσκο, περνάς από σήτα, χρώμα πράσινο από σπανάκι, προσθέτεις το μείγμα στη σάλτσα)
- Σάλτσα κρέμα (μπεσαμελ, προσθέτεις στο τέλος φρέσκο βούτυρο και λεμόνι)
- Σάλτσα σαλμί (σάλτσα ισπανική, κόκαλα κυνηγίου ψημένα και κοπανισμένα, αφήνεις να βράσουν σιγανά, προσθέτεις κρασί και σερβίρεις με κυνήγι)
- Σάλτσα ζεστή και κρύα λευκή (βελουτέ με ουσία πουλιών, ιχθυόκολλα, ανακατεύεις, βάζεις στον πάγο, η σάλτσα είναι για πουλερικά)
- Σάλτσα ζεστή και κρύα ξανθή (όμοια με την ανωτέρω, αλλά αντί για σάλτσα ισπανική βάζεις βελουτέ)
- Σάλτσα χρένου (ρίζα χρενου, ψωμί τριμμένο, ζωμό κρύο, ξύδι, ζάχαρη)
- Σάλτσα γαρίδες (σάλτσα άσπρη με ζωμό ψαριού, και ζωμό στρειδιών, βούτυρο από γαρίδες, και μερικές ουρές γαρίδων, έτσι γίνεται και η σάλτσα αστακού, αλλά αντί ζωμού ψαριού, θέτουμε ουσία από κόκαλα αστακού)
- Σάλτσα βενετική (3 κρομμύδια ψιλά, σάλτσα ισπανική, ζωμό ψητού, βράζουν, ρίχνεις ξύδι και μαϊντανό)
- Σάλτσα αλά ματελό (άσπρη σάλτσα με ζωμό ψαριού, κρασί άσπρο, δεμάτι αρωματικά, βούτυρο φρέσκο και ουσία σαρδέλας)
- Σάλτσα ντομάτα(ντομάτες, βράζουνε, περνάς από τρυπητή, βούτυρο, αλεύρι, χυμό ντομάτας, ζωμό ζάχαρη)
- Φρικασέ από μοσχάρι (κόβεις το μοσχάρι σε κομμάτια, τα βάζεις στη κατσαρόλα με νερό, παίρνει βράση, χύνεις το νερό, σκεπάζεις με νερό, ρίχνεις χόρτα, αφήνεις να σιγοβράσει. Με το ζωμό κάνεις σάλτσα Γερμανική, προσθέτεις λεμόνι και περιχύνεις το κρέας. Έτσι γίνονται όλα τα είδη κρέατος)
- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (κόντρα φιλέτο βοδινό, λαρδί, βουτυρωμένο χαρτί, ζωμό)
- Εντράδα από φασόλια πράσινα ή γιαχνί (κρέας αρνιού, βούτυρο, κρεμμύδι, νερό, σιγοβράζουν, βράζουμε τα φασόλια σε άλλη κατσαρόλα με βούτυρο, τα προσθέτουμε στο κρέας με ντομάτα. Όλα τα καλοκαιρινά χόρτα παρασκευάζονται κατ' αυτόν τον τρόπον. Για τις μπάμιες και τις μελιτζάνες τελειώνεις όπως τα φασόλια)
- Εντράδα από μπιζέλια-γιαχνί (γίνεται όπως παραπάνω, στο τέλος δένεις τη σάλτσα με σάλτσα ισπανική, και δεν βάζεις ντομάτα. Το ίδιο κάνουμε για τις εντράδες από σέλινο, σπανάκι, αντίδια, κρομμυδάκια, φρέσκα μυρόνια, ραδίκια, μαρούλια.)
- Τουρεντό με σάλτσα μαδέρα (κόβεις 10 φέτες από φιλέτο βοδινό, τις κτυπάς, τις κοκκινίζεις, έχεις 10 κροκέτες από πατάτες, ή ψωμάκια τηγανισμένα. Βάζεις τις κροκέτες, έπειτα τα μπιφτεκάκια επάνω, και έπειτα κόβεις σε μέγεθος όσο τα ψωμάκια φάρσα πουλιών ψημένη στο φούρνο, τα θέτεις επάνω, τα βρέχεις με σάλτσα θέτεις στο μέσο μια γαρνιτούρα και σερβίρεις με τη σάλτσα χωριστά)
- Ντομάται παραγεμισταί (ντομάτες, σοτάρουμε τον κιμά με βούτυρο, προσθέτουμε τα 2 αυγά, κρεμμύδι, ρύζι ή ψωμί, πιπέρι, μαϊντανό, βούτυρο, γεμίζουμε τις ντομάτες με τη γέμιση και ψήνουμε στο φούρνο. Οι μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο.)
- Μελιτζάναι σκαφιδάκια (βράζουμε τις μελιτζάνες, τις ανοίγουμε, γεμίζουμε με κιμά όπως για τις ντομάτες, περιχύνουμε σάλτσα μπεσαμελ και θέτουμε στο φούρνο με βούτυρο και ντομάτα. Τα κολοκύθια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)

- Μουσακάς (μελιτζάνες, κιμάς, αυγά, τυρί, ψωμί τριμμένο, 1 κρεμμύδι, σοτάρουμε τον κιμά με ζωμό, ντομάτες και βούτυρο, ψήνεις τις μελιτζάνες ή τις τηγανίζεις, τοποθετείς κατά στρώματα και από πάνω μπεσαμελ)
- Γαλόπουλον παραγεμιστό (το γεμίζομε με: κιμάς σωταρισμένος με κρεμμύδια, σταφίδες, κουκουνάρια, ελιές πράσινες, ρύζι, κάστανα, αρωματικά, κρασί. Γεμίζεις το γαλόπουλο, το ράβεις και το ψήνεις στη κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ριζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)
- Αρνί γάλακτος ψητό (λαμβάνεις τέταρτο αρνιού, σκεπάζεις με βουτυρωμένο χαρτί βάζεις στο φούρνο ή στη σούβλα, αλείφεις από το χυμό τους, βάζεις αλάτι στο τέλος)
- κεφτέδες (κιμάς, κρεμμύδια βρασμένα, ψωμί βρεγμένο, αυγά, τυρί, πιπέρι, μαϊντανό, τηγανίζουμε)
- Κοτόπουλο αλα φινανσιέ (ξεκοκαλίζεις το κοτόπουλο, το γεμίζεις με φάρσα των πουλιών, το ράβεις, το βάζεις σε πετσέτα, το βράζεις στη χύτρα. Συνοδεύεται με σάλτσα Γερμανική)
- Κοτόπουλο με ρύζι (σκεπάζεις με ζωμό στη χύτρα, βράζει, κανείς ριζότο με ζωμό και τελειώνεις με σάλτσα που θα κανείς επίσης με ζωμό)
- Σαλμί από μπεκάτσαις (σοτάρεις τις μπεκάτσες με βούτυρο, προσθέτεις ισπανική σάλτσα κρασί μαύρο, με τα εντόσθια σχηματίζεις πουρέ, και τον τοποθετείς πάνω σε ψημένα ψωμάκια. Για όλα τα πτηνά μεταχειριζόμεθα αυτή τη μέθοδο, πλην των εντοσθίων)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσαν σουπρέμ (βάζεις τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα στο ταψί, και τα ψήνεις σκεπάζοντάς τα με χαρτί. Με τα περισσεύματα κάνεις σάλτσα σουπρέμ, αλείφεις μια φόρμα με βούτυρο, τη στολίζεις με τρούφες, την γεμίζεις με φάρσα των κινελίων και την βάζεις σε μπαιν-μαρι. Αναποδογυρίζεις τη φόρμα, σερβίρεις με τα φιλέτα κυκλοειδώς, περιχύνεις με σάλτσα)
- Κοτόπουλο με ντομάταις (2 κοτόπουλα, κοκκινίζεις, σβήνεις με κρασί άσπρο, προσθέτεις ισπανική σάλτσα, ζουμί, βάζεις στο φούρνο, προσθέτεις 15 ντομάτες χωρίς φλοιούς και σπόρια, ψήνεις στο φούρνο. Έτσι παρασκευάζονται όλα τα πουλερικά)
- Σουφλέ από κοτόπουλο (φάρσα από κοτόπουλα ψημένη μέσα σε κρέμα, προσθέτουμε σε μαρέγκα ασπράδια αυγών, αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, τη γεμίζουμε με φάρσα, ψήνουμε σε μπαιν-μαρί στο φούρνο, περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ από πάνω και χωριστά)
- Τουρεντό με σάλτσα μαδέρα (κόβεις 10 φέτες από φιλέτο βοδινό, τις κτυπάς, τις κοκκινίζεις, έχεις 10 κροκέτες από πατάτες, ή ψωμάκια τηγανισμένα. Βάζεις τις κροκέτες, έπειτα τα μπιφτεκάκια επάνω, και έπειτα κόβεις σε μέγεθος όσο τα ψωμάκια, φάρσα πουλιών ψημένη στο φούρνο, τα θέτεις επάνω, τα βρέχεις με σάλτσα θέτεις στο μέσο μια γαρνιτούρα και σερβίρεις με τη σάλτσα χωριστά)
- Τιμπαλ των πουλιών (αλείφεις μια φόρμα με βούτυρο, σκεπάζεις με φάρσα, γεμίζεις το κενό με σαλπικόν βασιλικό, βάζεις το σαρλότο σε μπαιν-μαρί και ψήνεις στο φούρνο. Περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ)
- Σαλπικόν (συκωτάκια των πουλιών, φιλέτα των πουλιών, γλυκάδια και μανιτάρια. Όλα αυτά είναι ψημένα, κομμένα σε μικρά κομμάτια και ανακατεμένα με μπεσαμελ. Αναφέρεται ως ορεκτικό ζεστό)
- Σαρτρέζ με πιτσούνια (κόβεις μικρά μπαστουνάκια καρότα, ρέβες, βράζεις χωριστά, τα αφήνεις να στραγγίσουν, βουτυρώνεις μια φόρμα, βάζεις βουτυρωμένο χαρτί, τοποθετείς 1 σειρά καρότα, 1 σειρά ρέβες και γεμίζεις την σαρλότ και αλείφεις με φάρσαν. Τοποθετείς 1 σειρά λάχανο μπριζέ, 4 πιτσούνια τα ψαχνά τους ψημένα, σκεπάζεις με φάρσα, και ψήνεις όπως το τιμπαλ των πουλιών, περιχύνεις με σάλτσα, συνοδεύεις με γαρνιτούρα από μαρούλια)
- Τιμπαλ από ελιές με πιτσούνια (ελιές πράσινες χωρίς κουκούτσι, τις γεμίζεις με φάρσα, ζεματάς με νερό, στραγγίζεις. Βουτυρώνεις μια φόρμα σαρλότ, βάζεις στο γύρω ελιές, γεμίζεις με ψαχνά από πιτσούνια ψημένα, βρέχεις με σάλτσα σκεπάζεις με φάρσα, ψήνεις σε μπαιν μαρι, περιχύνεις με σάλτσα. Για όλα τα πουλερικά ακολουθούμε την ίδια μέθοδο)
- Τιμπάλ από ρύζι (ριζότο, προσθέτεις βούτυρο και παρμεζάνα, γεμίζεις μια βουτυρωμένη σαρλοτ ολόγυρα με ρυζότο, στη μέση βάζεις πουλί ψητό ή άλλο κρέας, και σκεπάζεις με ρύζι, φυλάγεις στη ζέστη, όταν σερβίρεις περιχύνεις με σάλτσα ολλανδική)
- Τιμπαλ από μακαρόνια (αλείφεις μια σαρλοτ με βούτυρο, σκεπάζεις με πάστα φυλλώδη, γεμίζεις με μακαρόνια βρασμένα και ανακατωμένα με μπεσαμελ, παρμεζάνα, 3 κρόκους, βούτυρο, άσπρα του πουλιού, σκεπάζεις το τιμπαλ με πάστα φυλλώδη και ψήνεις στο φούρνο. Το τιμπαλ με νουλ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο. Αντί πουλί δυνάμεθα να χρησιμοποιήσουμε κιμά καβουρδισμένο με λίγη ντομάτα)
- Μικρά τιμπαλ των πουλιών (φάρσα ωμή, γεμίζεις 12 μικρά τιμπαλ, σκεπάζεις με χαρτιά αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις στο φούρνο σε μπαιν-μαρι, σερβίρεις με σάλτσα σουπρέμ)
- Μικρά μπουσσέ (κόβεις μερικά στρογγυλά με κουπ-κατ από πάστα φυλλώδη, αλείφεις με αυγό, ψήνεις στο φούρνο, τα γεμίζεις με σαλπικον, δύνασαι να τα σερβίρεις με γέμιση από στρείδια, ή από ψάρι ή από βούτυρο σαρδέλας)
- Μικρά κασολέτ με ορτύκια (ξεκοκαλίζεις τα ορτύκια, τα γεμίζεις με φάρσα κινελίων. Τα σοτάρεις με βούτυρο, τα βρέχεις με κρασί και ζωμό, αλείφεις τα κασολετ με βούτυρο και με φάρσα γκρατεν και βάζεις σε

κάθε κασολετ 1 ορτύκι, βρέχεις με σάλτσα σαλμί και βάζεις στο φούρνο. Τα κασολετ με κοτσύφια με τσίχλες, με γλυκάδια γίνονται παρομοίως. Η φάρσα κινελίων αποτελείτε από 100δρ. κρέας λευκό η πουλερικών, περασμένο από μηχανή 2 φορές, με 2 κρόκους και κρέμα γάλακτος)

- Μικρά δαριόλ των πουλιών (αλείφεις με βούτυρο 10 φορμίτσες δαριόλ, γεμίζεις με φάρσα των πουλιών, τοποθετείς σε μπαιν-μαρι για αν ψηθούν)
- Μικρά κρουστάντ από ρύζι (βράζεις ρύζι με γάλα, παρμεζάνα, κρόκους, κόβεις σχήμα επίμηκες, παναρεις, τηγανίζεις ή βάζεις στο φούρνο, σερβίρεις με σαλπικον. Δίδονται και με αυγά μπρουλλιε.)
- Κοτολέτες από κοτόπουλο βιλερουά (ετοιμάζεις φάρσα από ψημένο πούλι, αλείφεις βούτυρο φορμιτσες για κοτολέτες, τις γεμίζεις, ψήνεις σε μπαιν-μαρί, όταν κρυώσουν αλείφεις με σάλτσα βιλερουα, πανάρεις σε αυγό και ψωμί τηγανίζεις)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά βιλερουά (τηγανίζουμε τα φιλέτα των πουλιών, αφού κρυώσουν τα βουτάμε σε σάλτσα βιλερουά, κατόπιν σε ψωμί τριμμένο, αυγό και ψωμί πάλι, τηγανίζουμε σε βούτυρο ή πάχος)
- Κροκέτα των πουλιών (κόβεις διάφορα περισσεύματα πουλιών ψημένων σε τεμάχια, προσθέτεις σάλτσα γερμανική, πλάθεις σε σχήμα φελλού, πανάρεις και τηγανίζεις σε φριτούρα. Προτιμότερο είναι να τοποθετήσεις σε φόρμα ειδική αυλακοειδή, αλίμενα με βούτυρο και κα τα ψήσεις στο φούρνο. Για να αποφύγουμε τα *τηγανιτά τα τόσο επιβλαβή*. Κροκέτες παρασκευάζουμε από ψημένα κρέατα και πουλερικά, από αυγά και από ψάρια)
- Μπρισοτίν (αλείφεις 10 φόρμες κοτολέτας, γεμίζεις με φάρσα αλά κρέμ, ψήνεις σε μπαιν-μαρί, σοτάρεις με σάλτσα βιλερουά και τηγανίζεις. Η φάρσα αλά κρεμ γίνεται από διάφορα περισσεύματα πουλερικών ψημένων. Κατά αυτόν τον κάνεις και τα μπουτέν, τα κόβεις με 1 κουτάλι,, επίμηκες και τα κάνεις ποσέ σε ζωμό, τα τηγανίζεις στο τέλος.)
- Ορτύκια της εσχάρας (σχίζεις την ράχη, τα κτυπάς με τον μπάτη, τυλίγεις σε γαλέτα βρέχεις με βούτυρο, αραδιάζεις στη σχάρα, και ψήνεις σε σιγανή φωτιά)
- Ψάρι του φούρνου (φέτα ψαριού, στο ταψί με βούτυρο, βρέχεις με κρασί, σκεπάζεις με χαρτί και βάζεις στο φούρνο. Σερβίρεις με πατάτες ή ελιές, κατ' αυτόν τον τρόπον κάνεις και τα φιλέτα των ψαριών)
- Ψάρι ω-γκρατεν (κάνεις ψάρι βραστό, στρώνεις χαρτί αδιάβροχο, επί λαμαρίνας, ξεκοκαλίζεις το ψάρι εντελώς, του δίδεις την πρώτη μορφή του, το σκεπάζεις με σάλτσα βιλερουά, προσθέτεις τυρί και ψωμί τριμμένο, και το βάζεις στο φούρνο να πάρει χρώμα, σερβίρεις με σάλτσα γερμανική και πατάτες ντουσές)
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού (κοπανίζεις 100 δράμια ψάρι, το περνάς από σήτα, ρίχνεις βούτυρο, 1 αυγά, 2 κρόκους, *ανθόγαλα,* αλείφεις την φόρμα δια κοτολέτες με βούτυρο, τις γεμίζεις, τις ψήνεις σε μπαιν-μαρί, επί 1 τέταρτο, σχηματίζεις την κοτολέτα με πλαστό χέρι, με τα περισσεύματα του ψαριού κάνεις ζωμό και ετοιμάζεις σάλτσα γερμανική. Έτσι κάνεις και κοτολέτες βιλερουά, τις επαλείφεις με σάλτσα βιλερουα, τις βουτάς σε αυγό και ψωμί τριμμένο, τις τηγανίζεις με βούτυρο και τις βάζεις σε θερμό φούρνο)
- Κογχύλια του ψαριού–*χρησιμοποίηση ψημένων κρεάτων και πουλερικών* (γεμίζεις τα κογχύλια με ψαχνά ψαριού βρασμένα, προσθέτεις μπεσαμελ, ψωμί και τυρί τριμμένο, βούτυρο, θέτεις στο φούρνο. Από κοτόπουλα από στρείδια, από μυαλά παρασκευάζονται κογχύλια με αυτόν τον τρόπο, καθώς και από γλυκάδια)
- Μικρά κρουστάντ από πατάταις (πουρέ όπως για ντουσές, κόβεις σε αυγοειδές σχήμα, ψήνεις στον φούρνο, γεμίζεις το κενό με σαλπικόν από κοτόπουλο ή ψάρι, ή αστακό ή στρείδια και στο μέσο θέτεις πουρέ ή χόρτο)
- Μικρά κασολετ από φιλέτα μπαρμπουνιών (βάζεις στο ταψί 10 φιλέτα μπαρμπουνιών με βούτυρο και λεμόνι, σκεπάζεις με χαρτί, τα ψήνεις. Ετοιμάζεις φάρσα ψαριού, τα συκωτάκια των ψαριών και λίγη ουσία σαρδέλας, γεμίζεις 10 κασολετ αλευρωμένα με βούτυρο με φάρσα, 1 φιλέτο ψαριού και βελουτέ, και ψήνεις στο φούρνο)
- Αστακός ω-γκρατεν (αφού βράσεις τον αστακό, διαιρείς σε μικρά κομμάτια, τα θέτεις σε μπεσαμελ, ψωμί τριμμένο, βούτυρο, βάζεις στο φούρνο να πάρει χρώμα και γαρνίρεις με τα πόδια του. Οι γαρίδες γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Κοτολέται αστακού(βράζεις τον αστακό, τον καθαρίζεις, τον κόβεις σε κομμάτια, δίνεις σχήμα κοτολέτα με 1 πόδι αστακού, τις πανάρεις σε μπεσαμελ και τις τηγανίζεις, συνοδεύεις με σάλτσα αστακού ζεστή: κοπανίζεις τα κόκαλα του αστακού, ετοιμάζεις βελουτέ, προσθέτεις ουσία αστακού και σερβίρεις)
- Αστακός κατά τρόπον Αμερικάνικον (καβουρδίζεις κρεμμύδι με λάδι, κόβεις τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλα του, τηγανίζει ε φωτιά δυνατή, ρίχνεις κρασί άσπρο, ισπανική σάλτσα, πουρέ ντομάτας, ζωμό, πιπέρι καγιέν, αφήνεις να βράσει. Οι γαρίδες γίνονται παρομοίως)
- Γαρνιτούρα από μαρούλια (καθαρίζουμε τα σκληρά, σοτάρουμε στο ατμό, ετοιμάζουμε γέμιση ως εξής, σοτάρουμε κρεμμύδι, φραντζόλα βρεγμένη με γάλα, μαϊντανό, 1 αυγό βρασμένο κομμένο ψιλά, 1 ωμό αυγό, γεμίζουμε τα μαρούλια, βάζουμε να βράσουν με ζωμό χόρτων και περιχύνουμε με σάλτσα κρέμαν. Για όλα τα φυλλώδη λαχανικά κάνουμε ωσαύτως)
- Αυγά ποσέ (εντός αγγείου νερό με αλάτι να βράσει, σπάζεις τα αυγά στο νερό, το οποίο πρέπει να τα σκεπάζει, τα αφήνεις να βράσουν 4 λεπτά τα σερβίρεις επάνω σε ψωμάκια, και συνοδεύεται με πουρέ η σάλτσα γερμανική)
- Αυγά γεμιστά (10 αυγά βραστά, ανοίγεις με κουταλάκι, κοπανίζεις τους κρόκους με βούτυρο, σαρδέλα, μαϊντανό, γεμίζεις τα αυγά, τα σερβίρεις με βούτυρο)

- Αυγά γεμιστά Ρωσσικά (10 αυγά σφιχτά, ανοίγεις, κοπανίζεις ψαχνά από 3 σαρδέλες με τους κρόκους, γεμίζεις με σαλπικόν από τεμάχια αστακού, ανακατωμένα με πουρέ της σαρδέλας, τα βάζεις να ζεσταθούν)
- Αυγά ω-μουσελίν (10 σφιχτά αυγά, αφαιρείς τους κρόκους, διατηρείς ακέραια τα ασπράδια, κοπανίζεις τους κρόκους, προσθέτεις βούτυρο και κρέμα γάλακτος, τρούφα, κάνεις πολτό και γεμίζεις τα ασπράδια, στολίζεις ένα σαρλοτ με ζελέ και τρούφες, θέτεις τα αυγά συμπληρώνοντας τα κενά με κρέμα, κλείνεις την φόρμα ερμητικά και την βάζεις στον πάγο με αλάτι επί 1 ώρα)
- Αυγά μπρουλλιέ-σφουγγάτα (διαχωρίζεις 6 κρόκους από ασπράδια, κτυπάς τα ασπράδια σε μαρέγκα, ενώνεις τους κρόκους, βάζεις βούτυρο στην κατσαρόλα, ανακατώνεις τα αυγά, αφού αρχίζουν να σφίγγουν, ανακατώνεις με κουτάλι, προσθέτεις παρμεζάνα, βούτυρο, κα κρουτόν)
- Αυγά ομελέτα (ψήνεις 2 ντομάτες κομμένες χωρίς φλούδια και σπόρους στο τηγάνι, προσθέτεις τα αυγά, και τηγανίζεις σε ομελέτα. Ο τρόπος αυτός γίνεται και με τα μπιζέλια. Επίσης έτσι γίνεται ομελέτα με συκωτάκια πουλιών, με χοιρομέρι, με σπαράγγια, κτλ)
- Αυγά σουφλέ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα, τυρί Βιτσέρης, 3 αυγά τα λευκά για μαρέγκα, 10΄ψήσιμο στο φούρνο)
- Μικρά τιμπαλ από κρέμα ρουαγιάλ (σπάζεις, 5 αυγά, βούτυρο, παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, με αυτό το μείγμα γεμίζεις τα φορμάκια αλειμμένα με βούτυρο, βάζεις σε μπαιν-μαρι,)
- Βάση της σούπας (αλεύρι, γάλα, βούτυρο, ζωμό, 2 κρόκους)
- Πουρέ από πατάτες (βράζεις πατάτες, περνάς από σίτα, βάζεις με βούτυρο στη κατσαρόλα λίγο γάλα, ανακατώνεις με ξύλινο κουτάλι)
- Πάστα νουλ (αλεύρι, 3 αυγά βούτυρο Μιλάνου, κάνεις την πάστα, την ανοίγεις με το παστόξυλο, κόβεις το νουλ ως φιδέ, χονδρό, και παρασκευάζεις όπως τα μακαρόνια)
- Ετοιμάζεις πάστα νουλ, έχεις φάρσα από ψαχνά του πουλιού, συκωτάκια ή μυαλό, τα κοπανίζεις, προσθέτεις παρμεζάνα, 2 κρόκους, θέτουμε τη φάρσα επί της πάστας, αλείφουμε με αυγό, τη διπλώνουμε, την κολλάμε κόβουμε τα ραβιόλια. Τα βράζουμε σε ζεστό νερό, και ετοιμάζουμε όπως τα μακαρόνια)
- Πάστα αφλάν (αλεύρι, βούτυρο Μιλάνου, νερό, αλάτι, 4 κρόκους, εάν πρόκειται για γλύκισμα, προσθέτεις ζάχαρη)
- Ταρτελετ με τυρί (πάστα φίνα, γεμίζεις 10 φόρμες ταρταλετ, ετοιμάζεις γέμιση από λίγο παρμεζάνα, βούτυρο, καγιεν, 2 κρόκους, και γεμίζεις το κενό μέρος. Βάζεις ταρταλέτα στο φούρνο.)
- Πολέντα (νερό, σιμιγδάλι από αραβόσιτο, βούτυρο, παρμεζάνα, αφού βράσει, γεμίζεις μια φόρμα και την αφήνεις στο φούρνο, σερβίρεις με γέμιση από πούλι με σάλτσα ισπανική ή και κιμάς με σάλτσα ντομάτα)
- Μακαρόνια ω γκρατέν (βράζεις μακαρόνια, στραγγίζεις, βούτυρο Μιλάνου, παρμεζάνα, μπεσαμελ, θέτεις σε πιάτο, προσθέτεις τυρί, ψωμί τριμμένο, βούτυρο και ψήνεις στο φούρνο. Συνήθως παραλείπουμε μπεσαμελ και προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Πιλάφι (βράζεις το ρύζι με ζωμό, προσθέτεις βούτυρο)
- Γαρνιτούρα από κάστανα (ψήνουμε στο φούρνο τα κάστανα, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με ζουμί, ζάχαρη, και σιγοβράζουν, συνοδεύουμε με μπεσαμελ με κρέμα)
- Γαρνιτούρα από σπαράγγια (μπεσαμελ με κρέμα, βράζουμε τα σπαράγγια, θέτουμε τα σπαράγγια πάνω σε πάστα του μπισκουι ω παρμεζαν ή πάστα ψημένη φλαν, κατά αυτόν τον τρόπον γίνονται τα μπιζέλια, τα φασόλια τα καρότα, τα νέα κουκιά)
- Χόρτον από φασόλια πράσινα (σοτάρεις τα φασόλια με βούτυρο, όταν θα τα σερβίρουμε για δίαιτα φυτοφαγίας τα συνδυάζουμε με κομπόστα από ντομάτες και κρετόνια. Το ίδιο κάνουμε και για τα καρότα, τα κολοκυθάκια και το σπανάκι)
- Γαρνιτούρα από σέλινο (σέλινο, σοτάρουμε με βούτυρο και νερό, ζωμό κρέατος ή φυτικό και κάνεις σάλτσα βελουτέ και σερβίρεις)
- Γαρνιτούρα από αγκινάρες (βράζουμε σε νερό με λεμόνι, σχηματίζεις βελουτέ και τις αφήνεις να βράσουν, τις σερβίρεις με σάλτσα γερμανική με λεμόνι)
- Γαρνιτούρα από κρομμυδάκια (σοτάρεις τα κρεμμυδάκια με βούτυρο, ζάχαρη, ζωμό κρέατος ή φυτικό και γλασάρονται)
- Γαρνιτούρα από λάχανο (λάχανο ψιλό, βούτυρο, ζωμό κρέατος ή χόρτων, μπεσαμελ)
- Μασεντουάν (όλα τα χόρτα άνευ φύλλων, κόβεις σε τετράγωνα, βράζεις το καθένα χωριστά, σοτάρεις σε βούτυρο, προσθέτεις μπεσαμελ, και κρουτόνια από πάστα φυλλώδη. Η γαρνιτούρα ζαρδινιερ γίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο, μόνο διατηρούμε έκαστο είδος χωριστά επί της πιατέλας)
- Πουρέ από πατάτες (βράζεις πατάτες, περνάς από σήτα, βάζεις με βούτυρο στη κατσαρόλα λίγο γάλα, ανακατώνεις με ξύλινο κουτάλι)
- Πουρέ από κουκιά (βράζεις κουκιά φρέσκα ξεφλουδισμένα, περνάς από σήτα, προσθέτεις μπεσαμελ με κρέμα και στο γύρω κρουτόνια από πάστα φίνα ή του μπισκουι ω παρμεζαν. Έτσι κάνουμε για όλους τους πουρέδες)
- Εντράδα από σέλινο(καθαρίζεις τις ρίζες από σέλινο, σοτάρεις με βούτυρο, προσθέτεις ζωμό φυτικό, περιχύνεις με σάλτσα γερμανική με λεμόνι. Τα αντίδια και τα σπανάκια γίνονται έτσι.)
- Ντομάτες κομπόστα (καθαρίζεις τις ντομάτες από τους φλοιούς και τους σπόρους, τις βάζεις στο ταψί, προσθέτεις βούτυρο, ζάχαρη και αλάτι και ψήνεις έως ότου απορροφηθούν τα υγρά)
- Αγκινάρες ω γκρατεν (αφού βράσουν , κάνεις πατάτες ντουσές, κόβεις σε σχήματα στρογγυλά, ψήνεις στο φούρνο, προσθέτεις από πάνω τις αγκινάρες και μπεσαμελ, πανάρεις με ψωμί, τυρί και βούτυρο και βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα. Κατ' αυτόν τον τρόπο σχηματίζονται όλα τα λαχανικά)

- Τιμπάλ από αγκινάρες (βράζεις τις αγκινάρες εντός σάλτσας, πάστα φυλλώδη, περιτριγυρίζεις την φόρμα του τιμπάλ, ετοιμάζεις σάλτσα βιλερουα με παρμεζάνα και κρέμα γάλακτος. Τοποθετούμε τις αγκινάρες, έπειτα την σάλτσα και σκεπάζει το τιμπαλ με πάστα και ψήνεις στο φούρνο. Κατά αυτόν τον τρόπο κάνουμε τα μπιζέλια, τα σπαράγγια, τα καρότα, τα φασόλια, τα κουνουπίδια. Αντί για πάστα φυλλώδη, μπορούμε να μεταχειρισθούμε και πάστα φλαν)
- Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια (βράζεις τα κολοκυθάκια, τοποθετείς σε πλασοτε, με βούτυρο, τυρί παρμεζάνα και ψήνουμε στο φούρνο. Μπορούμε να περιχύσουμε με σάλτσα γερμανική, με κρέμα, με κρετόνια από πάστα φυλλώδη)
- Πατάτες ω γκρατεν (σάλτσα βιλερουά με παρμεζάνα, βράζεις πατάτες, τις κόβεις στη μέση και γεμίζεις με σάλτσα, πανάρεις, βάζεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα, σερβίρεις με πουρέ σπανάκι ή άλλο)
- Κροκέτες από πατάτες (πάστα ντουσές από πατάτες με κρέμα μέσα, πανάρεις, θέτεις στο φούρνο να πάρουν χρώμα, βρέχεις με βούτυρο, συνοδεύονται με λαχανώδεις γαρνιτούρες. Προς αποφυγήν του τηγανίσματος μεταχειριζόμαστε τον φούρνο)
- Γαρνιτούρα ντουσές (πουρέ πατάτες όπως για τις κροκέτες, κόβεις με ένα κουπ-πατ πολύ λεπτά, ψήνεις στην λαμαρίνα και βάζεις επάνω μια γαρνιτούρα από μπιζέλια ή σπαράγγια ή άλλη με μπεσαμελ από κρέμα γάλακτος)
- Από κουνουπίδι (βράζουμε το κουνουπίδι, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμελ με κρέμα. Το πανέ γίνεται ως εξής: αφού βράσεις το κουνουπίδι το στραγγίζεις, το περνάς με σάλτσα βιλερουα, το πανάρεις και το βάζεις σε πλασοτέ να πάρει χρώμα. Έτσι γίνονται οι αγκινάρες και τα μπρόκολα)

Λάδι

- Σάλτσα ταρταρ (σάλτσα μαγιονέζα, κρεμμυδάκια, κάπαρη, αγγουράκια, μαϊντανό)
- Σάλτσα μαγιονέζα (κρόκους αυγών, ξίδι, λάδι, λεμόνι, μουστάρδα, αλάτι)
- Μεσόπλευρον μπριζόλας αρνιού εσχάρας (βουτάς τις μπριζόλες σε λάδι και ψήνεις στη σχάρα)
- Ψάρι βραστό (λάδι, αλεύρι, νερό, χόρτα, λεμόνι, προσθέτεις το ψάρι, αφήνεις να βράσει, το συνοδεύεις με μια γαρνιτούρα από πατάτες και με τον ζωμό κάνεις σάλτσα Νορμανδική, η σάλτσα μαγιονέζα ή πράσινη. Κατ' αυτόν τον τρόπο κάνεις το ψάρι μαγιονέζα αφού κρυώσει το σκεπάζεις με σάλτσα μαγιονέζα, το στολίζεις με αγγουράκια, παντζάρια, κάπαρη και ελιές)
- Ψάρι μπουγιαμπέσα (κρεμμύδια, διάφορα χόρτα, σκόρδο, μαϊντανό, λάδι, ντομάτες, πατάτες σε τεμάχια, σβήνεις με κρασί αφού βράσουν, προσθέτεις αρκετό νερό, ζαφορά και ακολούθως τα ψάρια. Όσα περισσότερα είδη ψαριών τόσο καλύτερα. 10 ΄βράση αρκεί, στύβεις λεμόνι κόβεις φέτες ψωμιού στη σουπιέρα και σερβίρεις)
- Λαβράκι της σχάρας (το βρέχεις με λάδι και λεμόνι και το ψήνεις στη σχάρα και από τις δύο μεριές. Έπειτα το περιχύνεις με σάλτσα από λάδι και λεμόνι και μαϊντανό. Τα μπαρμπούνια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο, τα τυλίγεις μόνο σε χαρτί τα αφήνεις 10΄από το ένα μέρος και 10΄από το άλλο, και τα σερβίρεις με το χαρτί)
- Ψάρι πλακί εις το φούρνο (καθαρίζεις, αλατίζεις 1 ψάρι, στύβεις 1 λεμόνι, κόβεις 3 κρεμμυδάκια, ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σέλινο, σκόρδο, γιαχνίζεις με λάδι, προσθέτεις σταφίδες, αφού ψηθούν τα χόρτα, βάζεις το ψάρι στο πλασοτε, το σκεπάζεις με τα χόρτα και ντομάτα πουρέ, προσθέτεις λάδι αρκετό, γαλέτα τριμμένη και ψήνεις στο φούρνο)
- Καλαμαράκια γεμιστά (καβουρδίζεις το κρεμμύδι με τα πόδια των καλαμαριών σε λάδι, προσθέτεις ντομάτα, κουκουνάρια, ρύζι, μαϊντανό, με τη γέμιση αυτή γεμίζεις τα καλαμαράκια, τα βάζεις στην κατσαρόλα με λάδι, λεμόνι, και τα βάζεις στο ταψί να ψηθούν. Το ίδιο κάνεις και για τις σουπιές)
- Καλαμαράκια πλακί (κόβεις τα καλαμαράκια σε μικρά κομμάτια, κρεμμύδι, το καβουρδίζεις σε λάδι, ρίχνεις κρασί, ντομάτα, πουρέ, σέσκουλα, ξινήθρες, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες. Το ίδιο κάνεις και τις σουπιές)
- Αστακός κατά τρόπον Αμερικάνικον (καβουρδίζεις κρεμμύδι με λάδι, κόβεις τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλα του, τηγανίζει ε φωτιά δυνατή, ρίχνεις κρασί άσπρο, ισπανική σάλτσα, πουρέ ντομάτας, ζωμό, πιπέρι καγιέν, αφήνεις να βράσει. Οι γαρίδες γίνονται παρομοίως)
- χαβιαροσαλάτα (κρεμμυδάκι στο γουδί με αλάτι, κοπανίζεις, ρίχνεις 1 πατάτα βρασμένη κρύα, χαβιάρι, ψωμί βρεγμένο στυμμένο, κοπανίζεις μέχρι να γίνει αλοιφή, προσθέτεις λάδι και ξύδι , λεμόνι, εξακολουθείς λάδι μέχρι να βάλεις 100 δρ. λάδι.)
- Τιμπαλ πίττα από σπανάκι (πάστα φυλλώδη, ή πάστα φίνα, έχεις εντράδα σπανάκι προπαρασκευασμένη, τοποθετείς εντός πάστας, την κλείνεις άνωθεν, και ψήνεις στο φούρνο, συνοδεύεται με ντομάτες γεμιστές ως γαρνιτούρα ως εξής: γεμίζεις ντομάτες με φραντζόλα βρεγμένη στο γάλα, σοτάρεις κρεμμύδι, με βούτυρο ή λάδι, κόβεις 2 αυγά βρασμένα ψιλά, μαϊντανό, σκόρδο και 1 αυγό ακέραιο, γεμίζεις τις ντομάτα και ψήνεις στο φούρνο.)
- Ερέβινθοι (για το μαγείρεμά τους, πρέπει να γίνει προηγουμένως λυσίβα (στάκτη: νερό και 4 κουταλιές τέφρα.) βάζουμε τα ρεβιθιά σε πήλινη χύτρα, επιχύνουμε την λυσίβα, αφήνουμε 2 ώρες, για να ξεφλουδίσουν και τα βράζουμε. Εξαφρίζουμε, προσθέτουμε κρεμμύδια και λάδι, σερβίρουμε με λεμόνι)
- Φασόλια ξηρά (μένουν στο νερό επί 1 ώρες, τα βάζουμε να βράσουν με χορταρικά, όταν απορροφήσουν το πρώτο νερό, προσθέτουμε δεύτερο, και στο τελευταίο βάζουμε αλάτι. Τα όσπρια γιαχνιστά γίνονται ως εξής: αφού τα βράσουμε, κόβουμε 2 κρεμμύδια, γιαχνίζουμε με λάδι, προσθέτουμε τα όσπρια, χυμό ντομάτας, ζωμό χόρτων, αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Ντολμάδες από λάχανο (ζεματίζεις ένα λάχανο, σοτάρεις κρεμμύδια, προσθέτεις λίγο λάχανο, χόρτα ψιλά, μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, σταφίδες, κουκουνάρια, ρύζι, τα τυλίγεις, προσθέτεις ζωμό χόρτων, και βούτυρο ή

λάδι, και αφήνεις να βράσουν. Αν βάλεις βούτυρο, περιχύνεις με μπεσαμελ ή κρέμα. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται οι ντουλμάδες με κληματόφυλλα και με πουράντζαις)

- Εντράδα από φασόλια πράσινα (2 κρεμμύδια, σοτάρεις σε ζεστό νερό, κατόπιν προσθέτεις βούτυρο ή λάδι, κοκκινίζεις, προσθέτεις τα φασόλια να μαραθούν με τον ατμό, προσθέτεις βούτυρο ή λάδι, και βρέχεις με ζεστό νερό, όταν μισοψηθούν, προσθέτεις ντομάτες. Ένα είναι λαδερά, είναι καλύτερα κρύα. Τα κολοκύθια και οι μελιτζάνες γίνονται έτσι, οι μελιτζάνες σωτάρονται.)
- Εντράδα διάφορη (καθαρίζεις διάφορα χόρτα, καρότα, ρέβες, φασόλια, πατάτες, σοτάρεις δια του ατμού, προσθέτεις ζωμό φυτικό και ντομάτες χωρίς φλοιούς, σιγοβράζουν, δύνασαι να μεταχειρισθείς βούτυρο ή λάδι)
- Ραγού από αγκινάρες και κουκιά (σοτάρεις κρεμμύδι, προσθέτεις τα κουκιά, λάδι, προσθέτεις αγκινάρες με λεμόνι, κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο, σκεπάζεις με νερό και αφήνεις να βράσουν. Σερβίρεις κρύα.)
- Ντομάτες παραγεμιστές (ντομάτες, κρεμμύδια τα σοτάρουμε, προσθέτουμε την ψίχα από τις ντομάτες, μαϊντανό, ρύζι, γαλέτα, κουκουνάρια, σταφίδες, ζάχαρη στο εσωτερικό των ντοματών, τις γεμίζεις, προσθέτεις τα ζουμιά, λάδι, ή βούτυρο, βάζεις στο φούρνο. Όταν θα γίνουν με βούτυρο περιχύνεις με μπεσαμελ. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Μελιτζάναι βαρκάκια (κόβουμε στη μέση, βράζουμε, ανοίγουμε, ετοιμάζουμε γέμιση γιαχνίζοντας κρεμμύδια, προσθέτουμε ντομάτες, την ψίχα από τις μελιτζάνες, ψήνονται με βούτυρο ή λάδι, προσθέτουμε τυρί, αυγά, γεμίζουμε, περιχύνουμε με σάλτσα κρέμα και γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο. Τα κολοκυθάκια γίνονται κατ' αυτόν τον τρόπο)
- Γαρνιτούρα από μπάμιες (καθαρίζεις, βάζεις στη κατσαρόλα με αλάτι, και ξύδι, σοτάρεις βάζεις σε πλασοτέ με σάλτσα ντομάτας, ζουμί, αφήνουμε να βράσουν σκεπασμένες στο φούρνο, η εν ελλείψει επί της φωτιάς. Κατ' αυτόν τον τρόπο κάνουμε τις μελιτζάνες και τα κολοκυθάκια)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί (αφαιρούμε την φλούδα, σχίζουμε τις μελιτζάνες, γιαχνίζουμε λίγα κρεμμύδια σε λάδι, προσθέτουμε σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτες, πιπέρι, δάφνη, γεμίζουμε τις μελιτζάνες και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθάκια πλακί (κόβουμε τα κολοκυθάκια, αλατίζουμε, τα αλευρώνουμε, τα βάζουμε στη καραβάνα με μαϊντανό, σκόρδο, κατά στρώματα, προσθέτεις ντομάτα, λάδι, και ψήνονται στο φούρνο. Κατ' αυτόν τον τρόπο γίνονται οι μελιτζάνες και οι ντομάτες)

ΠΑΧΟΣ

- Πάστα φυλλώδη (αλεύρι, νερό, αλάτι, πάχος περασμένο από μηχανή του κρέατος, ανοίγεις την πάστα, προσθέτεις το πάχος, διπλώνεις για να σκεπασθεί, ανοίγεις την πάστα σε σχήμα μακρουλό, την διπλώνεις σε 3 μέρη, και εξακολουθείς πεντάκις, η πάστα αυτή χρησιμεύει για βολοβάν, πετι πατέ, μπουσσέ, ταρταλέτας)

- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά βιλερουά (τηγανίζουμε τα φιλέτα των πουλιών, αφού κρυώσουν τα βουτάμε σε σάλτσα βιλερουά, κατόπιν σε ψωμί τριμμένο, αυγό και ψωμί πάλι, τηγανίζουμε σε βούτυρο ή πάχος)

Παράρτημα 4: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Βιτσικουνάκη Α, 1925

ΝΕΑ ΟΙΚΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΤΟΠΟΙΙΑ ΑΛΕΞ ΒΙΤΣΙΚΟΥΝΑΚΗ ΑΘΗΝΑ 1925

ΖΩΜΟΙ

- Κατασκευή του ζωμού (2 είδη κρέατος, βοδινού και όρνιθας ή γαλοπούλας)
- Κονσομέ (Απαιτείται βοδινό ψαχνό, κόκαλα από ψημένα κρέατα και πουλερικά, 2 ασπράδια αυγών, διάφορα χόρτα. Το κονσομέ στο τέλος το περνάμε από πετσέτα)
- Κονσομέ (βούτυρο, βιδέλο, μπριζολάκι πρόβειο, 1 όρνιθα, 2 κρεμμύδια, 2 καρότα, πράσα, σέλινα, 2 κουταλιές ζουμί. Αφού ξαφρίσουμε και αφού βράσουν τα κρέατα τα αφαιρούμε όπως και το λίπος το σουρώνουμε και χρησιμοποιούμε για σούπες και άλλα)
- Κονσομέ βασιλικό(βοδινό κρέας, 1 όρνιθα, διάφορα χόρτα, αφού βράσουν τα κρέατα και τα αφαιρέσουμε, προσθέτουμε 2 ασπράδια αυγών, και φτερούγες, πόδια και κεφάλια των πουλιών κοπανισμένα, και ξαναβράζουμε. Το σουρώνουμε και χρησιμοποιούμε μόνο το ζωμό)
- Κονσομέ-έτερος τρόπος (κοπανίζουμε βοδινό κρέας, φτερούγες, κοιλιές λαιμούς από 2 κοτόπουλα, μερικά κόκαλα από ψημένα κρέατα, ψαχνό από πουλιά ψημένα, και ρίχνουμε 1 αυγό. Το βάζουμε στην κατσαρόλα με 2 κουταλιές νερό και ζωμό και αφήνουμε να βράσουν. Μετά από 3 ώρες, περνάμε από μια πετσέτα, εάν δεν έχει χρώμα κόκκινο τότε προσθέτουμε λίγη καραμέλα και κατόπιν σερβίρουμε)
- Ζου (όλα τα περισσεύματα των κρεάτων, πουλερικών, κοκάλων ψημένων κρεάτων, κυνηγιών, κτλ. μερικά κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, πράσο, μαϊντανό, δάφνη, γαρύφαλλα, σπυριά από πιπέρί, όταν αρχίζουν να κοκκινίζουν όλα αυτά σβήνουμε με κρασί Σαντορίνης λευκό και αφήνουμε να γλασαριστούν γεμίζουμε την κατσαρόλα με νερό, και αφήνουμε να βράσει για 5 ώρες. Αφαιρούμε το λίπος και περνάμε από τρυπητό και μεταχειριζόμαστε το ζου).
- Διάφορες σούπαι (κονσομέ, ζωμό, κρέας βοδινό ψαχνό, νερό, 1 αυγό, 2 κοτόπουλα, τα περισσεύματα αυτών, 2 καρότα, 1 ρίζα σέλινο, αλάτι, πιπέρι ολόκληρο, περνάμε τον κονσομέ από καθαρή πετσέτα)

ΚΡΈΑΣ (βοδινό, μοσχαρίσιο, πρόβειο, χοιρινό)

Κρέας βραστό:

Βοδινό

- Βραστόν βοδινό (βοδινό, νερό, κρεμμύδι 2 καρότα, 1 μάτσο σέλινο, 2 ρέβες αλάτι, πιπέρι)
- Βοδινό πηκτό (βοδινό ψαχνό, 3-4 καρότα, 7-8 κρεμμύδια, 2-3 πατάτες, ρίζες σέλινο, μαϊντανό, 1 φύλλο δάφνης, σπυριά πιπέρι, κρασί Μαδέρα, 6-7 φύλλα ζελατίνας, αλάτι, νερό)
- Ζελέ ασπίκ (κοπανίζουμε βοδινό ψαχνό, το βάζουμε στη κατσαρόλα με 2 ασπράδια αυγού, το χτυπάμε με ζωμό κρύο, γεμίζουμε με ζουμί δυνατό διπλάσιο του ποσού του κρέατος, ρίχνουμε ζελατίνα, τα συνήθη χόρτα, πιπέρι, κόκαλα ψημένα των πουλιών, αφήνουμε να βράσει, το περνάμε από πετσέτα και αφήνουμε να κρυώσει)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- Ελληνική σούπα του Πάσχα (2 κεφαλάκια αρνιού, εντόσθια αρνιού, 4 αυγά, 2 λεμόνια για αυγολέμονο, 2 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα τα οποία σοτάρουμε με βούτυρο με 1 μάτσο άνηθο, προσθέτουμε , νερό, αλεύρι, ρύζι)
- Κεφαλή από αγριογούρουνο (λαρδί, μυρωδικά, νερό, τυλίγουμε την κεφαλή σε άσπρο πανί και βράζουμε, αφού την έχουμε μαρινάρει 6 ημέρες με νίτρο, λαρδί , ψαχνό κρέας)
- Πηχτή από χοιρίδιον (1 κεφαλή χοιρινή, 1 κουταλιά νίτρον, 2 κουταλιές αλάτι, 1 κουταλιά ζάχαρη, αρώματα διάφορα, λαρδί, πιπέρι, καγιέν. Αφού βράσουμε την κεφαλή, την κόβουμε σε κομμάτια και τη ψήνουμε στο φούρνο σε μια φόρμα με λαρδί)

Κρέας στη κατσαρόλα μαγειρεμένο με ή χωρίς λαχανικά-γιαχνί:

Βοδινό

- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (στρώνουμε τη χύτρα με λαρδί, τοποθετούμε το φιλέτο, το σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και το αφήνουμε να ψηθεί σε δυνατή φωτιά στην αρχή)
- Φιλέτο βοδινόν μπριζέ (λαρδώνουμε το φιλέτο, το βάζουμε σε κατσαρόλα άσπρο κρασί, ζωμό, βούτυρο, ζωμό, πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό για τη σάλτσα)
- Στιφάδο (βοδινό κρέας, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, ½ ποτηράκι ξύδι, 1 ποτήρι κρασί ρετσίνα, κρεμμυδάκια, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, σκόρδο, δάφνη, πιπέρι, δεντρολίβανο, αλάτι)

Αρνί

- Εντράδα από φασόλια πράσινα ή γιαχνί (κρέας αρνιού, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, νερό, πράσινα φασόλια, ντομάτα χωρίς σπόρια και χωρίς φλούδα)
- Εντράδα από μπιζέλια ή γιαχνί (κρέας αρνίσιο, μπιζέλια, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, σάλτσα Ισπανική)
- Εντράδα από σέλινον ή γιαχνί (αρνί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, 1 ρίζα σέλινο, αλεύρι, ντομάτες)

- Εντράδα σέλινο αυγολέμονο ή γιαχνί (όπως εντράδα από σέλινο, αλλά αντί για ντομάτα βάζουμε αυγολέμονο)
- Εντράδα με αρακά (γίνεται όπως εντράδα από σέλινον με τη διαφορά ότι αντί για σέλινο χρησιμοποιείται αρακάς)
- Εντράδα με αγκινάρες (γίνεται όπως εντράδα σέλινο αυγολέμονο αλλά αντί για σέλινο χρησιμοποιούνται αγκινάρες)
- Εντράδα με αντίδια (αρνί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, 2 αυγά, 1 λεμόνι, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα με ντομάτες (αρνί, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα με μπάμιες (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, βούτυρο τηγανίσματος, ξίδι, αλεύρι. Οι μπάμιες μπαίνουν αρχικά στο ξύδι και στο αλάτι για 1 ώρα. Οι μπάμιες θα τηγανισθούν και μετά θα μπουν στην κατσαρόλα με το κρέας)
- Αρνί μελιτζάνες (αρνί, 1 κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτες, βούτυρο τηγανίσματος, αλεύρι. Οι μελιτζάνες μπαίνουν μια ώρα στο αλάτι για να ξεπικρίσουν και τηγανίζονται πριν προστεθούν στην κατσαρόλα με το κρέας)
- Εντράδα κολοκυθάκια (αρνί, κολοκυθάκια, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο, βούτυρο τηγανίσματος, ντομάτες, αλεύρι. Γίνεται όπως αρνί με μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια αλατίζονται και τηγανίζονται αμέσως)
- Εντράδα πατάτες (κρέας, πατάτες, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, αλεύρι)
- Εντράδα με διάφορα χόρτα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, 4 μάτσα καρότα, 4 μάτσα ρέβες, φασόλια, πατάτες, αλεύρι)
- Εντράδα σπανάκι (εκτελείται όπως η συνταγή εντράδα σέλινο χωρίς ντομάτα)
- Εντράδα κουκιά ξεφλουδισμένα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 κουταλιά αλεύρι, 2 κουταλιές βούτυρο, κουκιά, 2 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο)
- Εντράδα κυδώνια (αρνί, κυδώνια 1 κρεμμύδι, 1 κουταλιά αλεύρι, 2 κουταλιές βούτυρο, 2 κουταλιές ζάχαρη, βούτυρο τηγανίσματος. Περνάμε τα κυδώνια από το βούτυρο, και τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει το κρέας)
- Εντράδα από δαμάσκηνα και αμύγδαλα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 λεμόνι, 3 κουταλιές ζάχαρη, αμύγδαλα, δαμάσκηνα, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα κάστανα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, κάστανα, αλεύρι, 2 κουταλιές ζάχαρη)
- Αρνί πατάτες κατ' Αγγλικόν τρόπον (κρέας πρόβειο, πατάτες, 4 κρεμμύδια, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά μικαρίκ)
- Αρνάκι σοτέ (αρνί, 1 κουταλιά ντομάτα, 1 ½ ποτήρι κρασί άσπρο βισάντο, 3 κουταλιές βούτυρο, 2 κουταλιές αλεύρι, 2 κουταλιές ζουμί κρέατος, 15 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 2 μάτσα άνηθο, κανέλα)
- Αρνί με κρομμυδάκια φρέσκα (αρνάκι, 1-2 κρεμμύδια ξερά, 2 κουταλιές αλεύρι, 3 κουταλιές βούτυρο, 12 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο, 2-3 αυγά, 2 λεμόνια)
- Μπούτι αρνιού της κατσαρόλας (μπούτι αρνιού, πιπέρι, άσπρο κρασί, κανέλα)
- Μπούτι αλά Χαμίτ (1 μπούτι πρόβειο, ψιλοκομμένα λαχανικά, βούτυρο, δάφνη, 2-3 κουταλιές βούτυρο)
- Μπούτι πρόβειο κοκκινιστό (μπούτι πρόβειο, διάφορα λαχανικά, πιπέρι, δάφνη, βούτυρο, κρασί, σάλτσα Ισπανική)
- Μπούτι πρόβειο της κατσαρόλας (μπούτι πρόβειο, λαρδί, καρότα, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα, ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι)
- Μπούτι αρνιού με πατάτες (1 μπούτι αρνιού, 4 κουταλιές βούτυρο, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, αλάτι, 300 δραμ. πατάτες, 2 κρόκους αυγών, ¼ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος)
- Πιλάφι τας-Κεμπάπ (αρνί, σε κομμάτια, καβουρδίζουμε κρεμμύδια με το κρέας, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, νερό, πιλάφι. Είναι τα φαγητά, το πιλάφι και το κεμπάπ, τα οποία αναμειγνύονται)

Χοιρινό

- Μπούτι χοιρινό μισό παστωμένο (βάζουμε 1 μπούτι στην άρμη για 8 ημέρες, κατόπιν το πλένουμε, το βάζουμε σε κατσαρόλα με αρωματικά και λαχανικά, προσθέτουμε άσπρο κρασί μέχρι τη μέση και το σιγοψήνουμε).
- Φιλέτο από αγριογούρουνο (κόβουμε το φιλέτο σε φέτες, τις μαρινάρουμε με μυρωδικά, λαρδί, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, πιπέρι, σκόρδο, θυμάρι, δάφνη, και νίτρο, τα βάζουμε έπειτα στην κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, θυμάρι και βασιλικό, αφού ψηθούν αφαιρούμε το πάχος από τη σάλτσα και σερβίρουμε με τουρσί από αγγουράκια οποιοδήποτε άλλο)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- Κεφάλι μοσχαριού Ολλανδέζα (1 κεφάλι μόσχου, 2 κουταλιές βούτυρο, 4 κουταλιές αλεύρι, 1 φραντζόλα ψωμί, 2 κρόκους αυγού, χυμό λεμονιού, τηγανίζουμε το ψωμί σε στρογγυλά κομμάτια, ετοιμάζουμε σάλτσα ολλανδική, βράζουμε την κεφαλή)
- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά στην κατσαρόλα (αφού τα ζεματίσουμε με νερό βρασμένο, ξύδι και αλάτι, τα σοτάρουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμυδάκια, κρασί και μυρωδικά. Τα σερβίρουμε με κρουτόν)
- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά μαγιονέζα (τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με λαρδί, φέτες λεμόνι, 1 κρεμμύδι, 2 γαρύφαλλα, ζωμό και μυρωδικά. Αφού κρυώσουν τα βάζουμε σε μια σαλάτα από μαρούλια με μερικά κομμάτια αυγών σφιχτών και μαγιονέζα)

- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά με σάλτσα (αφού ψήσουμε τα μυαλά στην κατσαρόλα κάνουμε μια σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Γλυκάδια μοσχαριού με σάλτσα (λαρδί, γλυκάδια, ψιλοκομμένα λαχανικά, κρασί, ζουμί)
- Ασίκι μοσχαριού με πουρέ κρεμμύδια (τυλίγουμε το ασίκι με λαρδί, το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί και κομμένα λαχανικά. Ραντίζουμε με βούτυρο, ζουμί και κρασί και αφήνουμε να ψηθεί. Γαρνίρουμε με πουρέ από κρεμμύδια)

Κρέας στο τηγάνι:

Μοσχάρι

- Κοτολέτες του μοσχαριού σοτέ με μπιζέλια (κοτολέτες μόσχου, βούτυρο, 1 κουταλιά ζού, 2 κουταλιά φεκιούλ, ¼ φλιτζάνι κρασί, μπιζέλια, ζάχαρη)
- Κροκέτες από μοσχάρι(μοσχάρι ψητό, βούτυρο, αλεύρι, 2 αυγά, ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, μαϊντανό, γάλα)

Χοιρινό

- Μπριζόλες χοιρινές με χόρτα (7-8 μπριζόλες, πατάτες, καρότα, ρέβες, κρεμμύδια, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ, πιπέρι, νερό. Κόβουμε τα λαχανικά σε λωρίδες, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τις μπριζόλες, και σε μια κατσαρόλα βάζουμε τα λαχανικά και τις μπριζόλες, προσθέτουμε το κρασί, το νερό και τον πουρέ ντομάτες και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κοτολέτες από χοιρίδιον σοτέ (τηγανίζουμε τις κοτολέτες σε βούτυρο, σβήνουμε με κρασί, προσθέτουμε σάλτσα εσπανιόλ, δένουμε τη σάλτσα με φεκιούλ και σερβίρουμε)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- Συκωτάκια αρνιού αλά Βενετσιάνα (κρεμμύδι, σκόρδο, βούτυρο, 2-3 κουταλιές αλεύρι, 2 κουταλιές ζωμός, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, αρνίσια συκωτάκια τηγανιτά τα οποία τα προσθέτουμε στη σάλτσα)
- Μυαλά μοσχαριού ή βωδινά από τηγάνι (αφού βράσουμε τα μυαλά με ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι, δάφνη, και δεντρολίβανο, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα τυλίγουμε σε ψωμί τριμμένο και σε αυγό και τηγανίζουμε συνοδεύοντας τα με μαϊντανό)
- Φριτούρα από μυαλά του μοσχαριού (2 μυαλά του μοσχαριού, 1 κουταλιά ξύδι, 1 φύλλο δάφνης, 1 κρεμμύδι, 1 ποτήρι νερό ζεστό, 1 κουταλιά βούτυρο, αλεύρι, πιπέρι, ρίγανη, 2 γαρύφαλλα, 1 καρότο, αλάτι, 2 ασπράδια αυγού, βούτυρο για τηγάνισμα, μαϊντανό)

Κρέας ψητό στο φούρνο:

Βοδινό

- Φιλέτο βωδινό αλά Ζαρντινιέρα (λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, το ψήνουμε στο φούρνο, και συνοδεύουμε με σάλτσα από κρασί, βούτυρο, ζωμό και 1 κουταλάκι πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό)
- Φιλέτο αιματόδες (λαρδί, φιλέτο βοός)

Μοσχάρι

- Στήθος του μοσχαριού με φασόλια (στήθος μοσχαριού, φάρσα μόσχου, 1 ποτήρι κρασί, 3 κουταλιές, βούτυρο, 1 κουταλιά φεκιούλ, μαϊντανό, ζουμί, γεμίζουμε το στήθος με μια γέμιση, το ψήνουμε και το σερβίρετε με γαρνιτούρα από φασόλια)

Αρνί

- Αρνάκι γεμιστό (αρνάκι, κιμάς από το συκώτι, την σπλήνα, τα νεφρά και την καρδιά, κρεμμυδάκι, κουκουνάρι, σταφίδα, κάστανα, ψωμί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, βούτυρο, πατάτες, μπαχαρικά)
- Αρνί του κηπουρού (Μπουτάκι αρνιού στο ταψί με 2-3 κουταλιές βούτυρο, καρότα, σέλινο, ρέβες, κρεμμυδάκια, ντομάτες)
- Αρνί γάλακτος ψητό (1/4 του αρνιού, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και το ψήνουμε στη σούβλα ή στο φούρνο)
- Κρεατόπητα (εκτελείται όπως κοτόπητα, με τη διαφορά ότι αντί για κοτόπουλο βάζουμε κρέας)

Χοιρινό

- Τυρί από χοιρίδιον (χοιρινό ψαχνό, λαρδί, αρωματικά, πιπέρι, αλάτι, 1 κουταλιά αλεύρι, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, 5 αυγά, καγιέν. Κόβουμε το κρέας σε μηχανή, στρώνουμε μια φόρμα με λαρδί και γεμίζουμε με τη γέμιση και σκεπάζουμε με χαρτί βουτυρωμένο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό (1 γουρουνάκι, 2 κρεμμύδια, 2 κουταλιές βούτυρο, σταφίδες, κουκουνάρια, πιπέρι, κάστανα, ψωμί τριμμένο, μοσχοκάρυδο, κανέλα, ελιές πράσινες, 1 συκωτάκι από γουρουνόπουλο)

Κρέας στη σούβλα ή σουβλάκια:

Αρνί

- Μπούτι με σκόρδο (1 μπούτι, μπήγουμε σκόρδο στα ψαχνά του. Το ψήνουμε στη σούβλα, το βρέχουμε κατά διαλείμματα με βούτυρο. Σερβίρεται με μια σάλτσα με ζαμπόν, κρασί, πελτέ φραγκοστάφυλου και βούτυρο, δάφνη, μυρωδικά, πιπέρι)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια (μπούτι αρνίσιο, το τυλίγουμε με λαρδί, το περνάμε στη σούβλα και το βρέχουμε με βούτυρο)
- Δύο μπούτια αρνιού με πάτους της αγκινάρας (1 σέλλα αρνιού, τη βάζουμε στη σούβλα μαζί με τα μπούτια, όταν ψηθεί τη γαρνίρουμε με μπουκέτο από πάτους της αγκινάρας με μερικά μανιτάρια)
- Σουβλάκια αρνίσια (κόβουμε ένα αρνίσιο κομμάτι σε μικρά κομμάτια και τα περνάμε σε σουβλάκια, τα πασπαλίζουμε με ρίγανη και τα ψήνουμε στη φωτιά.
- Ψητό σούβλας (Αρνί στη σούβλα)

Χοιρινό

- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό (γεμίζουμε το γουρουνάκι με γέμιση από κρεμμυδάκια τσιγαρισμένα σε βούτυρο, συκώτι του γουρουνιού, μαύρη σταφίδα, κουκουνάρια, κρασί, κάστανα, ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, πράσινες ελιές, δεντρολίβανο, το ράβουμε και το σουβλίζουμε, αλείφουμε με λαδωμένο πτερό)
- Γουρουνάκι αλά Τσαρίνας (γεμίζουμε το γουρουνάκι με ρύζι βρασμένο, βούτυρο, συκωτάκια από πουλερικά γιαχνιστά με σάλτσα ισπανική, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, και αφού το ράψουμε το σουβλίζουμε)
- Χοιρομέρι ψητό αλά Αγγλικά (το περνάμε στη σούβλα, το τυλίγουμε σε χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το ψήνουμε, ραντίζοντας το κάθε λίγο με βούτυρο)
- Φιλέτο χοιρινό στη σούβλα (περνάμε το φιλέτο στη σούβλα, το αλατίζουμε, το σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και το ψήνουμε. Το σερβίρουμε με μια σάλτσα από βούτυρο, 8-10 κρεμμύδια, ζωμό, αλεύρι και 1 κουταλιά μουστάρδα)

Μοσχάρι

- Ψητό σούβλας (βιδέλου)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Σουβλάκια από εντόσθια (εντόσθια, συκωτάκια, γλυκάδια, νεφρά, σπλήνα, πιπέρι, αλάτι, μαϊντανό, ρίγανη, κρεμμύδι, λάδι, λεμόνι)
- Σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού (περνάμε στα ξυλάκια, ένα γλυκάδι και ένα κομμάτι λαρδί εναλλάξ, ραντίζουμε με λάδι και ψήνουμε στη σχάρα)

Κρέας στη σχάρα:

Αρνί

- Μεσόπλευρον μπριζόλας αρνιού σχάρας (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα

Χοιρινό

- Κοτολέτες χοιρινού στη σχάρα (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα)
- Κοτολέτες από χοιρίδιον στη σχάρα (τις τυλίγουμε με λιωμένο βούτυρο κα ψωμί τριμμένο και της ψήνουμε στη σχάρα, αλείφοντάς τες με βούτυρο και λεμόνι)

Μοσχάρι

- Κοτολέτες βιδέλου στη σχάρα (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα)

Κιμάς στη κατσαρόλα:

- Γιαπράκια (κληματόφυλλα, κιμάς, άνηθο, ρύζι, 1 κρεμμύδι, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Γιουβαρλάκια (κιμάς, ρύζι, βούτυρο, αλεύρι, ντομάτα ή αυγολέμονο)
- Σουτζουκάκια (γάλα, τυρί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, κρέας, ψωμί, μυρωδικά, κύμινο, σκόρδο, κρασί, αλεύρι)
- Ντολμάδες λάχανο (κρέας πρόβειο, λάχανο, κρεμμύδια, βούτυρο, πάχος νεφραμιάς, 2 αυγά, λεμόνι, δυόσμο, μαϊντανό, ρύζι, κανέλα, γαρύφαλλα)
- Γιουβαρλάκια αλά πολίτα (αρνί, πάχος νεφραμιάς, 2 κρεμμυδάκια, ρύζι, αυγολέμονο, βούτυρο, δυόσμο, μαϊντανό)
- Μελιτζάνες γεμιστές (κιμάς, πάχος νεφραμιάς, βούτυρο, 1-2 κρεμμύδια, ρύζι, ντομάτες, μαϊντανό, δυόσμο, μελιτζάνες)
- Κολοκυθάκια γεμιστά (κιμάς, ρύζι, γίνονται όπως μελιτζάνες γεμιστές)
- Γάλος γεμιστός στη κατσαρόλα
- Γαλαντίνα από κοτόπουλο (γεμίζουμε 1 κότα με κιμά με 1 ποτήρι μαρσάλα, ζουμί από τρούφες, λαρδί παστό και φιστίκια πράσινα, τη ράβουμε, την βράζουμε στην κατσαρόλα με άσπρο κρασί για 2 ώρες και σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)
- Γαλαντίνα από γαλόπουλο

Κιμάς στο φούρνο:

- Ντομάτες γεμιστές του φούρνου (κιμάς, ρύζι, 2 αυγά, 1 κρεμμυδάκι, μαϊντανό, ζάχαρη, βούτυρο)
- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπον (8 ντομάτες, αδειάζουμε, αλατίζουμε, βοδινός κιμάς, κρεμμύδι, βούτυρο, ρύζι, ψίχα ντομάτας, μυρωδικά, 2 κρόκους, μαϊντανό, σκεπάζουμε τις ντομάτες με το καπάκι τους και ψήνουμε στο φούρνο, βρέχοντας με βούτυρο)
- Μελιτζάνες σκαφιδάκια (κιμάς, μπεσαμέλ, βούτυρο, ντομάτα)
- Μουσακάς μελιτζάνες (κιμάς από αρνί, 8-10 μελιτζάνες, 3 αυγά, τυρί τριμμένο, ψωμί τριμμένο, μπεσαμέλ, πιπέρι, τις μελιτζάνες τις ψήνουμε στο φούρνο ή τις τηγανίζουμε)
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό (1 γουρουνάκι, 2 κρεμμύδια, 2 κουταλιές βούτυρο, σταφίδες, κουκουνάρια, πιπέρι, κάστανα, ψωμί τριμμένο, μοσχοκάρυδο, κανέλα, ελιές πράσινες, 1 συκωτάκι από γουρουνόπουλο)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (αρνί, 2 κρεμμύδια, 3 κουταλιές βούτυρο, τυρί κασέρι, κολοκυθάκια, βούτυρο τηγανισμένο, ντομάτες, 4 αυγά, γάλα, 3 κουταλιές αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, μοσχοκάρυδο, γαρύφαλλα, σάλτσα μπεσαμέλ)
- Μακαρονοπαστίτσιο με κιμά (ετοιμάζουμε τα μακαρόνια όπως δια ογκρατέν προσθέτουμε τον κιμά, προσθέτουμε 2-3 αυγά χτυπημένα, και βάζουμε στην καραβάνα μια στρώση μακαρόνια, μια κιμά και τελειώνουμε με μακαρόνια και από πάνω μπεσαμελ)

Κιμάς στο τηγάνι:

- Κεφτέδες (κιμάς, 2 κρεμμυδάκια, 2 αυγά, ψωμί βρεγμένο, σκόρδο, τυρί, δυόσμο, μαϊντανό)

- Μπιφτέκια κοπανιστά (βοδινός κιμάς, το βρέχουμε με νερό ή γάλα, πλάθουμε τα μπιφτέκια σε διπλάσιο μέγεθος από τους κεφτέδες και τα τηγανίζουμε με βούτυρο)

Χοιρομέρι

- Χοιρομέρι με σπανάκι (το ξαλμυρίζουμε σε νερό για 2 ημέρες, αφού το βράσουμε με νερό, κρασί και αρωματικά, το θέτουμε στο φούρνο για να στεγνώσει. Το προσφέρουμε με σπανάκια και κρουτόν)
- Προετοιμασία δια τα χοιρομήρια τα αλατισμένα (τρίβουμε το χοιρομέρι με αλάτι και νίτρο, το σκεπάζουμε με αλάτι και το αφήνουμε 24 ώρες. Κατόπιν το βράζουμε στην άρμη, το αφήνουμε να κρυώσει, το βράζουμε έπειτα 3 φόρές στη άρμη, μετά το στέλνουμε σε εργοστάσιο για το κάπνισμα)
- Γάλος γεμιστός στη κατσαρόλα (γεμίζουμε μια γαλοπούλα με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, χοιρομέρι, τη ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα λαχανικά, και βούτυρο, ζωμό και λίγο κρασί. Αν ψηθεί τη σερβίρουμε με μερικά λουκάνικα, κρεμμύδια, κάστανα και ελιές πράσινες)

Ζελατίνα

- Βοδινό πηκτό (βοδινό ψαχνό, 3-4 καρότα, 7-8 κρεμμύδια, 2-3 πατάτες, ρίζες σέλινο, μαϊντανό, 1 φύλλο δάφνης, σπυριά πιπέρι, κρασί Μαδέρα, 6-7 φύλλα ζελατίνας, αλάτι, νερό)
- Ζελέ ασπίκ (κοπανίζουμε βωδινό ψαχνό, το βάζουμε στη κατσαρόλα με 2 ασπράδια αυγού, το χτυπάμε με ζωμό κρύο, γεμίζουμε με ζουμί δυνατό διπλάσιο του ποσού του κρέατος, ρίχνουμε ζελατίνα, τα συνήθη χόρτα, πιπέρι, κόκαλα ψημένα των πουλιών, αφήνουμε να βράσει, το περνάμε από πετσέτα και αφήνουμε να κρυώσει)
- Γαλαντίνα από γαλόπουλο (1 γαλόπουλο το οποίο γεμίζουμε με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, ζαμπόν, αρωματικά, τρούφες, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, γλώσσα παστή. Ράβουμε το γαλόπουλο, το βάζουμε σε πετσέτα και το βράζουμε με κρασί επί 3 ώρες. Χρησιμοποιούμε το ζουμί και ζελατίνα για να κάνουμε ασπίκ. Αφού κρυώσει το σερβίρουμε με κροτόνια από ζελέ)
- Φρικασέ από πουλιά με ζελέ ασπίκ (ετοιμάζουμε ένα φρικασέ όπως την όρνιθα. Προσθέτουμε 1 ποτήρι ασπίκ μέσα στη σάλτσα, κόβουμε τα πουλιά, τα τοποθετούμε σε μια φόρμα και χύνουμε τη σάλτσα μέσα και τα παγώνουμε. Σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ και λίγες φέτες από τρούφες)
- Μαγιονέζα από πουλιά με ζελέ ασπίκ (κόβουμε 1 κοτόπουλο βρασμένο σε μικρά τεμάχια, ανακατεύουμε με μαγιονέζα με ζελέ καθώς επίσης και διάφορα χόρτα βρασμένα και τα αφήνουμε να παγώσουν στον πάγο. Σερβίρουμε κροτόνια ζελέ και τεμάχια πουλιών)
- Μαγιονέζ από πουλιά με ζελέ ασπίκ (2 πουλιά, 1 ποτήρια μαγιονέζα, ζελατίνα, πάγο, αλάτι, πιπέρι. Βράζουμε τα πουλιά, με το ζουμί τους και τη ζελατίνα κάνουμε το ασπίκ. Στη μαγιονέζα προσθέτουμε το ασπίκ, και την παγώνουμε, βουτάμε σε αυτή τα πουλιά και τα παγώνουμε, τα σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)
- Ψωμί από πέρδικες (ψαχνά από 2 πέρδικες ψημένες, τα περνάμε στην κρεατομηχανή, τα κοπανίζουμε στο γουδί, προσθέτουμε 3 κουταλιές σάλτσα σοφρουά, κρέμα γάλακτος, 4 αυγά, βούτυρο, λίγη τρούφα, και βάζουμε το μείγμα στο μπαιν-μαρι. Στη συνέχεια το παγώνουμε και το σερβίρουμε με ζελέ)
- Ψωμί από πουλιά αλά μοδέρνα με ζελέ (2 πουλιά νέα, 8 αυγά, 1 κουταλάκι τρούφες, 50 δράμια κρέμα γάλακτος, 1 κουταλάκι ζουμί των πουλιών, 2 ποτήρια ζελέ ασπίκ, αλάτι. Βράζουμε τα πουλιά, τα περνάμε από μηχανή του κιμά, προσθέτουμε τα αυγά 4 κρόκους και 4 ολόκληρα, την κρέμα, και ζουμί, κάνουμε χυλό, τα βάζουμε σε φόρμα σαρλότ με βουτυρωμένο χαρτί και τα ψήνουμε σε μπαιν μαρί στο φούρνο. Αφού ψηθεί και κρυώσει, γαρνίρουμε μια φόρμα με τρούφες, ζελέ και τα άσπρα του αυγού, βάζουμε μέσα το ψωμί, το γεμίζουμε με ζελέ και το παγώνουμε. Το σερβίρουμε με ζελέ)

ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ

- Άσπρα λουκάνικα από πουλιά (γεμίζουμε πρόβεια έντερα με γέμισμα από τα ψαχνά πουλιών ανακατωμένα με μουσκεμένο σε γάλα ψωμί, 6 κρόκους αυγών, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, τρούφα, ψιλοκομμένα μανιτάρια, σάλτσα άσπρη. Τα λουκάνικα τα ζεματίζουμε πρώτα, τα τρυπάμε με μια βελόνα και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Κατασκευή φάρσας δια τα λουκάνικα (κρέας χοιρινό, λαρδί στην ίδια ποσότητα, μοσχοκάρυδο, γαρύφαλλα, πιπέρι, καπνόν, καγιέν, δάφνη, κόλιανδρο, θυμάρι, μπαχάρι, 5 μέτρα έντερα ταριχευμένα, 6 ημέρες διαμονή στην άρμη, γεμίζουμε τα έντερα με την φάρσα αφού περάσουμε το κρέας από την μηχανή της φάρσας, ρίχνουμε όλα τα μυρωδικά και εκτελούμε όπως για τη μουρταδέλα. Τα λουκάνικα τα ψήνουμε στη σχάρα ή στο τηγάνι)
- Πατάτες γεμιστές (ξεφλουδίζουμε τις πατάτες, τις μισοψήνουμε σε νερό με αλάτι, κάνουμε μια τρύπα σε κάθε πατάτα, γεμίζουμε την τρύπα αυτή με γέμιση από λουκάνικο, ψίχουλα ψωμιού μουσκεμένα σε γάλα, βούτυρο, κρόκους αυγού, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Αν έχουμε ζωμό ποτίζουμε με αυτόν τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε σε σιγανή φωτιά)

ΜΟΥΡΤΑΔΕΛΑΝ

- Προετοιμασία δια την μουρταδέλαν (χοιρινό, νίτρο, 1 κουταλιά ζάχαρη, 1 ποτηράκι κονιάκ, λαρδί, αλάτι, πιπέρι, 1 φούσκα άδεια ταριχευμένη την οποία γεμίζουμε με την γέμιση και την βάζουμε 8 ημέρες στην άλμη, 3 ημέρες στον καπνό)

ΖΑΜΠΟΝ

- Γαλαντίνα από γαλόπουλο

Γλώσσα παστή

- Γαλαντίνα από γαλόπουλο (1 γαλόπουλο το οποίο γεμίζουμε με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, ζαμπόν, αρωματικά, τρούφες, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, γλώσσα παστή. Ράβουμε το γαλόπουλο, το βάζουμε

σε πετσέτα και το βράζουμε με κρασί επί 3 ώρες. Χρησιμοποιούμε το ζουμί και ζελατίνα για να κάνουμε ασπίκ. Αφού κρυώσει το σερβίρουμε με κροτόνια από ζελέ)

12. ΚΥΝΗΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστά:

Κοτόπουλο –γαλοπούλα

- Σούπα της υγείας αλλά ρεζιέν (κοτόπουλο ψημένο,4 κρόκους αυγών, 1 φλιτζάνι ζωμό, ½ φλιτζάνι μπιζέλια, κομματάκια ψωμιού τηγανισμένα, βούτυρο)
- Σούπα από κρέμα της όρνιθος (κάνουμε βάση της σούπας με ζωμό της όρνιθας, αφού βράσουν τα φιλέτα της όρνιθας, τα περνάμε από μηχανή της φάρσας, προσθέτουμε ζωμό όρνιθος, κρόκους αυγών, βούτυρο. Βάζουμε τον πουρέ σε κατσαρολάκι και τον ψήνουμε σε μπαιν-μαρι, αφού τον αλείψουμε με βούτυρο και προσθέσουμε και τα σπαράγγια)
- Φρικασέ κοτόπουλα τηγανισμένα (αφού βράσουμε τα κοτόπουλα, κάνουμε μια σάλτσα από το ζωμό τους με βούτυρο, αλεύρι, 3 κρόκους αυγών και λεμόνι και σερβίρουμε μαζί με τρούφες)
- Πιλάφι λευκό από γαλόπουλον (1 γαλόπουλο, ½ οκά ρύζι, βούτυρο φρέσκο, 2 κουταλιές αλεύρι, κρόκους αυγών, αλάτι. Βράζουμε το γαλόπουλο και με το ζωμό του κάνουμε το πιλάφι)
- Γαλόπουλον αλά γοδάρ (1 γαλόπουλο, φάρσα μόσχου, 1 κουταλιά τρούφες, 2 κουταλιές σάλτσα βελουτέ, αλάτι, πιπέρι. Ετοιμάζουμε γέμιση με τρούφες, γεμίζουμε το γαλόπουλο και το βράζουμε)
- Γαλαντίνα από κοτόπουλο (γεμίζουμε 1 κότα με κιμά με 1 ποτήρι μαρσάλα, ζουμί από τρούφες, λαρδί παστό και φιστίκια πράσινα, τη ράβουμε, την βράζουμε στην κατσαρόλα με άσπρο κρασί για 2 ώρες και σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)
- Φάρσες δια κινέλια από πουλιά (1 κοτόπουλο, 4 κρόκους αυγών, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 φλιτζάνι γάλα, ¼ φλιτζανιού κρέμα γάλακτος, αλάτι, πιπέρι άσπρο, 4 κουταλιές μπεσαμέλ. Περνάμε το ψαχνό από το πουλί από μηχανή της φάρσας, προσθέτουμε τους κρόκους αυγών, τη κρέμα, την μπεσαμέλ, το αλάτι και το πιπέρι. Κόβουμε τα κινέλια σε μικρά σφαιρίδια με τη σακούλα του κορνέ, τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν με ζουμί, τα στραγγίζουμε και σερβίρουμε. Φάρσα από φαζάνι, από μπεκάτσες, από πέρδικες, από λαγό από ψάρι, εκτελείται όπως η παραπάνω συνταγή)
- Κοτόπουλο με ρύζι (βάζουμε το κοτόπουλο να βράσει σκεπάζοντάς το με ζωμό. Κάνουμε ριζότο με το ζωμό και το τελειώνουμε με σάλτσα από το ζωμό των πουλιών. Βάζουμε βούτυρο στο ριζότο και σερβίρουμε με το κρέας από το κοτόπουλο)
- Φρικασέ από γαλοπούλα (βάζουμε το κοτόπουλο στη κατσαρόλα σε κομμάτια, αφήνουμε να πάρει βράση με νερό, χύνουμε το νερό, το βάζουμε πάλι στη κατσαρόλα με νερό και αφήνουμε να σιγοβράσει. Με το ζωμό κάνουμε μια σάλτσα γερμανική, προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Φρικασέ από πουλιά με ζελέ ασπίκ (ετοιμάζουμε ένα φρικασέ όπως την όρνιθα. Προσθέτουμε 1 ποτήρι ασπίκ μέσα στη σάλτσα, κόβουμε τα πουλιά, τα τοποθετούμε σε μια φόρμα και χύνουμε τη σάλτσα μέσα και τα παγώνουμε. Σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ και λίγες φέτες από τρούφες)
- Κοτόπουλο αλά φινανσιέ (γεμίζουμε το κοτόπουλο με φάρσα των πουλιών, το ράβουμε, το τυλίγουμε σε πετσέτα και βάζουμε σε κατσαρόλα και το βράζουμε 2 ώρες σε χαμηλή φωτιά. Συνοδεύουμε με σάλτσα γερμανική)
- Γαλαντίνα από γαλόπουλο (1 γαλόπουλο το οποίο γεμίζουμε με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, ζαμπόν, αρωματικά, τρούφες, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, γλώσσα παστή. Ράβουμε το γαλόπουλο, το βάζουμε σε πετσέτα και το βράζουμε με κρασί επί 3 ώρες. Χρησιμοποιούμε το ζουμί και ζελατίνα για να κάνουμε ασπίκ. Αφού κρυώσει το σερβίρουμε με κροτόνια από ζελέ)

Πουλιά

- Σούπα πολυτελείας από κρέμα των πουλιών (βάσι της σούπας, φιλέτα πουλιού βρασμένα, περασμένα από μηχανή)
- Σούπα της Βασιλίσσης Όλγας (φάρον, 2 πουλιά, 3 κρόκους αυγών, ½ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα των Κυνηγών (4 μπεκάτσαις, 3 τρούφαις, 3 κρόκους αυγών, 2 κουταλιές σάλτσα μαδέρας, βάση της σούπας από κυνήγι, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Πουλιά με μαγιονέζα (2 πουλιά τα οποία βράζουμε, 4-5 αυγά σφικτά, μαϊντανό, 1-2 παντζάρια βρασμένα, μαγιονέζα)
- Μαγιονέζα από πουλιά με ζελέ ασπίκ (κόβουμε 1 κοτόπουλο βρασμένο σε μικρά τεμάχια, ανακατεύουμε με μαγιονέζα με ζελέ καθώς επίσης και διάφορα χόρτα βρασμένα και τα αφήνουμε να παγώσουν στον πάγο. Σερβίρουμε κροτόνια ζελέ και τεμάχια πουλιών)
- Πιτσούνια αλά Ζαρδινιέρ (ράβουμε και βράζουμε 4 πιτσούνια. Τα σερβίρουμε με ζαρδινιέρα)
- Μαγιονέζ από πουλιά με ζελέ ασπίκ (2 πουλιά, 1 ποτήρια μαγιονέζα, ζελατίνα, πάγο, αλάτι, πιπέρι. Βράζουμε τα πουλιά, με το ζουμί τους και τη ζελατίνα κάνουμε το ασπίκ. Στη μαγιονέζα προσθέτουμε το ασπίκ, και την παγώνουμε, βουτάμε σε αυτή τα πουλιά και τα παγώνουμε, τα σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)

Στη κατσαρόλα:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

- Κοτόπουλο από φρικασέ (1 κοτόπουλο, 3 κουταλιές βούτυρο, αλάτι, 2 αυγά, λεμόνι, για αυγολέμονο, πιπέρι λευκό)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (κόβετε 2 κοτόπουλα σε 5 κομμάτια, τα βάζετε με βούτυρο και λάδι στη κατσαρόλα, βρέχετε με κρασί, προσθέτετε 2 κρεμμύδια, σκόρδο, 3-4 ντομάτες, 2 κουταλιές σάλτσα ισπανική και αφήνετε να σιγοβράσουν)

- Γάλος με κάστανα (λαχανικά, γαλοπούλα, βούτυρο, κρασί, ζωμό, σάλτσα ισπανική, σερβίρουμε με κάστανα)
- Γάλος γεμιστός στη κατσαρόλα (γεμίζουμε μια γαλοπούλα με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, χοιρομέρι, τη ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα λαχανικά, και βούτυρο, ζωμό και λίγο κρασί. Αν ψηθεί τη σερβίρουμε με μερικά λουκάνικα, κρεμμύδια, κάστανα και ελιές πράσινες)
- Πλατάρια του γάλου (φτερούγες, πόδια, λαιμός, συκώτι, στομάχι ενός γάλου. Τα ζεματίζουμε και τα βάζουμε κατόπιν στη κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, γαρύφαλλα, θυμάρι, δάφνη, μανιτάρια, τα τσιγαρίζουμε, τα αλευρώνουμε, τα μουσκεύουμε με νερό και τα ενώνουμε με 3 κρόκους αυγών χωρίς να βράσουν)
- Γαλοπούλα με ρίζες σέλινο (γεμίζουμε τη γαλοπούλα με τριμμένο ψωμί, πάχος, κρεμμύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο. Τη βάζουμε να ψηθεί βρέχοντας της από καιρό σε καιρό, και τη σερβίρουμε με ρίζες σέλινου)
- Φιλέτα από κοτόπουλο εις ωραίαν θέαν (φιλέτα από 4 κοτόπουλα, βούτυρο, τα τσιγαρίζουμε, έπειτα τα βουτάμε σε πηχτή και γαρνίρουμε με τρούφα. Όταν παγώσουν τα κόβουμε και τα σερβίρουμε με τρούφα και τηγανισμένο ψωμί)
- Στήθη από γαλοπούλα (λαρδί, λαχανικά, στήθη από 2 γαλοπούλες, τρούφα, ρύζι, λειριά πουλιών, μανιτάρια, τρούφες)
- Σοφρουά των πουλιών (σοτάρουμε τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα βουτάμε σε σάλτσα σοφρουά, τα αφήνουμε να παγώσουν, τα αλείφουμε με ζελέ. Σερβίρουμε τα φιλέτα σε σαρλότ με σαλάτα ρωσική και κροτόνια ζελέ)

Πουλιά

- Μπεκάτσαις με κρασί (μπεκάτσαις, κρασί μαύρο, βούτυρο, ντομάτες, 1 κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, 1 φύλλο δάφνης, αλεύρι, σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουλιά φρικασέ (2 πουλιά μέτρια, βούτυρο, 3-4 κρεμμύδια, 2 καρότα, γάλα, 2 κουταλιές αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, νερό, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι)
- Χήνα καπαμάς αλά Φραντσέζα (λαρδί, 1 πόδι μοσχαριού, θυμάρι, δάφνη, βασιλικό, μαϊντανό, γαρύφαλλα, κρεμμύδια, καρότα, πιπέρι, αλάτι και μοσχοκάρυδο, ρακί, άσπρο κρασί, ζωμό)
- Χήνα καπαμά κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, θυμάρι, δάφνη, βασιλικό, πιπέρι, αλάτι, μοσχοκάρυδο, 1 χήνα καθαρισμένη από τα εντόσθια, 2 ποτήρια νερό, 2 ποτήρια κρασί)
- Φραγκόκοτα με τρούφες ή με γαρνιτούρα (την καθαρίζουμε, αφαιρούμε τα εντόσθια, στη σκεπάζουμε με λαρδί και τη βάζουμε στην κατσαρόλα με λαχανικά, βούτυρο, τρούφες)
- Σαλμί από κοτσύφια (12 κοτσύφια, βούτυρο, άσπρο κρασί, δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, σάλτσα Ισπανική, σερβίρετε με ψωμάκια τηγανισμένα, και μες στη σάλτσα βάζουμε και λίγα μανιτάρια)
- Πιλάφι από κοτσύφια (βούτυρο, κρεμμύδι, μπελτές, 10 κοτσύφια, ρύζι)
- Κοτσύφια ψητά (τα κοκκινίζετε και βάζετε άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι)
- Περιστεράκια με γαρνιτούρες (τα κοκκινίζουμε, βάζουμε λίγο κρασί και λίγη ντομάτα, και τα σερβίρουμε με λαχανικά)
- Περιστεράκια με πατάτες (τα κοκκινίζουμε με βούτυρο στην κατσαρόλα, προσθέτουμε μια πρέζα αλεύρι, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα, νερό, και σερβίρουμε με πατάτες σοταρισμένες στο τηγάνι με βούτυρο, κρεμμυδάκι μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Περιστεράκια αλά Ισπανιόλα (τα ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, βάζουμε λαρδί, αλάτι, πιπέρι, σάλτσα Ισπανική, βγάζουμε το λαρδί και σερβίρουμε)
- Τσίχλες με σάλτσαν (7-8 τσίχλες, βούτυρο, κρασί άσπρο, ντομάτες, 2-3 κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, νερό. Τις κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε και τα υπόλοιπα υλικά και αφήνουμε να βράσουν. Μπορούμε να σερβίρουμε με κρουτόν)
- Παπιά μπρεζέ (παπιά, λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, κρασί άσπρο, ντομάτες, δάφνη, γαρύφαλλα, μπαχάρι, σιγοβράζουμε σε κατσαρόλα)
- Πιτσούνια με ντομάτες (3-4 πιτσούνια, ντομάτες, κρασί άσπρο, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Περιστέρια με μπιζέλια (τσιγαρίζουμε τα περιστέρια με βούτυρο, και προσθέτουμε τα μπιζέλια, δάφνη, μαϊντανό, θυμάρι, λίγο αλεύρι, τα βρέχουμε με ζωμό, και τα αφήνουμε να ψηθούν)
- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (ξεκοκαλίζουμε τα στήθη 6 περιστεριών, τα γεμίζουμε με γέμιση με λαρδί σε κομματάκια, συκωτάκια πουλιών και αρνιού ζεματισμένα, ψωμί μουσκεμένο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, 3 κρόκους αυγών και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο και διάφορα λαχανικά και αφήνουμε να βράσουν, βρέχοντας τα κατά καιρούς με ζωμό. Στο τέλος ρίχνουμε κρασί, σάλτσα Ισπανική και πράσινες ελιές ζεματισμένες)
- Περιστεράκια με ρύζι (αφού τα κοκκινίσουμε, και τα ψήσουμε με άσπρο κρασί, τα σερβίρουμε με πιλάφι)
- Φιλέτα πιτσουνιών αλά σαρτρέζ (τα φιλέτα σοτάρονται με βούτυρο και σερβίρονται με διάφορα λαχανικά βρασμένα, βούτυρο και σάλτσα βελουτέ. Επίσης τα συνοδεύουμε και με μια σάλτσα εσπανιόλ)
- Πιλάφι με ορτύκια (5 ορτύκια, βούτυρο, κρεμμύδι, καβουρδίζουμε, προσθέτουμε ντομάτα, σοτάρουμε σε άλλη κατσαρόλα το ρύζι με βούτυρο, ρίχνουμε το ζωμό των ορτυκιών)
- Ορτύκια με σπανάκι (τα κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε λίγο κρασί και ζωμό κρέατος και όταν βράσουν τα σερβίρουμε με πουρέ από σπανάκια)
- Ορτύκια με μαύρο κρασί (κοκκινίζουμε τα ορτύκια, βάζουμε μια πρέζα αλεύρι, ένα ποτήρι μαύρο κρασί και αφήνουμε να βράσουν)

- Πουλιά με μπιζέλια (2 μέτρια πουλιά, μπιζέλια, 2 κρεμμύδια, βούτυρο, 1 κουταλάκι αλεύρι, 2 κρόκους , γάλα, αλάτι, πιπέρι, νερό)
- Σαλμί από μπεκάτσες (βάζουμε τις μπεκάτσες στην κατσαρόλα με βούτυρο και λαρδί. Αφού κοκκινίσουν, τις βρέχουμε με κρασί, προσθέτουμε λίγη σάλτσα ισπανική και τις αφήνουμε να σιγοβράσουν. Με τα εντόσθια σχηματίζουμε πουρέ και τον τοποθετούμε πάνω στα ψημένα ψωμάκια)
- Σαλμί από πέρδικες με ζελέ ασπίκ (2 πέρδικες, 1 ποτήρι κρασί, 1 ποτήρι ζωμό μόσχου, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 ποτήρι ζελέ ασπίκ, 2 κουταλιές εσπανιολ, αλάτι, πιπέρι, ¼ κολώνα πάγου. Ψήνουμε τις πέρδικες με βούτυρο, σβήνουμε με κρασί να κοκκινίσουν, προσθέτουμε το ζωμό και την σάλτσα εσπανιόλ και αφήνουμε να σιγοψηθούν. Όταν ψηθούν τις κόβομε, αφαιρούμε το βούτυρο από τη σάλτσα, προσθέτουμε το ζελέ ασπίκ σε κομμάτια και το σαλμί σε φόρμα μαζί με τις πέρδικες, γεμίζουμε τη φόρμα, την παγώνουμε και την σερβίρουμε με ζελέ)
- Ασπίκ από φιλέτα των πουλιών (12 φιλέτα των πουλιών, 4 ποτηράκια ασπίκ, χόρτα μασεντουάν, αλάτι, μαγιονέζα, τρούφες, κολώνα πάγο (σοτάρουμε τα φιλέτα των πουλιών, βάζουμε σε μια φόρμα στον πάγο, κόβουμε τις τρούφες, το ασπράδι αυγού βρασμένου, ασπίκ, τα φιλέτα των πουλιών και γεμίζουμε τη φόρμα με ασπίκ. Όταν παγώσει αναποδογυρίζουμε στο πιάτο και συνοδεύουμε με μαγιονέζα και βρασμένα χόρτα μασεντουάν. Γαρνίρουμε με ζελέ κομμένο σε τρίγωνα κομμάτια)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

- Κοτόπητα (1 όρνιθα, φύλλα ζυμαρικά, βούτυρο για τα φύλλα, βούτυρο φρέσκο, 6 αυγά)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσαν σουπρέμ (βάζουμε σε πλασοτέ τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα και τα σκεπάζουμε με χαρτί. Από τα περισσεύματα ετοιμάζουμε σάλτσα σουπρέμ. Αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, στολίζουμε με τρούφες, την γεμίζουμε με φάρσα κινελίων, και την βάζουμε στο φούρνο. Πριν σερβίρουμε σοτάρουμε τα φιλέτα , αναποδογυρίζουμε την φόρμα, σερβίρουμε τα φιλέτα κυκλοειδώς, περιχύνουμε με σάλτσα)
- Κοτόπουλο με ντομάτες (κόβουμε 2 κοτόπουλα, τα βάζουμε στο ταψί να κοκκινίσουν, σβήνουμε με κρασί άσπρο, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, λίγο ζουμί, προσθέτουμε ντομάτες χωρίς τη φλούδα, και ψήνουμε στο φούρνο)

Πουλιά

- Πάπια με κάστανα (χώνετε στην κοιλιά της ένα σίδερο, βάζετε αλάτι, πιπέρι, κανέλα, μερικά καθαρισμένα κάστανα και λίγο νερό και ζωμό και ψήνετε.)
- Τεμπάλ αλά μιραμπό (γεμίζουμε τον πάτο και τον γύρο ενός σαρλότ με ελιές πράσινες που έχουμε γεμίσει με φάρσα κινελίου, σκέτη φάρσα κινελίου, φέτες πάπιας, φέτες μανιταριών, σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το βάζουμε σε ένα πλασοτέ με νερό και το ψήνουμε στο φούρνο. Όταν είναι έτοιμο το αναποδογυρίζουμε στο πιάτο)
- Φιλέτα των πουλιών αλά τουλούζ (12 φιλέτα των πουλιών, 2 κουταλιές βούτυρο, αλάτι, 1 κουταλιά μανιτάρια, 2 κουταλιές σάλτσα γερμανική, πιπέρι άσπρο. Ψήνουμε τα φιλέτα στο φούρνο σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί)
- Ψωμί από πέρδικες (ψαχνά από 2 πέρδικες ψημένες, τα περνάμε στην κρεατομηχανή, τα κοπανίζουμε στο γουδί, προσθέτουμε 3 κουταλιές σάλτσα σοφρουά, κρέμα γάλακτος, 4 αυγά, βούτυρο, λίγη τρούφα, και βάζουμε το μείγμα στο φούρνο. Στη συνέχεια το παγώνουμε και το σερβίρουμε με ζελέ)
- Τιμπάλ των πουλιών (αλείφουμε μια φόρμα σαρλότα, την γεμίζουμε με φάρσα ενός δακτύλου, γεμίζουμε το κενό μέρος με σαλπικόν βασιλικόν, την σκεπάζουμε με φάρσα με χαρτί αλειμμένο, βάζουμε την φόρμα σε ένα πλασοτέ με νερό και ψήνουμε στο φούρνο ¾ ώρας. Περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ)
- Ορτύκια ό-γκρατέν (6 ορτύκια, 2 κουταλιές βούτυρο φρέσκο, αλάτι, 2 κρόκους αυγών, ¼ φλιτζανιού ψωμί τριμμένο, πιπέρι. Αφού βράσουμε τα ορτύκια, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα βάζουμε με μπεσαμέλ, ζωμό, ψωμί τριμμένο στο φούρνο να πάρουν χρώμα)
- Ψωμί από πουλιά αλά μοδέρνα με ζελέ (2 πουλιά νέα, 8 αυγά, 1 κουταλάκι τρούφες, 50 δράμια κρέμα γάλακτος, 1 κουταλάκι ζουμί των πουλιών, 2 ποτήρια ζελέ ασπίκ, αλάτι. Βράζουμε τα πουλιά, τα περνάμε από μηχανή του κιμά, προσθέτουμε τα αυγά 4 κρόκους και 4 ολόκληρα, την κρέμα, και ζουμί, κάνουμε χυλό, τα βάζουμε σε φόρμα σαρλότ με βουτυρωμένο χαρτί και τα ψήνουμε σε μπαιν μαρί στο φούρνο. Αφού ψηθεί και κρυώσει, γαρνίρουμε μια φόρμα με τρούφες, ζελέ και τα άσπρα του αυγού, βάζουμε μέσα το ψωμί, το γεμίζουμε με ζελέ και το παγώνουμε. Το σερβίρουμε με ζελέ)

Στη σχάρα:

Πουλιά

- Πουλιά σχάρας με γαλέτα (βουτάμε τα φιλέτα των πουλιών σε βούτυρο και γαλέτα τριμμένη και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπριζόλες από περιστέρια (12 μπριζόλες από περιστέρια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο ή πάχος, τις τυλίγουμε σε τριμμένη ψίχα ψωμιού και της ψήνουμε στη σχάρα)
- Περιστεράκια στο χαρτί (μαρινάρουμε 3 περιστέρια σε λάδι και λεμόνι. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε τα κόκαλα και τα κεφάλια με ψιλοκομμένο κρεμμύδι, γαρύφαλλα, δάφνη, και μετά τα κοπανίζουμε στο γουδί και τα περνάμε από κόσκινο. Την ύλη αυτή την βάζουμε σε κάθε περιστέρι, τα τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και τα ψήνουμε στη σχάρα σε σιγανή φωτιά για 12 ώρες)
- Περιστέρια με σάλτσα αυγών (τα αλείφουμε με βούτυρο, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί ανακατωμένο με λαχανικά και τα ψήνουμε στη σχάρα και τα σερβίρουμε με σάλτσα αυγών)

- Ορτύκια στη σχάρα (σχίζουμε από τη ράχη τα ορτύκια, τα χτυπάμε, τα τυλίγουμε σε γαλέτα, τα βρέχουμε με βούτυρο, και της ψήνουμε στη σχάρα)
- Ορτύκια αλά κραπουντέν με σάλτσα Ταρτάρ (παστρεύουμε 6 ορτύκια, τα σχίζουμε στη ράχη, βγάζουμε τα εντόσθια, τα αλατίζουμε και τα πανάρουμε με ψωμί τριμμένο, τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Πιτσούνια αλά κραπουντέν με σάλτσα Ταρτάρ (όπως ορτύκια)

Κυνήγι ζώα

- Κουνελάκια στη σχάρα (2 κουνελάκια, μαρινάρονται σε λάδι, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, αλάτι και πιπέρι. Τυλίγουμε το κουνέλι σε λαρδί, έπειτα σε χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το ψήνουμε στη σχάρα)

Στη σούβλα:

πουλιά

- Χήνα στη σούβλα(αφού καθαριστεί και αφαιρεθούν οι φτερούγες και τα εντόσθια, την περνάμε στη σούβλα και την τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Τρόπος κατά τον οποίον διατηρούμε τις φτερούγες και τα μηριά της χήνας (αφού αδειάσουμε και καψαλίσουμε τις χήνες, θέτουμε 2-3 φύλλα φασκομηλιάς και αλάτι και ψήνουμε στη σούβλα. Μετά βγάζουμε τις φτερούγες και τους μηρούς. Κόβουμε λίγο τα άκρα και αφήνουμε να κρυώσουν. Τα βάζουμε σε πήλινο αγγείο με αλάτι, πιπέρι, και δάφνη, με τρόπο ώστε να μη μείνει κενό στο αγγείο. Το βάζουμε σε μια χύτρα το πάχος, και προσθέτουμε χοιρινό πάχος. Τα αφήνουμε να βράσουν επί 10΄ και χύνουμε αυτό το μείγμα βραστό στο αγγείο με τα μέλη της χήνας. Τα αφήνουμε να κρυώσουν και κατόπι τα σκεπάζουμε με μεμβράνη μουσκεμένη και το δένουμε. Διατηρείται σε ψυχρό και ξηρό μέρος.)
- Ορτύκια στη σούβλα

Στο τηγάνι:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

- Πουλερικά στην άρμη (βάζουμε στην άρμη κομμάτια μιας όρνιθας, και τη βάζουμε πάνω σε στάχτη, κατόπιν τα πλένουμε, τα τυλίγουμε σε χτυπημένα αυγά και αλεύρι και τα τηγανίζουμε)
- Τουρνετό από γαλόπουλο με σάλτσα (12 φέτες τις οποίες τηγανίζουμε, 10 κροκέτες πατάτες ή ψωμάκια, φάρσα πουλιών ψημένη. Σερβίρουμε τις κροκέτες με από πάνω τα φιλέτα, την φάρσα και μια σάλτσα)
- Κροκέτες από πουλιά (1 κοτόπουλο βρασμένο, 2 κουταλιές βούτυρο, 3 κουταλιές αλεύρι, 2 αυγά, αλάτι, 1 φλιτζάνι ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, 2 μάτσα μαϊντανό, πιπέρι, 1 φλιτζάνι γάλα)

Πουλιά

- Φριτούρα από πουλιά κατά τον Ιταλικόν τρόπον (κόβουμε τα μικρά πουλιά σε 4 τεμάχια το καθένα και τα μαρινάρουμε σε λαρδί με λεμόνι, κρεμμύδι, καρότα και μαϊντανό για 30΄. Έπειτα τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τα τηγανίζουμε.
- Κρομεσκί από πουλιά (απαιτείται μαστό βιδέλου το οποίο το βράζουμε και το αφήνουμε να κρυώσει, κατόπιν το κόβουμε σε τετράγωνες φέτες και το χτυπάμε για να πλατύνει. Κόβουμε τα ψαχνά ενός πουλιού, λίγη τρούφα, συκωτάκια πουλιών ή πάπιας, τα ενώνουμε μέσα σε σάλτσα βελουτέ. Μέσα σε κάθε φέτα του μαστού βάζουμε λίγη από τη δόση αυτή και τη διπλώνουμε. Την βυθίζουμε σε μια πάτ α φρίρ και τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Φιλέτα των πτηνών αλά βιλερουά (βουτάμε φιλέτα από διάφορα περισσεύματα σε σάλτσα βιλερουά, τα πανάρουμε και τα τηγανίζουμε ή τα βάζουμε στο φούρνο)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά βιλερουά (τηγανίζουμε τα φιλέτα των πουλιών, όταν κρυώσουν τα προσθέτουμε σε μια σάλτσα βιλερουά, κατόπιν σε ψωμί τριμμένο, σε αυγό και πάλι σε ψωμί. Τα τηγανίζουμε σε άφθονο βούτυρο ή πάχος)

Κυνήγι ζώα

- Κροκέτες από κυνήγιον ώ σοπρέμ (όπως κροκέτες από πουλιά, χρησιμοποιούμε κυνήγι ψημένο)

Φουα γκρά

- Συκώτι της χήνας με γαρνιτούρα από τρούφες (συκώτι από χήνα, την τυλίγουμε με αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και την τηγανίζουμε σε βούτυρο, σερβίρεται με γαρνιτούρα από τρούφες και κορυφές σπαραγγιών)

13. ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Ψάρι βραστόν (λίγο λάδι, λίγο αλεύρι, κρύο νερό, χυμό λεμονιού, λίγα χόρτα, ψάρι, σερβίρουμε με μια γαρνιτούρα από πατάτες και από το ζωμό κάνουμε σάλτσα μαγιονέζα ή νορμανδικήν ή πράσινη. Αφού κρυώσει το ψάρι το σκεπάζουμε με σάλτσα μαγιονέζα και στολίζουμε με αγγουράκι, κάπαρη, παντζάρια κτλ.)
- Ψάρι μπουγιαμπές (κρεμμύδι, διάφορα χόρτα, σκόρδο, μαϊντανό, λάδι, ντομάτες, κρασί, ζαφορά, ψάρια από όσα περισσότερα είδη διαθέτουμε, βράζουμε, προσθέτουμε χυμό λεμονιού και φέτες ψωμιού)
- Ψάρι βραστόν αλά Εγγλέζα (συναγρίδα, αστακό, κρέμα γάλακτος, 4 κρόκους αυγών, πατάτες,1 μάτσο σέλινο, 2 καρότα, ½ μάτσο μαϊντανό, βούτυρο)
- Ψάρι λαβράκι βραστόν και παραγεμιστόν αλά Ολλανδέζα (όπως ψάρι αλά Εγγλέζα με τη διαφορά ότι ετοιμάζουμε σάλτσα Ολλανδική)
- Ψάρι βραστό και παραγεμιστό κατ' Αγγλικόν τρόπον (γεμίζουμε το ψάρι με γέμιση από ψάρι με βούτυρο του αστακού, και το βράζουμε, το σερβίρουμε με πατάτες βρασμένες, μαϊντανό και σάλτσα από βούτυρο του αστακού με λίγο αστακό)
- Κεφάλι σφυρίδας με γαρίδες (μισή σφυρίδα με το κεφάλι, ζουμί χόρτων κρύο, σερβίρουμε αφού βράσει με ουρές από γαρίδες καθαρισμένες και πατάτες βραστές)

- Λουκάνικα από ψάρι κατά τον τρόπον της Πολωνίας (κάνουμε γέμιση από ψάρι και το πλάθουμε ως κορδόνι χονδρό, γυρίζουμε τα άκρα του και σχηματίζουμε ένα S. Τοποθετούμε αυτά μέσα σε κατσαρόλα, τα ζεματίζουμε, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τα σερβίρουμε)
- Σμαρίδες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βάζουμε στη κατσαρόλα 2 ποτήρια νερό, και 2 ποτήρια κρασί άσπρο, φέτες λεμόνι χωρίς τη φλούδα, λάδι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και τις σμαρίδες. Όταν ψηθούν τις βάζουμε σε σάλτσα)
- Ρέγγες καπνιστές (βγάζουμε το δέρμα, τη κεφαλή και τα κόκαλα των ρεγκών, βάζουμε σε βραστό νερό, και όταν κρυώσουν τα φιλέτα, τα μαρινάρουμε σε λάδι και τα σερβίρουμε στο λάδι με τα αυγά τους)
- Μπακαλιάρος (αφού τον ξαλμυρίσουμε, τον θέτουμε στη χύτρα με κρύο νερό και στην πρώτη βράση τον βγάζουμε, τον σερβίρουμε με πατάτες βραστές και μια σάλτσα μαϊντανού στην οποία βάζουμε λίγες σταγόνες χυμό λεμονιού)
- Μπακαλιάρος με γαρνιτούρα (αφού τον ψήσουμε και τον στραγγίσουμε, τον θέτουμε σε πιάτο με κρεμμύδια, σκόρδο, μαϊντανό, πιπέρι, φέτες λεμονιού, 2 κουταλιές λάδι, τυλίγουμε με τριμμένο ψωμί και βάζουμε το πιάτο σε σιγανή φωτιά και αφήνουμε να σιγοβράσει)
- Μπακαλιάρος με άσπρη σάλτσα (αφού τον ψήσουμε όπως παραπάνω τον σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον (αφού τον ξαλμυρίσουμε, τον ψήνουμε όπως παραπάνω, τον βάζουμε σε πιάτο και περιχύνουμε με άσπρη σάλτσα από κάπαρη)
- Φέτες ψαριού με πηχτή (βράζουμε 2 φέτες συναγρίδας, τις στραγγίζουμε, τις αλείφουμε με κόκκινο βούτυρο και λίγη πηχτή. Σερβίρουμε τις φέτες του ψαριού με 3 μικρές καραβίδες σε κάθε πλευρά, μαϊντανό και κομμάτια πηχτής, γαρίδες και μαγιονέζα)
- Συάκι βραστό (αφού σχίσουμε τη ράχη βγάζουμε το ραχοκόκαλο, το δένουμε, το αλείφουμε με χυμό λεμονιού και το βάζουμε στην κατσαρόλα να βράσει με νερό και αλάτι. Σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα από βούτυρο της σαρδέλλας)
- Συάκι κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (το βράζουμε όπως παραπάνω και το σερβίρουμε με φρέσκο βούτυρο λιωμένο, με χυμό λεμονιού και άσπρο πιπέρι)
- Συάκι με ζωμό λαχανικών (βάζουμε το συάκι σε δοχείο και χύνουμε το ζωμό των λαχανικών ο οποίος γίνεται με κόκκινο κρασί, κρεμμύδια, φέτες καρότα, δάφνη, μαϊντανό, γαρύφαλλα, βασιλικό, αλάτι και χοντρό πιπέρι. Αφού βράσουν τα περνούμε από τρυπητό και σκεπάζουμε το δοχείο του συακιού με βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να σιγοβράσει 1 με 1 ½ ώρα και το σερβίρουμε)
- Συναγρίδα (δένουμε με σπάγκο το κεφάλι της συναγρίδας, τη σκεπάζουμε με ζωμό των λαχανικών, με κρασί άσπρο και βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να βράσει. Σερβίρουμε το ψάρι με ουρές γαρίδων, μανιτάρια και σάλτσα που κάνουμε με κρεμμυδάκια, γαρύφαλλα, πιπέρι, σκόρδο, 1 καρότο, σέλινο, βούτυρο, ½ μποτίλια μαύρο κρασί, σάλτσα Ισπανική, ζωμό του βιδέλου, τρούφα, βούτυρο της σαρδέλας και πιπέρι κόκκινο)
- Ψάρι με σάλτσα Ολλανδική (καθαρίζουμε 1 ψάρι, βγάζουμε τα εντόσθια, το βάζουμε στη ψαριέρα, χύνουμε ζωμό λαχανικών και αφού πάρει βράση, το σερβίρουμε σε πετσέτα με μαϊντανό και σάλτσα Ολλανδική)
- Συάκι με σάλτσα από γαρίδες (κόβουμε το ψάρι σε τεμάχια, το αλατίζουμε και το περιχύνουμε με λεμόνι και το αφήνουμε για να πιάσει το αλάτι. Το βάζουμε στη ψαριέρα να βράσει με νερό, ½ μποτίλια άσπρο κρασί και ξύδι για 10΄. Στραγγίζουμε το ψάρι και το σερβίρουμε με σάλτσα με γαρίδες)
- Ψάρι λαβράκι ιστορημένον αλά μοδέρνα (βράζουμε το λαβράκι, το καθαρίζουμε από τα κόκαλα και το δέρμα, το σκεπάζουμε με σάλτσα μαγιονέζα, τρούφες, αγγουράκια και κοκκινογούλια, και σερβίρουμε με ζελέ γύρω από ντο ψάρι)

Στη κατσαρόλα:

- Φιλέτα από γλώσσες (10 γλώσσες, τα βάζουμε σε λάδι και λεμόνι για 30΄. Τα ψήνομε σε βουτυρωμένη κατσαρόλα με κρασί άσπρο. Σερβίρουμε με τρούφες, μανιτάρια, σφαιρίδια τηγανισμένα από ψαχνά ψαριών, ουρές από γαρίδες και σάλτσα άσπρη)
- Ψάρι αλά Βενετσιάνα (συναγρίδα, κρεμμυδάκια, σελινόριζα, 2 καρότα, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο τηγανίσματος, κρασί άσπρο, 4 σαρδέλες, βούτυρο, πιπέρι. Βράζουμε το ψάρι με 3 κουταλιές λάδι, αλεύρι, νερό, χυμό λεμονιού και τα χόρτα)
- Ψάρι αλά Ινδιάνα (όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι κάνουμε επίσης κινέλια από ψάρι και σάλτσα μπεσαμέλ)
- Ψάρι αλά Ισπανιόλα (γίνεται όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι προσθέτουμε σάλτσα αλά Ισπανιόλα)
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό (αφού τον ξαλμυρίσουμε, τον ψήνουμε σε γάλα, βούτυρο και λεπτά λαχανικά. Τον βάζουμε κατόπιν σε πιάτο, τον σκεπάζουμε με ψιλοκομμένο μαϊντανό, στύβουμε χυμό λεμονιού και τον σερβίρουμε ζεστό)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον (αφού ψήσουμε τον μπακαλιάρο όπως παραπάνω, τον στραγγίζουμε, τον βάζουμε σε λιωμένο βούτυρο χωρίς να βράσει, ανακατώνουμε συνεχώς, προσθέτουμε λίγο νερό ή γάλα ζεστό, προσθέτουμε φιλέτα σαρδέλων, 1 σκελίδα σκόρδου, ψιλοκομμένο μαϊντανό, ψημένες τρούφες, και τα βάζουμε στη φωτιά, όταν βράσουν σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Μπακαλιάρος πλακί Ελληνικός (ξαλμυρίζουμε τον μπακαλιάρο, κόβουμε 1 κρεμμύδι, το τσιγαρίζουμε σε λάδι, ρίχνουμε ντομάτα, σκόρδα, ½ ποτήρι νερό και τον μπακαλιάρο, αρκετές σταφίδες, λίγο μαϊντανό, πιπέρι κόκκινο, αφήνουμε να βράσει 20 λεπτά και σερβίρουμε)

- Μπακαλιάρος φέτες (κόβουμε τον μπακαλιάρο σε φέτες, τον βάζουμε με αλάτι μέσα σε λεκάνη, στύβουμε λεμόνι, κόβουμε κρεμμύδι και πράσο, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι και σκόρδο, ανακατώνουμε να μην μαυρίσουν, και προσθέτουμε το ψάρι με δάφνη, 1 ντομάτα ψιλοκομμένη, πατάτες ψιλοκομμένες, και άνηθο. Σκεπάζουμε το ψάρι με άσπρο κρασί και ζεστό νερό και ψήνουμε. Ρίχνουμε ζαφορά, μαϊντανό, και σερβίρουμε το ψάρι πάνω σε ψωμί)
- Ορεκτικόν ραγού από φέτες μπακαλιάρων με σάλτσα ματελότ (Σοτάρουμε τα φιλέτα από μπακαλιάρους σε βούτυρο, κατόπιν ρίχνουμε σάλτσα ματελότ)
- Χέλι με σάλτσα (1-2 χέλια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρεμμύδια, κρασί άσπρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, αλάτι, δάφνη, ζάχαρη)

Στο φούρνο:

- Ψάρι ω-γρατέν (αφού παρασκευάσουμε βραστό ψάρι, το ξεκοκαλίζουμε, το σκεπάζουμε με σάλτσα βιλερουά, προσθέτουμε τυρί και ψωμί τριμμένο και το βάζουμε στο φούρνο. Το σερβίρουμε με πατάτες ντουσές και σάλτσα Ισπανική)
- Ψάρι πλακί στο φούρνο (3 κρεμμύδια, ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σέλινο, σκόρδο, λάδι, ψάρι που το καθαρίζουμε, το αλατίζουμε και του ρίχνουμε λεμόνι, σταφίδες, ντομάτα πελτέ, γαλέτα τριμμένη)
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού (100 δράμια ψάρι, βούτυρο, 2 αυγά, 2 κρόκους αυγών, ανθόγαλα, με τα περισσεύματα του ψαριού κάνουμε ζωμό και σάλτσα Εσπανιόλ)
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ (ψάρι, 4 κρόκους αυγών, γάλα, κρασί λευκό, βούτυρο, αλάτι, γαρίδες, αγγουράκια, 1 μικρό αστακό, μύδια, μανιτάρια, πιπέρι, χαρτί βουτυρωμένο, με το ζουμί κάνουμε σάλτσα βελουτέ στην οποία προσθέτουμε τα μύδια, τον αστακό και τα μανιτάρια)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Κέλλυ (όπως η προηγούμενη συνταγή με τη διαφορά ότι στη σάλτσα βελουτέ προσθέτουμε ραγού από στρείδια, από κινέλια του ψαριού με σάλτσα του αστακού, ραγού από φιλέτα των μπαρμπουνιών σοτέ και από κροκέτες του αστακού με βούτυρο της σαρδέλας)
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Μπήττυ (όπως το ψάρι του ναυάρχου Κάρρ, με τη διαφορά ότι προσθέτουμε ραγού από γλώσσες και στρείδια και κινέλια από φάρσα των μπαρμπουνιών παναρισμένα σε φριτούρα, σερβίρουμε με σάλτσα μπεσαμέλ χωριστά, και μανιτάρια και αγγουράκια πράσινα)
- Ψάρι λαβράκι αλά σαβπόρ (όπως λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ, αλλά γαρνίρουμε το ψάρι με φιλέτα μπαρμπουνιών μαζί με τρούφες)
- Ψάρι του φούρνου (1 φέτα ψαριού, βούτυρο, άσπρο κρασί, χαρτί)
- Ψάρι γλώσσες αλά Γερμανικά (2 γλώσσες, βούτυρο φρέσκο, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, φέτες λεμονιού, μαϊντανό, ψήνουμε τις γλώσσες στο φούρνο σκεπασμένες με χαρτί, σερβίρουμε με χυμό λεμονιού, δένουμε τη σάλτσα με φεκιούλ)
- Ψάρι στο φούρνο με μανιτάρια (σχίζουμε στη μέση το ψάρι και το κάνουμε 4 φιλέτα, σοτάρουμε μανιτάρια που έχουμε ψιλοκόψει στο βούτυρο, τα ανακατώνουμε με γλάσο, τα βάζουμε σε ένα μπακιρένιο πιάτο και από πάνω τοποθετούμε τα ψάρια. Τα βρέχουμε με βούτυρο λιωμένο και κρασί άσπρο, και τα ψήνουμε στο φούρνο)
- Ψάρι με γαρνιτούρες (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, 24 τρούφες, 24 μανιτάρια, 3 κουταλιές σάλτσα Ισπανική, 1 ποτήρι κρασί Μαδέρα. Στη σάλτσα προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας, βούτυρο και κόκκινο πιπέρι)
- Φέτες ψαριού στο φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (συναγρίδα σε φέτες, την μαρινάρουμε, τη ψήνουμε σε πλάκα αλειμμένη με βούτυρο, περιχύνουμε το ψάρι με βούτυρο και σερβίρουμε με βραστές πατάτες και σάλτσα από βούτυρο στην οποία έχουμε δώσει οσμή σαρδέλας)
- Φέτα ψαριού στο φούρνο από πράσινες ελιές (συναγρίδα σε φέτα, λαρδί σε φέτες, λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, σάλτσα μαδέρας με λίγο γλάσο, γαρνίρουμε με ελιές πράσινες)
- Σφυρίδα (σφυρίδα, διάφορα λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, φέτες λαρδί, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, περισσεύματα μανιταριών. Όταν σερβίρουμε αλείφουμε το ψάρι με βούτυρο γαρίδας και λίγο γλάσο)
- Κέφαλος πλακί με σκόρδο (κόβουμε τον κέφαλο σε τεμάχια, τον βάζουμε σε καραβάνα με 2 σκόρδα, λάδι, λίγη ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κέφαλος πλακί με σταφίδες (αλατίζουμε τον κέφαλο, κόβουμε 2 κρεμμύδια, τα γιαχνίζουμε με λάδι στο τηγάνι μαζί με μαϊντανό, προσθέτουμε την ντομάτα και μια χούφτα σταφίδες Κορινθιακές και τα αφήνουμε να βράσουν για 3 λεπτά. Βάζουμε τον κέφαλο στη καραβάνα με λίγο νερό και τη παραπάνω σάλτσα και ψήνουμε)
- Τσίροι πλακί (μουσκεύουμε τους τσίρους, βγάζουμε το κόκαλο, τους βάζουμε σε μια καραβάνα με 2 σκόρδα, ψιλοκομμένο μαϊντανό, ντομάτα, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και τους βάζουμε στο φούρνο να ψηθούν)
- Φέτες ψαριού σε φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (κόβουμε 1 συναγρίδα σε φέτες, τη μαρινάρουμε , τη ψήνουμε στο φούρνο με βούτυρο, σερβίρουμε περιχύνοντάς τη με βούτυρο από γαρίδες και μια σάλτσα από βούτυρο σαρδέλας)
- Φέτες ψαριού με γαρνιτούρα (φέτες από συναγρίδα, τις βάζουμε σε βουτυρωμένη κατσαρόλα την οποία σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και βάζουμε στο φούρνο. Όταν τις σερβίρουμε τις αλείφουμε με βούτυρο γαρίδας, σερβίρουμε με γαρνιτούρα από διάφορα ψάρια, ουρές γαρίδας και τρούφες, και σάλτσα Νορμανδική)
- Ψάρι πλακί στο φούρνο Ελληνικό (αλατίζουμε και στύβουμε 1 λεμόνι στο ψάρια, το βάζουμε στην καραβάνα, με ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σκόρδα, αρκετό λάδι, λίγες ντομάτες, και ψήνουμε 45΄)

- Ψάρι συναγρίδα στο πιάτο (βρέχουμε τη συναγρίδα με 1 ποτήρι άσπρο κρασί και βούτυρο λιωμένο και την ψήνουμε στο φούρνο για 20΄. Σερβίρουμε το ψάρι σε πιάτο πάνω σε γέμιση από ψάρι, ρίχνουμε από πάνω ψιλά λαχανικά και ψωμί τριμμένο, βάζουμε το ψάρι στο φούρνο για να ψηθεί η γέμιση. Με το ζουμί, 2 κουταλιές σάλτσα σκούρα και λίγη ουσία ζωμού των στρειδιών κάνουμε σάλτσα , βάζουμε βούτυρο φρέσκο και μερικά ζεματισμένα στρείδια και σερβίρουμε χωριστά)
- Μικρά κασολέτ από φιλέτα μπαρμπουνιών (10 φιλέτα μπαρμπουνιών, βούτυρο, λεμόνι, τα ψήνουμε σκεπάζοντάς τα με βουτυρωμένο χαρτί. Κάνουμε μια φάρσα ψαριού με συκωτάκια ψαριών, ουσία σαρδέλας, γεμίζουμε με αυτή 10 κασολέτ αλευρωμένα με βούτυρο, βάζουμε από 1 φιλέτο ψαριού, και λίγη βελουτέ και ψήνουμε στο φούρνο για 10΄)
- Ασπίκ μαγιονέζα από φιλέτα μπαρμπουνιών (8 μπαρμπούνια, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, 3 ποτήρια ασπίκ, 2 φλιτζάνια μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε τα μπαρμπούνια σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα βάζουμε μέσα σε φόρμα να παγώσουν στον πάγο μαζί με το ασπίκ. Σερβίρουμε με μαγιονέζα με μασεντουάν)

Στη σχάρα:

- Μπαρμπούνια στο χαρτί αλά μέτρ ντοτέλ (12 μπαρμπούνια, ½ ποτήρι λάδι, ½ μάτσο μαϊντανό, 6 φύλλα χαρτί λευκό, βούτυρο, χυμός 1 λεμονιού, αλάτι, πιπέρι)
- Μπαρμπούνια ω-σουπρέμ (όπως μπαρμπούνια στο χαρτί αλά μέτρ ντοτέλ, λάδι, και προσθέτουμε σάλτσα σουπρέμ με μερικά κινέλια από φάρσα του ψαριού και βούτυρο γαρίδας)
- Λαβράκι της σχάρας (αφού ψήσουμε το ψάρι στη σχάρα το περιχύνουμε με σάλτσα από λάδι, λεμόνι, αλάτι και μαϊντανό)
- Μπαρμπούνια αλά Βενετσιάνα (αφού ψήσουμε τα μπαρμπούνια στη σχάρα, συνοδεύουμε με σάλτσα αλά Βενετσιάνα)
- Φρίσες φρέσκες στη σχάρα (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις γαρνίρουμε με βούτυρο με μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Ρέγγες με σάλτσα από κάπαρη (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα από κάπαρη)
- Ρέγκες με σάλτσα μουστάρδα (τις ψήνουμε στη σχάρα, και σερβίρουμε με σάλτσα μουστάρδας, την οποία κάνουμε με βούτυρο, ζωμό, αλεύρι, αλάτι και μουστάρδα τα οποία ενώνουμε έχοντας τη κατσαρόλα στη φωτιά)
- Φιλέτα ρεγκών με σάλτσα (μαρινάρουμε φιλέτα φρέσκων ρεγκών, κατόπιν τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί αφού τις μουσκέψουμε σε λιωμένο βούτυρο και τις ψήνουμε στη σχάρα. Τις βάζουμε πάνω σε σάλτσα αυγών)
- Ψάρι με σάλτσα αυγών (μαρινάρουμε 1 συναγρίδα σε λεμόνι, λάδι και αλάτι και ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με σάλτσα αυγών και βρασμένες πατάτες)
- Ψάρι με σάλτσα σαρδέλας (ψήνουμε 1 λαβράκι στη σχάρα, το σερβίρουμε περιχύνοντάς το με σάλτσα από ουσία σαρδέλας, το γαρνίρουμε με παστρεμένες γαρίδες και με σφαιρίδια από κρέατα του ψαριού)

Στο τηγάνι:

- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα (4 γλώσσες, 1 κρεμμύδι, ½ μάτσο μαϊντανό, 10 φύλλα δάφνης, ρίγανη, βούτυρο φρέσκο, αλάτι, ½ ποτήρι γάλα, ½ ποτήρι αλεύρι, 2 αυγά, ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, 1 αστακό, πατάτες. Μαρινάρουμε πρώτα τα φιλέτα της γλώσσας σε κρεμμύδι, ρίγανη, χυμό λεμονιού, δάφνη, τα αλατίζουμε, τα βουτάμε σε γάλα, έπειτα στο αλεύρι, σε αυγό χτυπημένο και έπειτα σε ψίχα ψωμιού τριμμένη και τα τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με σάλτσα της του αστακού και γαρνίρουμε με πατάτες βραστές)
- Ψάρι γλώσσες αλά Γολβέρ (αφού μαρινάρουμε τις γλώσσες, τις πανάρουμε και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με βούτυρο φρέσκο με μαϊντανό ψιλοκομμένο)
- Κροκέτα του ψαριού (ψαχνά από βρασμένο ψάρι, άσπρη σάλτσα, 2 κρόκους αυγών, τα ανακατώνουμε στη κατσαρόλα στη φωτιά, πλάθουμε κροκέτες σε σχήμα αυγού, τις τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τηγανίζουμε)
- Σμαρίδες τηγανιτές (τις αλευρώνουμε κα τις τηγανίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με μισά λεμόνια)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (αφού ξαλμυρίσουμε τον μπακαλιάρο, κάνουμε χυλό από αλεύρι και νερό, βουτάμε μέσα τα τεμάχια του μπακαλιάρου και τα τηγανίζουμε σε λάδι. Σερβίρουμε με σκορδαλιά αν θέλουμε)
- Τσίροι τηγανιτοί (χτυπάμε τους τσίρους στη ράχη, τους μουσκεύουμε σε νερό τους, τους σχίζουμε, τους βουτούμε σε ένα χυλό από αλεύρι και νερό και τους τηγανίζουμε στο λάδι)
- Φριτούτα από μικρά ψάρια ή από φιλέτα ψαριών, ή από παστό ψάρι(βουτάμε το ψάρι σε πάτ ά φρίρ και τηγανίζουμε)

Καπνιστά:

- Ρέγγες καπνιστές σε κουτί (βγάζουμε τα φιλέτα 5-6 καπνιστών ρεγκών, κόβουμε μαϊντανό, μανιτάρια, γαρνίρουμε με βούτυρο, βάζουμε εναλλάξ τα φιλέτα με τη γαρνιτούρα και το βούτυρο, σκεπάζουμε με τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)

Κονσέρβα:

- Σαλάτα από γαρίδες με μαγιονέζα. Συνταγή Κας Παρρέν (1/2 οκά πατάτες, 2 κουταλιές κάπαρη, 4 αγγουράκια, ½ οκά μπιζέλια, 3 σαρδέλες, 20 γαρίδες, σάλτσα μαγιονέζας)
- Σαλάτα ρωσσική (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο σέλινο, 1 μάτσο ρέβες, ¼ οκάς φασόλια πράσινα, ¼ οκάς πατάτες, 4 παντζάρια, ¼ οκάς φασόλια ξηρά, 2 ρέγκες φιλέτα, 2 αγγουράκια, κάπαρη, 2 κρόκους αυγών, 2

κουταλιές λεμόνι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι. Αφού βράσουμε τα λαχανικά κομμένα σε κομμάτια, τα βάζουμε σε λαδόξιδο, προσθέτουμε και τις ρέγκες σε τετράγωνα κομμάτια, και ανακατεύουμε με μαγιονέζα)

- Σαλάτα από φιλέτα των λαβρακίων (μαγιονέζα, σαλάτα μαρούλια, φιλέτα ψαριών, αυγά σκληρά)
- Ψάρι αλά Βενετσιάνα (συναγρίδα, κρεμμυδάκια, σελινόριζα, 2 καρότα, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο τηγανίσματος, κρασί άσπρο, 4 σαρδέλες, βούτυρο, πιπέρι. Βράζουμε το ψάρι με 3 κουταλιές λάδι, αλεύρι, νερό, χυμό λεμονιού και τα χόρτα)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον (αφού ψήσουμε τον μπακαλιάρο όπως παραπάνω, τον στραγγίζουμε, τον βάζουμε σε λιωμένο βούτυρο χωρίς να βράσει, ανακατώνουμε συνεχώς, προσθέτουμε λίγο νερό ή γάλα ζεστό, προσθέτουμε φιλέτα σαρδέλων, 1 σκελίδα σκόρδου, ψιλοκομμένο μαϊντανό, ψημένες τρούφες, και τα βάζουμε στη φωτιά, όταν βράσουν σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Αστακός (βράζουμε 1 αστακό, τον στραγγίζουμε, αφήνουμε να κρυώσει, σπάμε τα όστρακα, καθαρίζουμε τα πόδια και βγάζουμε το κρέας του. Βάζουμε τα όστρακα στο πιάτο κόβουμε φέτες τον αστακό και τον βάζουμε από πάνω, γαρνίρουμε με μαϊντανό και συνοδεύουμε με σάλτσα: φιλέτα από 3 σαρδέλες, τα κοπανίζουμε σε γουδί, περνάμε από σίτα, προσθέτουμε μαγιονέζα, 1 κουταλιά μουστάρδα σε σκόνη, κάπαρη και αγγουράκια)

14. ΟΣΤΡΑΚΟΔΕΡΜΑ

Βραστά:

- Αστακοί βραστοί (βάζουμε τον αστακό σε βραστό νερό με αλάτι και ξύδι για 20΄. Έπειτα τον ανοίγουμε σε πιατέλα, γαρνίρουμε με μαϊντανό με σάλτσα αστακού. Η σάλτσα αστακού γίνεται με μαγιονέζα και διάφορα μικρά τεμάχια κρέατος από το όστρακο του αστακού και τα αυγά του κοπανισμένα, όλα αυτά αναμεμειγμένα και περασμένα από σίτα)
- Αστακός (βράζουμε 1 αστακό, τον στραγγίζουμε, αφήνουμε να κρυώσει, σπάμε τα όστρακα, καθαρίζουμε τα πόδια και βγάζουμε το κρέας του. Βάζουμε τα όστρακα στο πιάτο κόβουμε φέτες τον αστακό και τον βάζουμε από πάνω, γαρνίρουμε με μαϊντανό και συνοδεύουμε με σάλτσα: φιλέτα από 3 σαρδέλες, τα κοπανίζουμε σε γουδί, περνάμε από σίτα, προσθέτουμε μαγιονέζα, 1 κουταλιά μουστάρδα σε σκόνη, κάπαρη και αγγουράκια)
- Αστακός μαγιονέζα (ζεματίζουμε τον αστακό, τον περιχύνουμε με σάλτσα μαγιονέζας)
- Σάλτσα από αστακούς (2 αστακούς βρασμένους, λάδι, ξύδι, πηχτή, αυγά σκληρά, αφήνουμε τη φόρμα να παγώσει, σάλτσα με διάφορα χόρτα βρασμένα και ανακατωμένα με μαγιονέζα με πηχτή)
- Ορεκτικόν-ραγού από ψιλές φέτες αστακού με άσπρη σάλτσα (βράζουμε 1 αστακό, κόβουμε κατόπιν το κρέας του σε λεπτές φέτες, τις ρίχνουμε σε άσπρη σάλτσα και σερβίρουμε)
- Σαλάτα από γαρίδες με μαγιονέζα. Συνταγή Κας Παρρέν (1/2 οκά πατάτες, 2 κουταλιές κάπαρη, 4 αγγουράκια, ½ οκά μπιζέλια, 3 σαρδέλες, 20 γαρίδες, σάλτσα μαγιονέζας)

Στη κατσαρόλα:

- Σουπιές πιλάφι (σουπιές, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Αφού κόψουμε τις σουπιές σε κομμάτια, κοκκινίζουμε το κρεμμύδι, προσθέτουμε και τις σουπιές με το λάδι, την ντομάτα και τον ζωμό. Αφήνουμε να βράσουν 20΄. Βράζουμε χωριστά το ρύζι με ζωμό από τις σουπιές. Το αναμειγνύουμε κατόπιν με τις σουπιές και σερβίρουμε)
- Μύδια πιλάφι (μύδια, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Μύδια πιλάφι (2 κρεμμύδια, λάδι, μύδια με όστρακα, ντομάτα, νερό, ρύζι)
- Χταπόδι με πιλάφι (χταπόδι, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Καλαμαράκια πιλάφι(καλαμαράκια, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Φρέσκο χταπόδι με ντομάτα σάλτσα (φρέσκο χταπόδι, 2 κρεμμύδια, λάδι, αλάτι, ½ φλιτζάνι κρασί άσπρο, ντομάτες, 1 κουταλιά αλεύρι. Αφού αφαιρέσουμε το μελάνι και την άμμο που βρίσκονται στο σακουλάκι, το κοπανάμε και το τρίβουμε. Το βάζουμε στη κατσαρόλα να χύσει το πρώτο νερό, και να πάρει χρώμα. Κατόπιν κοκκινίζουμε τα κρεμμύδι, προσθέτουμε το χταπόδι κομμένο σε κομμάτια, την ντομάτα, και σβήνουμε με το κρασί. Στο τελείωμα ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι με λίγο λάδι και προσθέτουμε το φαγητό να βράσει μια ώρα)
- Σαλιάγκοι γιαχνί (σαλιγκάρια, λάδι, 4 κρεμμύδια, ντομάτες, πιπέρι, αλάτι. Ξεπλένουμε τους σαλιάγκους, τους σκεπάζουμε με νερό στην κατσαρόλα και αφήνουμε να βράσουν στον ήλιο έως ότου βγουν από το καυκί τους. τους βγάζουμε με το πιρούνι, τους ξεπλένουμε με κρύο νερό και τους γιαχνίζουμε με κρεμμυδάκια, ντομάτα, λάδι και αφήνουμε να βράσουν για μισή ώρα)
- Καλαμαράκια πλακί (τα κόβουμε σε κομμάτια όπως και αρκετό κρεμμύδι, τα κοκκινίζουμε με λάδι, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα πελτέ, σέσκουλα, ξυνίθρα, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες, και αφήνουμε να βράσουν)
- Σουπιές πλακί (όπως καλαμαράκια πλακί)
- Αστακός κατ' άλλον τρόπον (κόβουμε 1 κρεμμύδι, το καβουρδίζουμε με λάδι, κόβουμε τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλά του και τον τηγανίζουμε σε δυνατή φωτιά. Ρίχνουμε λίγο κρασί άσπρο, λίγη ντομάτα, λίγη σάλτσα εσπανιόλ, λίγο ζωμό, κρέατος και πιπέρι κόκκινο και αφήνουμε να βράσει 20΄)
- Γαρίδες κατ' άλλον τρόπον (γίνονται όπως αστακός κατ' άλλον τρόπον)

- Σουπιές γιαχνί (αφαιρούμε το κόκαλο και τα εντόσθια από τις σουπιές, τις κόβουμε σε μικρά κομμάτια. Κοκκινίζουμε αρκετό κρεμμύδι ψιλοκομμένο στο λάδι, προσθέτουμε τις σουπιές, έπειτα ντομάτα λιωμένη, λίγο κρασί, μαϊντανό, και χυμό ενός λεμονιού, πιπέρι, αλάτι και σερβίρουμε)
- Σουπιές πλακί (όπως σουπιές γιαχνί με τη διαφορά ότι προσθέτουμε σέσκουλα, ξινήθρα, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, και κρεμμυδάκια φρέσκα)
- Πιλάφι με μύδια σαρακοστιανά (Βάζουμε μύδια Σαλαμίνος στη κατσαρόλα αφού τα καθαρίσουμε για να ανοίξουν, φυλάσσουμε τον ζωμό και αφαιρούμε τα όστρακα. Μαραίνουμε 2 κρεμμύδια σε μια κατσαρόλα με λάδι, σβήνουμε με το ζωμό των μυδιών και με ντομάτα, αφήνουμε να βράσουν, ρίχνουμε το ανάλογο νερό και τα μύδια, ρίχνουμε το ρύζι και αφήνουμε μέχρι να βράσει το ρύζι)
- Μύδια φαρσί (καθαρίζουμε μεγάλα μύδια, τα ξύνουμε, τα βάζουμε στην κατσαρόλα να ανοίξουν πάνω στη φωτιά. Τσιγαρίζουμε 1 κρεμμύδι, σβήνουμε με το ζωμό των μυδιών, προσθέτουμε ντομάτα και νερό και τέλος το ρύζι. Αφού βράσει με ένα κουτάλι γεμίζουμε τα μύδια με τα κοκίλλια, κλείνουμε με κλωστή άσπρη το κάθε μύδι και τα σερβίρουμε αφού βγάλουμε την κλωστή)
- Αστακός κατά τον Αμερικάνικον τρόπον (καρότα, κρεμμύδι, 2-4 κόκκους πιπέρι, αλάτι, 1 δεμάτι από μυρωδικά, 1 αστακό σε τεμάχια, 1 ποτήρι καλό κονιάκ, άσπρο κρασί, γιαχνίζουμε, σερβίρουμε με σάλτσα από γαρίδες)
- Μύδια στην κατσαρόλα (3 κρεμμύδια, καρότα, σκόρδο, πιπέρι, γαρύφαλλα, μαϊντανό, θυμάρι, δάφνη, 1 ποτήρι κρασί, το κρέας των μυδιών, προσθέτουμε στη σάλτσα βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Μύδια πλακί (φρέσκα κρεμμύδια τα κοκκινίζουμε σε λάδι, προσθέτουμε άνηθο και τα μύδια, βάζουμε χυμό λεμονιού ή ντομάτα, νερό, λίγη τριμμένη ψίχα ψωμιού και πιπέρι και σερβίρουμε)
- Μύδια με σάλτσα (βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδια, 1 κουταλιά αλεύρι την οποία ανακατώνουμε με βούτυρο, βρέχουμε με ζωμό των μυδιών που έχουμε βράσει με όστρακα, προσθέτουμε πιπέρι και μοσχοκάρυδο, κρόκους αυγών και χύνουμε πάνω στα μύδια από τα οποία έχουμε βγάλει τα όστρακα)

Στη σχάρα:

- Στρείδια στη σχάρα (20 στρείδια, μαϊντανό, αλάτι, 5 κουταλιές λάδι, ½ φλιτζάνι ψωμί τριμμένο, πιπέρι, ρίγανη, χυμό 1 λεμονιού. Πλένουμε τα στρείδια, τα ανοίγουμε και τα ξεκολλάμε από το κόκαλό τους. ενώνουμε το ζουμί των στρειδιών με τα υλικά και προσθέτουμε σε κάθε στρείδι 1 κουταλιά από τη σάλτσα αυτή. Ψήνουμε στη σχάρα 10΄)

Στο φούρνο:

- Στρείδια στο φούρνο (20 στρείδια, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο, μπεσαμέλ)
- Πίνες με λεμόνι (Ανοίγουμε τις πίνες, στραγγίζουμε τη θάλασσα, τις καθαρίζουμε αφαιρώντας το μαύρο μέρος που λέγεται κάρβουνο, αφαιρούμε το σακούλι με την άμμο, την βάζουμε με λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ψωμί τριμμένο και τη θάλασσα να ψηθεί στο φούρνο για 20΄)
- Καλαμαράκια γεμιστά (κόβουμε 1 κρεμμύδι, τα πόδια των καλαμαριών, τα καβουρδίζουμε με λίγο λάδι, προσθέτουμε ντομάτα, κουκουνάρια, ρύζι και μαϊντανό. Με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε τα καλαμαράκια, τα τοποθετούμε σε ένα ταψί, ρίχνουμε λίγο λάδι, λεμόνι, και ψήνουμε στο φούρνο ¾ ώρας.
- Σουπιές γεμιστές (όπως καλαμαράκια γεμιστά)
- Αστακός ω-γκρατέν (βράζουμε τον αστακό τον χωρίζουμε σε μικρά τεμάχια και τον βάζουμε σε ταψί με σάλτσα μπεσαμέλ και ψωμί τριμμένο να πάρει χρώμα. Γαρνίρουμε με φύλλα μαϊντανού)
- Γαρίδες ω-γκρατέν (όπως αστακός ω γκρατέν)

Στο τηγάνι:

- Στρείδια τηγανιτά (εάν θέλουμε πανάρουμε πρώτα τα στρείδια αφού τα έχουμε ξεκολλήσει από το κόκαλό τους σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Πίνες τηγανιτές (καθαρίζουμε τις πίνες αφαιρώντας το μαύρο μέρος που λέγεται κάρβουνο, αφαιρούμε το σακούλι με την άμμο, την αλευρώνουμε και την τηγανίζουμε σε αρκετό λάδι, ρίχνουμε κατόπιν κρασί μαύρο και αφήνουμε να το πιει και σερβιρίσουμε με τη σάλτσα)
- Καλαμαράκια τηγανιτά (βγάζουμε το κόκαλο και την άμμο από τα καλαμαράκια, τα αλευρώνουμε και τα τηγανίζουμε σε αρκετό λάδι. Ρίχνουμε λίγο μαύρο κρασί και αφήνουμε να το πιουν, σερβίρουμε με τη σάλτσα.
- Καλαμαράκια πανέ (πάναρουμε τα καλαμαράκια σε ψωμί τριμμένο και αυγό, τα τηγανίζουμε σε βούτυρο για 20΄)
- Κοτολέτες αστακού (βράζουμε τον αστακό, τον κόβουμε σε τεμάχια, προσθέτουμε μπεσαμέλ, πλάθουμε σχήματα κοτολέτας με κάθε πόδι του αστακού, τα πανάρουμε και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Σερβίρουμε με σάλτσα αστακού ζεστή η οποία γίνεται από κοκάλα αστακού κοπανισμένα με σάλτσα βελουτέ και ουσία αστακού)
- Μύδια τηγανιτά (Βάζουμε στη φωτιά χωρίς νερό τα μύδια αφού τα έχουμε καθαρίσει σε ζεστό νερό, και όταν ανοίξουν παίρνουμε το κρέας τους, το βουτάμε σε χυλό από αλεύρι με νερό και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Φριτούρα από στρείδια (βουτάμε τα στρείδια σε πάτ ά φρίρ και τα τηγανίζουμε)
- Φριτούρα από μύδια (βουτάμε τα μύδια σε πάτ ά φρίρ και τα τηγανίζουμε)

15. ΑΥΓΑ

Βραστά:

- Αυγά σφιχτά

- Μυαλά μοσχαριού μαγιονέζα (τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με λαρδί, φέτες λεμόνι, 1 κρεμμύδι, 2 γαρύφαλλα, ζωμό και μυρωδικά. Αφού κρυώσουν τα βάζουμε σε μια σαλάτα από μαρούλια με μερικά κομμάτια αυγών σφιχτών και μαγιονέζα)
- Σαλάτα μον-καπρίς (πατάτες βραστές, κολοκυθάκια βραστά, μαγιονέζα, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, αυγά βραστά, ντομάτες)
- Διάφορες σαλάτες χόρτων (χόρτα ψιλά βρασμένα, ντομάτες τις οποίες γεμίζουμε με τα χόρτα, τις περιχύνουμε με σάλτσα μαγιονέζα και αυγά βρασμένα και καρδιές μαρουλιών. Αν δεν έχουμε ντομάτες, γεμίζουμε βρασμένα παντζάρια)
- Σαλάτα από φιλέτα των λαβρακίων (μαγιονέζα, σαλάτα μαρούλια, φιλέτα ψαριών, αυγά σκληρά)
- Πουλιά με μαγιονέζα (2 πουλιά τα οποία βράζουμε, 4-5 αυγά σφικτά, μαϊντανό, 1-2 παντζάρια βρασμένα, μαγιονέζα)
- Σάλτσα από αστακούς (2 αστακούς βρασμένους, λάδι, ξύδι, πηχτή, αυγά σκληρά, αφήνουμε τη φόρμα να παγώσει, σάλτσα με διάφορα χόρτα βρασμένα και ανακατωμένα με μαγιονέζα με πηχτή)

Στη κατσαρόλα:

- Αυγά κατά τον Γερμανικόν τρόπον (1 ποτήρι γάλα σε μια κατσαρόλα, βάζουμε βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, αφήνουμε να γίνει ένας ζωμός, βάζουμε σκληρά αυγά κομμένα σε φέτες, μετά 10΄προσφέρουμε)
- Σπανάκι με αυγά μάτια (αφού ζεματίσουμε το σπανάκι, το βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, λίγο γάλα, και το αφήνουμε να βράσει. Τηγανίζουμε αυγά και τα βάζουμε πάνω στον πουρέ σπανάκι, σερβίρουμε με βούτυρο και κρουτόν)
- Αυγά φορμέ (σπάμε τα αυγά σε μικρές βουτυρωμένες ατομικές φόρμες και της θέτουμε εντός κατσαρόλας με βραστό νερό. Τα συνοδεύουμε με κρουτόν και σάλτσα ντομάτας ή πουρέ πατάτας με ντομάτα ή πουρέ σπανάκι ή πατάτας)

Στο φούρνο:

- Αυγά κατά τον χωρικόν τρόπον (αλείφουμε ένα πιάτο με βούτυρο, το βάζουμε στη φωτιά, σκεπάζουμε μέσα τα αυγά, βάζουμε αλάτι, πιπέρι, σκεπάζουμε με κρέμα κα αφήνουμε να σιγοψηθούν)

Στο τηγάνι:

- Αυγά τηγανιτά με σάλτσα ντομάτα (βούτυρο σε ένα τηγάνι, όταν ζεσταθεί σπάμε τα αυγά, αλατίζουμε διπλώνουμε το ασπράδι να σκεπάσει τον κρόκο, τα στραγγίζουμε και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας)

Σάλτσες

- Σάλτσα αυγού
- Σάλτσα μαγιονέζα(δια 6 άτομα)
- Σάλτσα από βούτυρο αλά εγγλέζα με αυγά
- Σάλτσα ρεμουλάντ
- Σάλτσα μαγιονέζα με ζιλέ
- Σάλτσα Νορμανδική
- Σάλτσα από αστακούς

Ζωμοί –Σούπες

- Κονσομέ
- Κονσομέ-έτερος τρόπος
- Κονσομέ βασιλικό
- Βάσις της σούπας
- Διάφορες σούπαι
- Σούπα της υγείας αλλά ρεζιέν
- Σούπα από ξινήθρα (2 μάτσα ξυνίθρα, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό 1 κρόκο αυγού, ψωμάκια τηγανισμένα, ½ φλιτζάνι γάλα)
- Σούπα αλά Ροιγιάλ (5 αυγά, γάλα, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, βούτυρο)
- Σούπα της Βασιλίσσης Όλγας (φάρον, 2 πουλιά, 3 κρόκους αυγών, ½ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα της Βικτωρίας
- Σούπα των Κυνηγών
- Σούπα από κρέμα της όρνιθος
- Σούπα από ρύζι αυγολέμονο
- Ελληνική σούπα του Πάσχα
- Ζελέ ασπίκ

Φάρσες

- Φάρσες δια κινέλια από πουλιά
- Γαλαντίνα από γαλόπουλο
- Γαλαντίνα από φαζάνια
- Γαλαντίνα από πέρδικες
- Μουσακάς κολοκυθάκια
- Μουσακάς μελιτζάνες
- Ντομάτες γεμιστές του φούρνου
- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον
- Κεφτέδες

- Άσπρα λουκάνικα από πουλιά
- Ψωμί από πουλιά αλά μοδέρνα με ζελέ
- Ψωμί από πέρδικες
- Πατάτες γεμιστές

Πάστες

- Πάστα νούλι
- Ραβιόλια
- Πάστες αφλάν (150 δράμια αλεύρι, βούτυρο Μιλάνου, νερό, αλάτι, 4 κρόκους αυγών. Αν προορίζεται για γλυκό προσθέτουμε και ζάχαρη)
- Κοτόπητα
- Κρεατόπητα
- Τυρόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ και προσθέτουμε τυρί φέτα)
- Σπανακόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ, πουρέ σπανάκι και τυρί φέτα)
- Σουφλέ με τυρί

Πανέ

- Καλαμαράκια πανέ
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού

Πουρέδες

- Πουρέ από ξινήθρα

Διάφορα πιάτα

- Μπούτι αρνιού με πατάτες (1 μπούτι αρνιού, 4 κουταλιές βούτυρο, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, αλάτι, 300 δραμ. πατάτες, 2 κρόκους αυγών, ¼ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος)
- Φρικασέ κοτόπουλα τηγανισμένα
- Πλατάρια του γάλου
- Κοτόπουλο από φρικασέ
- Πουλιά φρικασσέ
- Πουλιά με μπιζέλια
- Ψάρι βραστόν αλά Εγγλέζα
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Κέλλυ
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Μπήττυ
- Ψάρι λαβράκι αλά σαβπόρ
- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα
- Μύδια με σάλτσα
- Νιόκι Παρισινό
- Ορτύκια ό-γκρατέν
- Τιμπάλ από μακαρόνια
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλά μιλανέζα
- Μικρά κρουστάν από ρύζι (αφού βράσουμε το ρύζι με γάλα, προσθέτουμε λίγη παρμεζάνα, 2 κρόκους αυγών, αφού κρυώσουν τα κόβουμε σε μικρό σχήμα)
- Ραβιόλια
- Κουκιά φρέσκα
- Πιζέλια κατ' άλλον τρόπον
- Μανιτάρια φρικασέ
- Πατάτες με μανιτάρια
- Εντράδα σέλινο αυγολέμονο
- Σέλινα αυγολέμονο
- Εντράδα με αγκινάρες
- Εντράδα με αντίδια
- Αρνί με κρομμυδάκια φρέσκα (αρνάκι, 1-2 κρεμμύδια ξερά, 2 κουταλιές αλεύρι, 3 κουταλιές βούτυρο, 12 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο, 2-3 αυγά, 2 λεμόνια)
- Ελληνική σούπα του Πάσχα

Κροκέτες

- Κροκέτα από αγκινάρες
- Κροκέτες τηγανιτές από πατάτες για γαρνιτούρα
- Κροκέτες από πουλιά
- Κροκέτες από κυνήγιον ώ σοπρέμ
- Κροκέτα του ψαριού

16. ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Γάλα

- Βάσις της σούπας (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, 2 κρόκους αυγών, γάλα, φρέσκο βούτυρο, ψωμί τηγανισμένο. Μπορεί να προστεθούν διάφορα είδη πουρέδων όπως πατάτας, από ξυνίθρα, από καρότα, από κρέμα ρυζιού, από ρίζες χόρτων, από κρεμμύδια, από μπιζέλια, από κάστανα, από σέλινο, από ρέβες, από κουνουπίδι, από φασόλια πράσινα, από φάρον)
- Σούπα από ξυνίθρα
- Σούπα αλά Ροιγιάλ (5 αυγά, γάλα, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, βούτυρο)
- Σουφλέ με τυρί (τυρί, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, 4 αυγά, αλάτι, μοσχοκάρυδο, ψήνεται σε κατσαρόλα ατμού ή σε μπαιν μαρί)
- Άσπρη σάλτσα
- Σπανάκι με κρέμα
- Σπανάκι με αυγά μάτια
- Πουρές από πατάτες κατ' άλλον τρόπον (6 μεγάλες πατάτες, 1 κουταλιά φρέσκο βούτυρο, ½ φλιτζάνι γάλα, αλάτι, κρέμα γάλακτος, μοσχοκάρυδο, γλάσο των πουλιών, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Νιόκι Παρισινό
- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Κέλλυ
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Μπήττυ
- Ψάρι λαβράκι αλά σαβπόρ
- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα
- Φάρσες δια κινέλια από πουλιά
- Μουσακάς κολοκυθάκια
- Σουντζουκάκια
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλα μιλανέζα
- Μικρά κρουστάν από ρύζι
- Κροκέτες από πουλιά
- Αυγά κατά τον Γερμανικόν τρόπον
- Πουλιά φρικασσέ
- Πουλιά με μπιζέλια

Τυρί

- Τυρόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ και προσθέτουμε τυρί φέτα)
- Σπανακόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ, πουρέ σπανάκι και τυρί φέτα)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (τυρί κασσέρι)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τυρί τριμμένο)
- Σουφλέ με τυρί (τυρί, γάλα, αλεύρι, βούτυρο, 4 αυγά,
- Φιδές για γαρνιτούρα (φιδές, βούτυρο, παρμεζάνα ή κασκαβάλι)
- Σαλάτα από τυρί της κρέμας με διάφορα φρούτα
- Σαλάτα με τυρί της κρέμας με σέλινο και καρύδια (σέλινα άσπρα, καρύδια, σάλτσα μαγιονέζα, τυρί της κρέμας, ελιές Καλαμών)
- Τιμπάλ από μακαρόνια
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλα μιλανέζα
- Μικρά κρουστάν από ρύζι Ραβιόλια
- Μικρά δαριόλ από νούλι
- Πολέντα
- Μακαρόνια Ιταλικά
- Μακαρονοπαστίτσιο
- Μακαρόνια ώ-γκρατέν (βράζουμε τα μακαρόνια, τα στραγγίζουμε, βάζουμε βούτυρο Μιλάνου, ψωμί τριμμένο, τυρί τριμμένο και ψήνουμε στο φούρνογι40΄. Συνήθως προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας αντί για μπεσαμέλ)
- Νιόκι Παρισινό
- Τιμπάλ από ρύζι
- Ψάρι ω-γρατέν
- Κολοκυθοκεφτέδες
- Κροκέτες τηγανιτές από πατάτες για γαρνιτούρα
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον
- Κεφτέδες
- Σουτζουκάκια

Κρέμα γάλακτος

- Σούπα της Βασιλίσσης Όλγας
- Μπούτι αρνιού με πατάτες

- Ψάρι βραστόν αλά Εγγλέζα
- Πουρέ από ξυνίθρα (2 κρόκους και κρέμα γάλακτος
- Πουρές από πατάτες κατ' άλλον τρόπον
- Πουρές από κάστανα (κρέμα γάλακτος, ζάχαρη, βούτυρο, ζωμό κρέατος, κάστανα, εσπανιολ)
- Μακαρόνια Ιταλικά
- Φάρσες δια κινέλια από πουλιά
- Ψωμί από πέρδικες
- Ψωμί από πουλιά αλά μοδέρνα με ζελέ
- Αυγά κατά τον χωρικόν τρόπον

ΌΣΠΡΙΑ

Βραστά:

- Ξερά κουκιά φάβα (αφού τα μαλακώσουμε στο νερό, τα βράζουμε. Προσθέτουμε 4-5 κρεμμυδάκια και λάδι. Σερβίρουμε αφού τα στραγγίξουμε με ρίγανη και λάδι)
- Σαλάτα ρωσσική
- Σούπα πουρέ από φασόλια
- Φασόλια ξηρά (φασόλια, νερό, καρότα, ρέβες, σέλινο, κρεμμυδάκι, αλάτι, λάδι, λεμόνι)
- Σούπα πουρέ από φακαίς
- Φακαίς σούπα (τις βράζουμε με διάφορα χόρτα ψιλοκομμένα και σκελίδες σκόρδο, τις σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)-
- Φακαίς σούπα (τις βράζουμε με διάφορα χόρτα ψιλοκομμένα και σκελίδες σκόρδο, τις σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)-
- Σούπα πουρέ από ρεβίθια
- Ρεβίθια (νερό, 4 κουταλιές στάχτη, ρεβίθια, χύνουμε το πρώτο νερό, 2-3 κρεμμύδια, λάδι, λεμόνι, σόδα για να βράσουν πιο γρήγορα)
- Όσπρια γιαχνί (2 κρεμμύδια, όσπρια, λάδι, ντομάτα, ζωμό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Φακαίς (τις ζεματίζουμε, τις στραγγίζουμε και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, και αφού τις γιαχνίσουμε τις σερβίρουμε με κρουτόν) –
- Φακαίς (τις ζεματίζουμε, τις στραγγίζουμε και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, και αφού τις γιαχνίσουμε τις σερβίρουμε με κρουτόν) 2 φορές η ίδια συνταγή
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον (τις βράζουμε με σκόρδο, και 1-2 καρότα, και τις στραγγίζουμε, τις προσθέτουμε σε κατσαρόλα με φέτες ψωμί, τυρί παρμεζάνα, αλάτι, βούτυρο και αφήνουμε να πάρουν 2-3 βράσεις)
- Φασόλια άσπρα (αφού τα μισοβράσουμε χύνουμε το πρώτο νερό και βάζουμε άλλο, ρίχνουμε δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό και αλάτι. Αφού βράσουν τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει αρκετό κρεμμύδι ψιλοκομμένο με βούτυρο και αφήνουμε να πάρουν 1-2 βράσεις)
- Φασόλια άσπρα ξηρά κατ' άλλον τρόπον (αφήνουμε τα φασόλια να πάρουν 1 βράση, αλλάζουμε το νερό, ρίχνουμε μυρωδικά και 1 κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλο. Όταν βράσουν τα στραγγίζουμε και τα σοτάρουμε σε κατσαρόλα με άφθονο βούτυρο. Σερβίρουμε με άφθονο βούτυρο, μαϊντανό και χυμό λεμονιού)
- Κουκιά με σάλτσα άσπρη (κουκιά, στάχτη, αλάτι, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, σάλτσα άσπρη)
- Κουκιά φρέσκα (κουκιά βρασμένα, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, κρόκους αυγών, ζάχαρη)
- Πουρέ από κουκιά (βράζουμε τα κουκιά, τα περνάμε από σίτα, προσθέτουμε σάλτσα μπεσαμέλ και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Εντράδα κουκιά ξεφλουδισμένα
- Πουρές από φασόλια ξερά (γίνεται όπως ο πουρές πατάτας, βράζουμε τα φασόλια με διάφορα χόρτα και όταν βράσουν τα λιώνουμε και ρίχνουμε τα υπόλοιπα υλικά)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Σιτάλευρο

Ζύμες

- Πάστα νούλι (αλεύρι, 3 αυγά, βούτυρο Μιλάνου, ανοίγουμε την πάστα με παστόξυλο, κόβουμε το νούλ όπως το χονδρό φιδέ, και το παρασκευάζουμε όπως τα μακαρόνια)
- Ραβιόλια (ετοιμάζουμε πάστα νούλ, έχουμε μια γέμιση με λίγα ψαχνά πουλιού, λίγα συκωτάκια ή μυαλό, τα κοπανίζουμε, προσθέτουμε παρμεζάνα, 2 κρόκους αυγών, μοσχοκάρυδο, γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα ραβιόλια και βράσουμε για 15 λεπτά)
- Πάστα φυλλώδη (100 δράμια αλεύρι, νερό χλιαρό, αλάτι, κάνουμε μια ζύμη μαλακή. Έχουμε πάχος περασμένο από τη μηχανή του κρέατος και ζυμωμένο με το χέρι. Ανοίγουμε ην πάστα, προσθέτουμε το πάχος, διπλώνουμε να σκεπαστεί, ανοίγουμε την πάστα σε σχήμα μακρουλό, την διπλώνουμε σε 3 μέρη, και εξακολουθούμε το ίδιο 5 φορές. Η πάστα αυτή χρησιμεύει για βολοβάν, πετί πανέ, πετί μπουσσέ, ταρταλέτας κτλ.)
- Πάστες αφλάν (150 δράμια αλεύρι, βούτυρο Μιλάνου, νερό, αλάτι, 4 κρόκους αυγών. Αν προορίζεται για γλυκό προσθέτουμε και ζάχαρη)
- Κοτόπητα (1 όρνιθα, φύλλα ζυμαρικά, βούτυρο για τα φύλλα, βούτυρο φρέσκο, 6 αυγά)
- Κρεατόπητα (εκτελείται όπως κοτόπητα, με τη διαφορά ότι αντί για κοτόπουλο βάζουμε κρέας)

- Τυρόπηττα (κάνουμε μπεσαμέλ και προσθέτουμε τυρί φέτα)
- Σπανακόπηττα (κάνουμε μπεσαμέλ, πουρέ σπανάκι και τυρί φέτα)
- Σουφλέ με τυρί (τυρί, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, 4 αυγά, αλάτι, μοσχοκάρυδο, ψήνεται σε κατσαρόλα ατμού ή σε μπαίν μαρί)

Σούπες

- Σούπα από ξυνίθρα
- Βάσις της σούπας
- Ελληνική σούπα του Πάσχα
- Ζωμός από χόρτα (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα μαϊντανό, 5 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα ρέβες, λίγο στάρι, την ίδια ποσότητα κριθάρι, καλαμπόκι και μπιζέλια. Σοτάρουμε τα λαχανικά με βούτυρο ή λάδι, και προσθέτουμε νερό)

Σάλτσες

Σάλτσα Ισπανική σκούρα

- Σάλτσα βελουτέ
- Σάλτσα σουπρέμ
- Σάλτσα εαρινή
- Σάλτσα μπεσαμέλ
- Σάλτσα κρέμα
- Σάλτσα ζεστή και κρύα λευκή
- Σάλτσα ζεστή και κρύα ξανθή
- Σάλτσα προβενσάλ
- Σάλτσα από στρείδια
- Σάλτσα αλά Σιτσιλιάνα
- Σάλτσα αλά ινδιάνα
- Σάλτσα με βούτυρο φρέσκον
- Σάλτσα με βούτυρον και κάπαρη
- Σάλτσα από βούτυρο αλά εγγλέζα με αυγά
- Σάλτσα ντομάτα

Στο τηγάνι

- Πουλερικά στην άρμη
- Κροκέτες από πουλιά
- Κροκέτες από κυνήγιον ώ σοπρέμ
- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα
- Μπακαλιάρος τηγανιτός
- Τσίροι τηγανιτοί
- Μύδια τηγανιτά

Πατατάλευρο

Σάλτσες

- Σάλτσα αλά κλερμόν
- Φιλέτο βοδινόν μπριζέ (λαρδώνουμε το φιλέτο, το βάζουμε σε κατσαρόλα άσπρο κρασί, ζωμό, βούτυρο, ζωμό, πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό για τη σάλτσα)
- Φιλέτο βωδινό αλά Ζαρντινιέρα
- Κοτολέτες του μοσχαριού σωτέ με μπιζέλια (φεκιούλ)
- Κοτολέτες από χοιρίδιον σοτέ(φεκιούλ)
- Ψάρι γλώσσες αλά Γερμανικά(φεκιούλ)
- Πουρέ από τρούφες(φεκιούλ)

Σιμιγδάλι

- Σούπα από σιμιγδάλι (κονσομέ, σιμιγδάλι)
- Πολέντα (νερό, 150 δράμια σιμιγδάλι, βούτυρο, παρμεζάνα, αφού βράσει γεμίζουμε μια φόρμα και την αφήνουμε για λίγο στο φούρνο. Σερβίρουμε μια γέμιση από λίγο πουλί με σάλτσα Ισπανική ή κρέας με σάλτσα ντομάτας)

Κριθάρι

- Ζωμός από χόρτα (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα μαϊντανό, 5 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα ρέβες, λίγο στάρι, την ίδια ποσότητα κριθάρι, καλαμπόκι και μπιζέλια. Σοτάρουμε τα λαχανικά με βούτυρο ή λάδι, και προσθέτουμε νερό)
- Σούπα της Βασιλίσσης Όλγας (φάρον, 2 πουλιά, 3 κρόκους αυγών, ½ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα από φάρον (φάρον, βάσι της σούπας)

Ψωμί

- Κεφτέδες
- Σουτζουκάκια
- Μουσακάς μελιτζάνες
- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον

- Κεφάλι μοσχαριού Ολλανδέζα
- Κροκέτες από μοσχάρι
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό
- Αρνάκι γεμιστό
- Μυαλά μοσχαριού ή βωδινά από τηγάνι
- Κοτολέτες από χοιρίδιον στη σχάρα
- Μπεκάτσαις με κρασί (κρουτόν)
- Σαλμί από μπεκάτσες
- Ορτύκια ό-γκρατέν
- Μπριζόλες από περιστέρια (στη σχάρα)
- Περιστέρια με σάλτσα αυγών
- Ορτύκια αλά κραπουντέν με σάλτσα Ταρτάρ
- Πιτσούνια αλά κραπουντέν με σάλτσα Ταρτάρ
- Πιτσούνια αλά κραπουντέν με σάλτσα Ταρτάρ
- Συκώτι της χήνας με γαρνιτούρα από τρούφες (στο τηγάνι)
- Φριτούρα από πουλιά κατά τον Ιταλικόν τρόπον
- Κροκέτες από πουλιά
- Κροκέτες από κυνήγιον ώ σοπρέμ
- Φιλέτα των πτηνών αλά βιλλερουά
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά
- Τουρνετό από γαλόπουλο με σάλτσα
- Άσπρα λουκάνικα από πουλιά
- Ψάρι μπουγιαμπές
- Ψάρι του φούρνου
- Λουκάνικα από ψάρι κατά τον τρόπον της Πολωνίας
- Μπακαλιάρος με γαρνιτούρα
- Μπακαλιάρος με άσπρη σάλτσα
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον
- Μπακαλιάρος φέτες
- Ψάρι ω-γρατέν
- Ψάρι συναγρίδα στο πιάτο
- Φιλέτα ρεγγών με σάλτσα
- Ρέγγες καπνιστές σε κουτί
- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα
- Ψάρι γλώσσες αλά Γολβέρ
- Κροκέτα του ψαριού
- Μύδια πλακί
- Στρείδια στη σχάρα
- Στρείδια τηγανιτά
- Καλαμαράκια πανέ
- Κοτολέτες αστακού
- Πίνες με λεμόνι
- Αστακός ω-γκρατέν
- Γαρίδες ω-γκρατέν
- Φακαίς (κρουτόν) – 2 φορές η ίδια συνταγή
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον
- Πιζέλια κατά τον Γαλλικόν τρόπον (κρουτόν)
- Μπιζέλια του κουτιού σωταρισμένα (2 κουτιά μπιζέλια, βούτυρο, κρουτόν)
- Σπανάκι με ψωμάκια (κρουτόν)
- Αγγινάρες παραγεμιστές
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια(κρουτόν)
- Πουρές από αγγινάρες με κροτόνια
- Αγκινάρες κροκέταις τηγανιτές
- Πατάτες γεμιστές
- Πατάτες κατά τον Ολλανδικό τρόπο
- Κροκέτες τηγανιτές από πατάτες για γαρνιτούρα
- Σέλινα (κροκέτες)

Σούπες

- Βάσις της σούπας
- Σούπα της υγείας αλλά ρεζιέν

- Σούπα των Κυνηγών
- Σούπα από σπαράγγια (σπαράγγια, κονσομέ, κροτόνια)
- Σούπα από ξινήθρα
- Σούπα από μικρά καρότα νέα (κονσομέ, 4 μάτσα καρότα, βούτυρο, ζωμό, ψωμάκια)
- Σούπα από μικρά κρεμμυδάκια άσπρα

Ζυμαρικά

- Σούπα με πάστα (πάστα της Ιταλίας, νερό, αλάτι, κονσομέ)
- Σούπα από ταπιόκα (κονσομέ, ταπιόκα)
- Σούπα από σιμιγδάλι
- Σούπα από πάστα με ντομάτα (ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας πάστα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Σούπα από φιδέ με ντομάτα(ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας φιδέ, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Φιδές για γαρνιτούρα (φιδές, βούτυρο, παρμεζάνα ή κασκαβάλι)
- Μακαρόνια Ιταλικά (μακαρόνια, τυρί τριμμένο Ιρουγιέρ και παρμεζάνα, βούτυρο, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, 2 -3 κουταλιές κρέμα, τα σερβίρουμε με καμένο βούτυρο, τυρί τριμμένο, και σάλτσα ντομάτα ή άλλη σάλτσα που θέλουμε)
- Νιόκι Παρισινό (2 φλιτζάνια γάλα, βούτυρο φρέσκο, 3 φλιτζάνια αλεύρι, 8 αυγά, ½ φλιτζάνι παρμεζάνα, βούτυρο για το περιεχόμενο, τυρί επάνω, αλάτι. Βράζουμε το γάλα, ρίχνουμε το βούτυρο, το αλάτι και κατόπιν το αλεύρι και ανακατώνουμε να γίνει μια πάστα ελαστική, ρίχνουμε τη παρμεζάνα και κατόπιν τα αυγά, έπειτα βάζουμε την πάστα σε μια σακούλα με κορνέ. Την κόβουμε σε μακαρόνια, τα βράζουμε 10΄με αλάτι και σερβίρουμε όπως τα μακαρόνια)
- Τιμπάλ από μακαρόνια (αλείφουμε μια σαρλότ με βούτυρο, τη σκεπάζουμε με πάστα φυλλώδη, ετοιμάζουμε μακαρόνια, προσθέτουμε μπεσαμέλ, βούτυρο, παρμεζάνα, 3 κρόκους αυγών, λίγα άσπρα του πουλιού σε μικρά κομμάτια, γεμίζουμε το τιμπάλ, το σκεπάζουμε με πάστα και το βάζουμε στο φούρνο για 40΄. Αντί πουλί μπορούμε να προσθέσουμε κιμά καβουρντισμένο και μαγειρεμένο με λίγη ντομάτα)
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλα μιλανέζα (μακαρόνια σπαγγέτο, βούτυρο φρέσκο, παρμεζάνα, γάλα, αλάτι, 4 αυγά, αλεύρι, βούτυρο για τη πάστα, 2 κρόκους αυγών για τη πάστα. Στρώνουμε στη φόρμα μια πάστα αυγού, τη γεμίζουμε με τα μακαρόνια που έχουμε βράσει στα οποία έχουμε προσθέσει βούτυρο και παρμεζάνα, χτυπάμε τα αυγά με το γάλα, τα προσθέτουμε στα μακαρόνια και σκεπάζουμε με τη πάστα. Ψήνουμε στο φούρνο για 1 ώρα)
- Μακαρόνια ώ-γκρατέν (βράζουμε τα μακαρόνια, τα στραγγίζουμε, βάζουμε βούτυρο Μιλάνου, ψωμί τριμμένο, τυρί τριμμένο και ψήνουμε στο φούρνογι40΄. Συνήθως προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας αντί για μπεσαμέλ)
- Μικρά δαριόλ από νούλι (αλείφουμε με βούτυρο 10 φόρμες δαριόλ, τις στρώνουμε με πάστα, τις γεμίζουμε με νούλι τελειωμένο με βούτυρο, παρμεζάνα και σάλτσα βελουτέ. Τα σκεπάζουμε με πάστα και ψήνουμε σε μέτριο φούρνο. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται και στρείδια από νιόκ)
- Μακαρονοπαστίτσιο με κιμά (ετοιμάζουμε τα μακαρόνια όπως δια ογκρατέν προσθέτουμε τον κιμά, προσθέτουμε 2-3 αυγά χτυπημένα, και βάζουμε στην καραβάνα μια στρώση μακαρόνια, μια κιμά και τελειώνουμε με μακαρόνια και από πάνω μπεσαμελ)

Ρύζι

- Σούπα από ρύζι(ζωμό, ρύζι)
- Σούπα από ρύζι ντομάτα(ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας ρύζι, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Σούπα από ρύζι αυγολέμονο (βάσι της σούπας, 5 κουταλάκια ρύζι, 4 αυγά, 2 λεμόνια)
- Ελληνική σούπα του Πάσχα (2 κεφαλάκια αρνιού, εντόσθια αρνιού, 4 αυγά, 2 λεμόνια για αυγολέμονο, 2 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο, αλεύρι, ρύζι)
- Σούπες εκ χόρτων (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα μαϊντανό, 3 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, 2 κουταλιές λάδι ή βούτυρο, 2 φλιτζανάκια ρύζι, 2 κουταλιές αλεύρι)
- Πιλάφι τας-Κεμπάπ
- Περιστεράκια με ρύζι (αφού τα κοκκινίσουμε, και τα ψήσουμε με άσπρο κρασί, τα σερβίρουμε με πιλάφι)
- Πιλάφι από κοτσύφια (βούτυρο, κρεμμύδι, μπελτές, 10 κοτσύφια, ρύζι)
- Πιλάφι με ορτύκια (5 ορτύκια, βούτυρο, κρεμμύδι, καβουρδίζουμε, προσθέτουμε ντομάτα, σοτάρουμε σε άλλη κατσαρόλα το ρύζι με βούτυρο, ρίχνουμε το ζωμό των ορτυκιών)
- Πιλάφι με ντομάτες φρέσκιες (ντομάτες, ρύζι, βούτυρο, κρεμμύδι, αλάτι)
- Πιλάφι με σάλτσα άσπρη (αφού βράσουμε το ρύζι, το ζεματάμε με καμένο βούτυρο και το περιχύνουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με αλεύρι, βούτυρο και γάλα)
- Σουπιές πιλάφι
- Χταπόδι με πιλάφι
- Καλαμαράκια πιλάφι
- Τιμπάλ από ρύζι(κάνουμε καλό ριζότο, προσθέτουμε φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα, αλείφουμε με βούτυρο μια φόρμα, βάζουμε το ριζότο ολόγυρα και στη μέση 1 πουλί ψητό ή άλλο κρέας, το οποίο το σκεπάζουμε με ρύζι. Το φυλάσσουμε στη ζέστη και το περιχύνουμε με σάλτσα Ολλανδική όταν σερβίρουμε)

- Πιλάφι λευκό από γαλόπουλον (1 γαλόπουλο, ½ οκά ρύζι, βούτυρο φρέσκο, 2 κουταλιές αλεύρι, κρόκους αυγών, αλάτι. Βράζουμε το γαλόπουλο και με το ζωμό του κάνουμε το πιλάφι)
- Πιλάφι με μύδια σαρακοστιανά
- Μύδια πιλάφι (2 κρεμμύδια, λάδι, μύδια με όστρακα, ντομάτα, νερό, ρύζι)
- Μύδια πιλάφι (μύδια, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Γουρουνάκι αλά Τσαρίνας
- Καλαμαράκια γεμιστά
- Σουπιές γεμιστές (όπως καλαμαράκια γεμιστά)
- Μύδια φαρσί
- Στήθη από γαλοπούλα
- Γιαπράκια
- Γιουβαρλάκια
- Ντολμάδες λάχανο
- Γιουβαρλάκια αλά πολίτα
- Μελιτζάνες γεμιστές
- Κολοκυθάκια γεμιστά
- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπον
- Μικρά κρουστάν από ρύζι (αφού βράσουμε το ρύζι με γάλα, προσθέτουμε λίγη παρμεζάνα, 2 κρόκους αυγών, αφού κρυώσουν τα κόβουμε σε μικρό σχήμα επιμήκες, τα πανάρουμε, τα τηγανίζουμε ή τα ψήνουμε στο φούρνο)

17. ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

- Μυαλά μοσχαριού μαγιονέζα (τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με λαρδί, φέτες λεμόνι, 1 κρεμμύδι, 2 γαρύφαλλα, ζωμό και μυρωδικά. Αφού κρυώσουν τα βάζουμε σε μια σαλάτα από μαρούλια με μερικά κομμάτια αυγών σφιχτών και μαγιονέζα)
- Σαλάτα αγγούρια (1 αγγούρι, δυόσμο, μαϊντανό, αλάτι, 2 κουταλιές σούπας ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, ½ κουταλιά μουστάρδα)
- Σαλάτα ντομάτες (ντομάτες, αλάτι, ζωμό ντομάτας, 3 κουταλιές λάδι, δυόσμο, μαϊντανό)
- Σαλάτα μαρούλια (1 μάτσο μαρούλια, αλάτι, πιπέρι, 2 κουταλιές ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, ½ κουταλιά μουστάρδα, γίνονται επίσης σαλάτες για τη ρόκα, το κάρδαμο, κρεσόν και λάχανο στο οποίο βάζουμε λεμόνι αντί για ξύδι)
- Σαλάτα από φιλέτα των λαβρακίων (μαγιονέζα, σαλάτα μαρούλια, φιλέτα ψαριών, αυγά σκληρά)
- Διάφορες σαλάτες χόρτων (χόρτα ψιλά βρασμένα, ντομάτες τις οποίες γεμίζουμε με τα χόρτα, τις περιχύνουμε με σάλτσα μαγιονέζα και αυγά βρασμένα και καρδιές μαρουλιών. Αν δεν έχουμε ντομάτες, γεμίζουμε βρασμένα παντζάρια)

Βραστά:

- Σούπα της υγείας (1 καρότο, 1 ρέβα, 2 ρίζες σέλινο, 2 πράσα, 3 μαρούλια, 1 μάτσο ξινήθρα)
- Σούπα ω πιτέ πουά από μπιζέλι(κονσομέ, μπιζέλι βρασμένο το οποίο προσθέτεις στην σουπιέρα)
- Σούπα από μικρά καρότα νέα (κονσομέ, 4 μάτσα καρότα, βούτυρο, ζωμό, ψωμάκια)
- Σούπα από μαρούλια (κονσομέ, 1 μάτσο μαρούλια, βούτυρο, ζωμό)
- Σούπα από μικρά κρεμμυδάκια άσπρα (κρεμμυδάκια, κονσομέ, βούτυρο, κροτόνια)
- Σούπα από σπαράγγια (σπαράγγια, κονσομέ, κροτόνια)
- Σούπα από ξινήθρα (2 μάτσα ξινήθρα, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό 1 κρόκο αυγού, ψωμάκια τηγανισμένα, ½ φλιτζάνι γάλα). Έτσι εκτελούνται και η σούπα πουρέ από μπιζέλια, η σούπα πουρέ από κάστανα, η σούπα πουρέ από σέλινο, η σούπα πουρέ από κωνωπίδι, η σούπα πουρέ από ρέβες, η σούπα πουρέ από φακές, από ρεβίθια και από φασόλια)
- Σούπα από πουρέ καρότα (3 μάτσα καρότα, νερό, αλάτι, ζωμό)
- Σούπα της Βικτωρίας (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο ρέβα, ½ φλιτζάνι μπιζέλια, 4 κρόκους αυγών, 1 ρίζα σέλινο, 10 φασόλια πράσινα, ½ φλιτζάνι σπαράγγια, 3 κουταλιές πουρέ ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Ζωμός από χόρτα (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα μαϊντανό, 5 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα ρέβες, λίγο στάρι, την ίδια ποσότητα κριθάρι, καλαμπόκι και μπιζέλια. Σοτάρουμε τα λαχανικά με βούτυρο ή λάδι, και προσθέτουμε νερό)
- Σούπες εκ χόρτων (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα μαϊντανό, 3 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, 2 κουταλιές λάδι ή βούτυρο, 2 φλιτζανάκια ρύζι, 2 κουταλιές αλεύρι)
- Σαλάτα μον-καπρίς (πατάτες βραστές, κολοκυθάκια βραστά, μαγιονέζα, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, αυγά βραστά, ντομάτες)
- Αγγινάρες με Ολλανδική σάλτσα (10 αγκινάρες, λεμόνι, αλάτι, σερβίρουμε με σάλτσα Ολλανδική)
- Σαλάτα από παντζάρια (2 μάτσα παντζάρια, αλάτι, 3 κουταλιές ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, 1 κουταλιά ζάχαρη, βράζουμε τα παντζάρια και τα περιχύνουμε με τα υπόλοιπα υλικά)
- Σαλάτα από κολοκυθάκια (αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια περιχύνουμε με λεμόνι, λάδι, αλάτι και ξύδι)
- Φασόλια σαλάτα με λάδι, ξύδι πιπέρι, μαϊντανό

- Σαλάτα ρωσσική (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο σέλινο, 1 μάτσο ρέβες, ¼ οκάς φασόλια πράσινα, ¼ οκάς πατάτες, 4 παντζάρια, ¼ οκάς φασόλια ξηρά, 2 ρέγκες φιλέτα, 2 αγγουράκια, κάπαρη, 2 κρόκους αυγών, 2 κουταλιές λεμόνι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι. Αφού βράσουμε τα λαχανικά κομμένα σε κομμάτια, τα βάζουμε σε λαδόξιδο, προσθέτουμε και τις ρέγκες σε τετράγωνα κομμάτια, και ανακατεύουμε με μαγιονέζα)
- Σαλάτα από γαρίδες με μαγιονέζα. Συνταγή Κας Παρρέν (1/2 οκά πατάτες, 2 κουταλιές κάπαρη, 4 αγγουράκια, ½ οκά μπιζέλια, 3 σαρδέλες, 20 γαρίδες, σάλτσα μαγιονέζας)

Στην κατσαρόλα:

- Μπιζέλια γιαχνί (1 κρεμμύδι, λάδι, μπιζέλια, μαϊντανό, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, νερό)
- Μπιζέλια με λαρδί (ανακατώνουμε τα μπιζέλια με λίγο βούτυρο, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και ψιλοκομμένο λαρδί, τα μουσκεύουμε με ζωμό, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Μπιζέλια κατά τον Γαλλικόν τρόπον (βάζουμε τον αρακά να πάρει μερικές βράσεις, τον στραγγίζουμε και τον βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, 1 κρεμμύδι καρφωμένο με 2 γαρύφαλλα, αφού βράσει βγάζουμε το κρεμμύδι με τα γαρύφαλλα, και ρίχνουμε λίγη ζάχαρη και βούτυρο. Σερβίρουμε με κρουτόν και βούτυρο)
- Πιζέλια κατ' άλλον τρόπον (μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, μαρούλι, 2 κρεμμυδάκια, ζάχαρη, 1 κρόκο αυγού)
- Πιζέλια φυσικά (μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, 3-4 κρεμμύδια, αλάτι, ζάχαρη)
- Πιζέλια κατά τον Ελληνικόν τρόπον (μπιζέλια, κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι
- Πιζέλια Αθηναϊκά (βράζουμε τα μπιζέλια και τα σοτάρουμε στη συνέχεια με βούτυρο)
- Πουρές μπιζέλια (όπως ο πουρές σπανάκι)
- Σπαράγγια με τρούφαις (νερό, σπαράγγια, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, ζάχαρη, τρούφες σοταρισμένες με βούτυρο, μαϊντανό. Αφού βράσουμε τα σπαράγγια, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο και τα αφήνουμε να πάρουν μερικές βράσεις σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί)
- Σπαράγγια αυτοκρατορικά (ίδια συνταγή με σπαράγγια με τρούφαις)
- Κορυφές σπαραγγίων (αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο και τα αφήνουμε να πάρουν μερικές βράσεις σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί, τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα)
- Ρέβαις γλασέ (ρέβες, αλάτι, γλάσο, βούτυρο, ζάχαρη)
- Ρέβαις με ζωμόν (τις τσιγαρίζουμε με βούτυρο, τις βρέχουμε με ζωμό, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Πουρέ από ρέβες (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Κοκκινογούλια με λαδόξιδο (τσιγαρίζουμε κρεμμύδι και σκόρδο, ρίχνουμε και τα παντζάρια, αφού τα ψήσουμε για λίγα λεπτά, ρίχνουμε λίγο αλεύρι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι, πιπέρι και μαϊντανό)
- Σπανάκι με κρέμα (σπανάκι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)-
- Σπανάκι με κρέμα (σπανάκι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)-2 φορές υπάρχει η συνταγή
- Σπανάκι με ψωμάκια (αφού το βράσουμε για 10 λεπτά, το βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, σάλτσα Ισπανική, γλάσο, αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε με κρουτόν και βούτυρο)
- Σπανάκι με Γερμανική σάλτσα (αφού το βράσουμε, το γιαχνίζουμε με βούτυρο και προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική)
- Πουρέ με σπανάκι (σπανάκι, 1 κουταλιά βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, 1 κουταλιά μπεσαμέλ, 1 κουταλιά γλάσο, μοσχοκάρυδο, σόδα, εκτελούμε όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Πουρέ από ξυνίθρα (γίνεται όπως πουρές από μανιτάρια, προσθέτουμε 2 κρόκους αυγών και κρέμα γάλακτος)
- Πουρές από αντίδια
- Αγγινάρες με φασούλια (12 αγκινάρες, λεμόνι, σιγοβράζουνε σκεπασμένες με χαρτί βουτυρωμένο, σερβίρεις με φασόλια πράσινα σοταρισμένα με βούτυρο και ανακατωμένα με μπεσαμέλ)
- Αγγινάρες παραγεμιστές (αγκινάρες, λάδι, κρεμμύδι, μανιτάρια, ψωμί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, 1 κουταλιά σάλτσα Ισπανική)
- Αγγινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον(10 αγγινάρες, λεμόνι, ζουμί με πάχος, βουτυρωμένο χαρτί)
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια (20 αγκινάρες, λεμόνι, κοπανίζουμε σε γουδί αφού βράσουν, ανακατεύουμε τον πουρέ με αλάτι, πιπέρι, σάλτσα άσπρη και γλάσο, ζεσταίνουμε στη κατσαρόλα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Αγκινάρες με κουκιά (10 αγκινάρες, λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, 4 κρεμμύδια, λάδι, κουκιά, ντομάτα, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, νερό)
- Πουρές από αγγινάρες με κροτόνια (αφού βράσουμε 20 αγκινάρες, τις κοπανάμε σε γουδί και τον πουρέ τον ανακατεύουμε με 4 κουταλιές σάλτσα βελουτέ, γλάσο, και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουρές από αγκινάρες (εκτελείται όπως ο πουρές από κρεμμύδια, κατά τη βράση προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Πρόκολα (αφού τα βράσουμε πρώτα, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με άσπρη σάλτσας, βούτυρο, λίγη ζάχαρη, γλάσο, μοσχοκάρυδο και τα βράζουμε για 5 λεπτά)
- Μανιτάρια φρικασέ (βάζουμε τα μανιτάρια στη κατσαρόλα με βούτυρο, προσθέτουμε 1 κουταλιά αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, βρέχουμε με ζωμό και ενώνουμε κρόκους αυγών με ½ κουταλιά ξύδι της ώρα του σερβιρίσματος)

- Πουρέ από τρούφες (1 κουτί τρούφες, 1 φλιτζάνι ψωμί ψίχα, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, 1 κουταλιά σάλτσα εσπανιόλ, 2 κουταλιές γλάσο των πουλιών, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 κουταλιά ζωμό των πουλιών, σιγοβράζουμε για 20΄, περνούμε τον πουρέ από μια πρέσσα και τον δένουμε με φεκιούλ)
- Πουρές από μανιτάρια (γίνεται όπως ο πουρές με τρούφες με τη διαφορά ότι πρέπει να βράσουν ¾ της ώρας)
- Μαρούλια ψιλοκομμένα (τα ζεματίζουμε, τα δροσίζουμε, τα στραγγίζουμε, τα κόβουμε ψιλά και τα τελειώνουμε παρόμοια με την ξυνίθρα)
- Μαρούλια με σάλτσα Ισπανική (αφού τα ζεματίσουμε, τα δένουμε με κλωστή και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, διάφορα χόρτα και ζωμό. Τα σερβίρουμε με σάλτσα Ισπανική και γλάσο)
- Σέλινα κατά τον Ισπανικόν τρόπον (βούτυρο, σελινόριζες βρασμένες πρώτα, ζουμί με πάχος, σάλτσα Ισπανική, χαρτί βουτυρωμένο)
- Πουρέ από σέλινα (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Σέλινα αυγολέμονο (αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε σε κατσαρόλα και κάνουμε αυγολέμονο προσθέτοντας και αλεύρι)
- Σέλινα ψιλοκομμένα (τα βράζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με ζωμό και βούτυρο, σερβίρουμε με κρουτόν ή με κρέας)
- Πατάτες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (αφού τις βράσουμε, τις κόβουμε σε φέτες στρογγυλές και τις βάζουμε μέσα σε κατσαρόλα με βούτυρο λιωμένο, βάζουμε αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και σοτάρουμε)
- Πατάτες κατ' άλλον τρόπον (αφού τις βράσουμε τις κόβουμε σε κομμάτια και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό και κρασί αφήνουμε να βράσουν)
- Πατάτες με μανιτάρια (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις ξεφλουδίζουμε, τις κόβουμε και τις βάζουμε σε μια κατσαρόλα με κρεμμυδάκια, μαϊντανό, μανιτάρια και λίγο βούτυρο και τα αφήνουμε να γιαχνιστούν. Κατόπιν προσθέτουμε λίγο αλεύρι, ζωμό, αλάτι, πιπέρι και όταν η σάλτσα αρχίσει να δένει την ενώνουμε με 2 κρόκους αυγών και όταν σερβίρουμε προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Πατάτες με λαρδί (κάνουμε ένα ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, βάζουμε λαρδί κομμένο σε τεμάχια, ρίχνουμε τις πατάτες ξεφλουδισμένες, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό και κρεμμύδι και βρέχουμε με ζωμό)
- Πατάτες στην κατσαρόλα (βάζουμε στη κατσαρόλα βούτυρο, το λιώνουμε με λίγο λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, κρεμμύδι κομμένο, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι, βάζουμε πατάτες σε κομμάτια και αφήνουμε να ψηθούν σιγά, σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Πουρέ από πατάτες (βράζουμε πατάτες, τις λιώνουμε, προσθέτουμε βούτυρο, γάλα και ανακατώνουμε)
- Πουρές από πατάτες κατ' άλλον τρόπον (6 μεγάλες πατάτες, 1 κουταλιά φρέσκο βούτυρο, ½ φλιτζάνι γάλα, αλάτι, κρέμα γάλακτος, μοσχοκάρυδο, γλάσο των πουλιών, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Φασόλια πράσινα φρέσκα (ζεματίζουμε τα φασόλια σε βρασμένο αλατισμένο νερό και κατόπιν τα προσθέτουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και κρεμμυδάκι και γιαχνιστούν, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Φασόλια πράσινα κατά τον Αγγλικόν τρόπον (Βράζουμε τα φασόλια σε αλατισμένο νερό, κατόπιν τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο για να σοταριστούν και σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Φασόλια πράσινα τηγανισμένα (βράζουμε τα φασόλια, τα στραγγίζουμε και τα ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει κρεμμύδι ψιλό με βούτυρο, σάλτσα Ισπανική, λίγο λεμόνι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Φασόλια με βούτυρο (αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο και αφήνουμε να κάψε λίγο)
- Πουρέ με κρομμύδια (10 κρεμμύδια, 1 κουταλιά βούτυρο, 2 κουταλιές μπεσαμέλ, 1 κουταλιά φεκιούλ, 1 κουταλιά γλάσο πουλιών, μοσχοκάρυδο, 1 κουταλιά ζάχαρη, αλάτι)
- Πουρέ από καρότα (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Πουρέ από ρίζες (4 καρότα, 2 ρέβες, 2 κρεμμύδια, 2 ρίζες σέλινο, τα κόβουμε ψιλά και εκτελούμε όπως πουρέ με κρεμμύδια)

Στο φούρνο:

- Μελιτζάναις ιμάμ μπαιλντί (αφού ξεπικρίσουμε τις μελιτζάνες, τις τηγανίζουμε με λάδι και έπειτα τις γεμίζουμε με κρεμμύδια που έχουμε γιαχνίσει με σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτα δάφνη, πιπέρι και αλάτι. Τις βάζουμε να ψηθούν στο φούρνο)
- Πατάτες με σάλτσα (ψήνουμε τις πατάτες στο φούρνο ή στη χόβολη και σε μια κατσαρόλα φτιάχνουμε τη σάλτσα με βούτυρο, ζουμί, αλάτι, πιπέρι, αγγουράκια τουρσί, και κάπαρη)
- Πατάτες γεμιστές (ξεφλουδίζουμε τις πατάτες, τις μισοψήνουμε σε νερό με αλάτι, κάνουμε μια τρύπα σε κάθε πατάτα, γεμίζουμε την τρύπα αυτή με γέμιση από λουκάνικο, ψίχουλα ψωμιού μουσκεμένα σε γάλα, βούτυρο, κρόκους αυγού, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Αν έχουμε ζωμό ποτίζουμε με αυτόν τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε σε σιγανή φωτιά)
- Μαρούλια (αφού τα ζεματίσουμε και τα στραγγίσουμε, τα βάζουμε στο φούρνο με λαρδί, ζουμί με πάχος, δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, 1 κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλα. Σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική)
- Μαρούλια γεμιστά (αφού τα ζεματίσουμε και τα στραγγίσουμε, τα ανοίγουμε έως την καρδία, βάζουμε μια γέμιση ωμή, τα βρέχουμε με ζουμί, τα σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και τα ψήνουμε για 20 λεπτά)

Στο τηγάνι:

- Κολοκυθάκια αλά γρέκα (κολοκυθάκια τηγανίζονται στο βούτυρο, έπειτα τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα με κρεμμύδι καβουρδισμένο, ντομάτα και ζουμί)
- Κουνουπίδι τηγανιτό (κουνουπίδι σε μικρά μπουκετάκια βρασμένο, πάτ α φρίρ, τηγανίζουμε σε φριτούρα και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας προαιρετικά)
- Μελιτζάναις τηγανιταίς (αφού τις ξεπικρίσουμε, τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε σε βούτυρο ή λάδι)
- Αγκινάρες κροκέταις τηγανιτές (κόβουμε σε τετράγωνα κομμάτια τις αγκινάρες, τις προσθέτουμε σε μια μπεσαμέλ καθώς επίσης και κρόκους αυγών, αφήνουμε να βράσουν, αφού κρυώσει το μείγμα, πλάθουμε μικρά κομμάτια, τα βουτάμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τα τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κολοκυθοκεφτέδες (κολοκύθια, γαλέτα τριμμένη, 2 αυγά, 2 κρεμμύδια κομμένα, 2-4 κουταλιές τυρί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι. Αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια, τα στραγγίζουμε, τα ζυμώνουμε ώστε να γίνουν πουρές, προσθέτουμε τα αυγά, την γαλέτα, το τυρί, το κρεμμύδι- το οποίο έχουμε ξανθύνει με βούτυρο- το αλάτι και το πιπέρι, αφού τα αναμείξουμε καλά, πλάθουμε τους κεφτέδες και τους τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Πατάτες κατά τον Ολλανδικό τρόπο (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις ζυμώνουμε κάνοντας μια πάστα, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, 2 αυγά, κάνουμε σφαιρίδια, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Τα γαρνίρουμε με μαϊντανό)
- Πατάτες κατά τον τρόπο των Παρισίων (σχηματίζουμε μια πάστα από πατάτες, τη βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, και πορτοκαλόνερο, αφήνουμε να βράσει, την μεταφέρουμε σε άλλη κατσαρόλα και προσθέτουμε αυγά ανακατώνοντας, κατόπιν σχηματίζουμε σφαιρίδια τα οποία αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα όχι πολύ ζεστή)
- Πατάτες τηγανιτές (τις τηγανίζουμε με βούτυρο μια-μια αφού τις κόψουμε σε φέτες στρογγυλές)
- Πατάτες τηγανιτές κατ' άλλον τρόπον (αφού τις κόψουμε σε φέτες, τις ρίχνουμε σε φριτούρα σε όχι πολύ δυνατή φωτιά. Όταν μαλακώσουν προτού να πάρουν χρώμα στις στραγγίζουμε και τις αφήνουμε να σταθούν για 5΄. Κατόπιν τις ξαναβάζουμε στη φριτούρα αφού κάψει και όταν χρωματιστούν τις στραγγίζουμε)
- Πατάτες για γαρνιτούρα (αφού πάρουν μια πρώτη βράσει οι πατάτες τις σκουπίζουμε και τις τηγανίζουμε στο τηγάνι με βούτυρο)
- Κροκέτες τηγανιτές από πατάτες για γαρνιτούρα (κοπανίζουμε στο γουδί βρασμένες πατάτες, ρίχνουμε μέσα βούτυρο, μοσχοκάρυδο, τυρί παρμεζάνα και 5 κρόκους αυγών. Πλάθουμε τον πουρέ αυτό σε κροκέτες με μακρύ σχήμα, τις βουτάμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα με βούτυρο)
- Κροκέτα από αγκινάρες (αγκινάρες, σάλτσα άσπρη, 3 κρόκους αυγών, πλάθουμε το μείγμα σε σχήμα φελλού, το βουτάμε σε χτυπημένο αυγό και τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σέλινα (10 σελινόριζες, ζουμί με πάχος, σάλτσα της αρεσκείας μας, βουτάμε κάθε σελινόριζα αφού κρυώσει σε τριμμένο ψωμί και κατόπιν σε χτυπημένο αυγό και πάλι σε τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Τρόπος δια να τηγανίσετε μαϊδανόν (πλένουμε τις φούντες του μαϊντανού, τις στραγγίζουμε, έχουμε φριτούρα να βράζει, τραβάμε το τηγάνι από τη φωτιά και ρίχνουμε τον μαϊντανό, ξαναβάζουμε τον τηγάνι στη φωτιά τον ανακατεύουμε με πιρούνι, στον στραγγίζουμε σε τρυπητό, τον αλατίζουμε και τον σερβίρουμε)
- Φριτούρα δια τας ρίζας των ριζών (για να κάνουμε φριτούρα από σέλινο, αγκινάρες, κουνουπίδι, κολοκύθια, μελιτζάνες, τα βράζουμε με ζουμί και πάχος του μαρμιτιού, και βουτάμε σε πατ-αφιρ, τελειώνουμε όπως για τα μυαλά)

Στη σχάρα:

- Μανιτάρια εις κασσάκια (αφού τα ξεφλουδίσουμε, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα βάζουμε σε μια κάσσα χάρτινη, βουτυρωμένη με μαϊντανό, κρεμμύδι κομμένο, αλάτι, πιπέρι, και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μανιτάρια κατ' άλλον τρόπον (μαρινάρουμε τα κεφάλια σε λάδι, κόβουμε τις ουρές σε τεμάχια και τις ανακατεύουμε με χοιρινό, σκόρδο, μαϊντανό και 2 κρόκους αυγών, γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα μανιτάρια, τα βρέχουμε με ελαιόλαδο και τα βάζουμε να ψηθούν)

ΚΟΝΣΕΡΒΑ

- Πιζέλια διατηρημένα (με την μέθοδο αυτή φυλάγεται βρασμένος αλατισμένος αρακάς σε κουτιά)
- Ντομάτα διατηρημένη (μέθοδος κατασκευής πολτού ντομάτας και φύλαξης σε μπουκάλια)
- Μπιζέλια του κουτιού σοταρισμένα (2 κουτιά μπιζέλια, βούτυρο, κρουτόν)

Τουρσί:

- Κάππαρη τουρσί (κόκκους από κάπαρη, τους βάζουμε σε ξύδι και αλάτι και έτσι διατηρούνται)
- Ντομάτες κόκκινες τουρσί (παίρνουμε κόκκινες ώριμες ντομάτες, τις βάζουμε ολόκληρες σε αγγεία πήλινα, τις σκεπάζουμε με άρμη, τις κλείνουμε καλά. Παίρνουμε πράσινες ντομάτες, τις βάζουμε στην άρμη και στο ξύδι να σταθούν και έχουμε τουρσί)
- Τσακιστές ελιές (τις τσακίζουμε με πέτρα, τις ρίχνουμε στο νερό αλλάζοντάς το κάθε πρώι, έως ότου να γλυκάνουν, τις βάζουμε στην άρμη)
- Κολυμπάδες ελιές (τις θέτουμε σε αλισίβα μέσα στην οποία προσθέτουμε ασβέστη άσβηστο μέχρι το φαγί να χωρίζεται εύκολα από τον πυρήνα, τις πλένουμε τις βυθίζουμε στην άρμη, τις αρωματίζουμε με μάραθο, τις βάζουμε στην άρμη με αρκετό λάδι)
- Παστές ελιές (τις βάζουμε σε κοφίνι, τις πλακώνουμε με κάτι βαρύ για αρκετές ημέρες, παρατηρούμε το μαύρισμα τους, τις πλένουμε, τις αλατίζουμε, ρίχνουμε ρίγανη, λάδι, μαραθόσπορο, και τις αφήνουμε για 8 ημέρες να σταθούν. Τις διατηρούμε σε πιθάρι ή σε ασκός κλεισμένες καλά)

18. ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ΚΑΙ ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ

Κάστανα

- Εντράδα κάστανα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, κάστανα, αλεύρι, 2 κουταλιές ζάχαρη)
- Πουρές από κάστανα
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό
- Αρνάκι γεμιστό
- Πάπια με κάστανα
- Γάλος με κάστανα

Κουκουνάρια

- Καλαμαράκια γεμιστά (κόβουμε 1 κρεμμύδι, τα πόδια των καλαμαριών, τα καβουρδίζουμε με λίγο λάδι, προσθέτουμε ντομάτα, κουκουνάρια, ρύζι και μαϊντανό. Με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε τα καλαμαράκια, τα τοποθετούμε σε ένα ταψί, ρίχνουμε λίγο λάδι, λεμόνι, και ψήνουμε στο φούρνο ¾ ώρας.
- Σουπιές γεμιστές (όπως καλαμαράκια γεμιστά)
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό
- Αρνάκι γεμιστό

Καρύδια

- Σαλάτα με τυρί της κρέμας με σέλινο και καρύδια (σέλινα άσπρα, καρύδια, σάλτσα μαγιονέζα, τυρί της κρέμας, ελιές Καλαμών)

Φιστίκια πράσινα

- Γαλαντίνα από κοτόπουλο (γεμίζουμε 1 κότα με κιμά με 1 ποτήρι μαρσάλα, ζουμί από τρούφες, λαρδί παστό και φιστίκια πράσινα, τη ράβουμε, την βράζουμε στην κατσαρόλα με άσπρο κρασί για 2 ώρες και σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)

Αμύγδαλα

- Εντράδα από δαμάσκηνα και αμύγδαλα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 λεμόνι, 3 κουταλιές ζάχαρη, αμύγδαλα, δαμάσκηνα, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά αλεύρι)

Σταφίδες

- Καλαμαράκια πλακί (τα κόβουμε σε κομμάτια όπως και αρκετό κρεμμύδι, τα κοκκινίζουμε, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα πελτέ, σέσκουλα, ξυνίθρα, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες, και αφήνουμε να βράσουν)
- Σουπιές πλακί (όπως καλαμαράκια πλακί)
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό
- Αρνάκι γεμιστό
- Μπακαλιάρος πλακί Ελληνικός
- Ψάρι πλακί στο φούρνο
- Κέφαλος πλακί με σταφίδες

Δαμάσκηνα

- Εντράδα από δαμάσκηνα και αμύγδαλα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 λεμόνι, 3 κουταλιές ζάχαρη, αμύγδαλα, δαμάσκηνα, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά αλεύρι)

Κυδώνια

- Εντράδα κυδώνια (αρνί, κυδώνια 1 κρεμμύδι, 1 κουταλιά αλεύρι, 2 κουταλιές βούτυρο, 2 κουταλιές ζάχαρη, βούτυρο τηγανίσματος. Περνάμε τα κυδώνια από το βούτυρο, και τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει το κρέας)

Πελτές φραγκοστάφυλο

- Μπούτι με σκόρδο (1 μπούτι, μπήγουμε σκόρδο στα ψαχνά του. Το ψήνουμε στη σούβλα, το βρέχουμε κατά διαλείμματα με βούτυρο. Σερβίρεται με μια σάλτσα με ζαμπόν, κρασί, πελτέ φραγκοστάφυλου και βούτυρο, δάφνη, μυρωδικά, πιπέρι)

Διάφορα φρέσκα φρούτα

- Σαλάτα από τυρί της κρέμας με διάφορα φρούτα (½ οκά αχλάδια, ½ οκά μήλα, ½ οκά ροδάκινα, ¼ οκάς τυρί κρέμας, 100 δράμια λάδι, 1 λεμόνι, 2 κρόκους αυγών, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι για μαγιονέζα)

Ελιές

- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό
- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον
- Τεμπάλ αλά μιραμπό (γεμίζουμε τον πάτο και τον γύρο ενός σαρλότ με ελιές πράσινες που έχουμε γεμίσει με φάρσα κινελίου, σκέτη φάρσα κινελίου, φέτες πάπιας, φέτες μανιταριών, σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το βάζουμε σε ένα πλασοτέ με νερό και το ψήνουμε στο φούρνο. Όταν είναι έτοιμο το αναποδογυρίζουμε στο πιάτο)
- Φέτα ψαριού στο φούρνο από πράσινες ελιές

19. ΛΙΠΗ

Βούτυρο

Σάλτσες

- Σάλτσα Ισπανική σκούρα (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, κρασί)
- Σάλτσα βελουτέ(βούτυρο, αλεύρι, λευκό ζωμό πουλιών, κρασί)
- Σάλτσα σουπρέμ (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό πουλιών, φρέσκο βούτυρο, χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα εαρινή (βελουτέ, προσθέτουμε βούτυρο αλά ραβιγκότ το οποίο χτυπάμε)
- Βούτυρο αλά ραβιγκότ (μαϊντανό, κρεμμυδάκια, φιλέτα 2 σαρδέλων, βούτυρο, χρώμα πράσινο από σπανάκι πουρέ)
- Σάλτσα μπεσαμέλ (βούτυρο, αλεύρι, γάλα)
- Σάλτσα κρέμα (μπεσαμέλ στην οποία προσθέτουμε βούτυρο και λεμόνι)
- Σάλτσα ζεστή και κρύα λευκή (βελουτέ με ουσία πουλιών, ζελατίνα)
- Σάλτσα ζεστή και κρύα ξανθή (ισπανική, ζελατίνα)
- Σάλτσα από γαρίδες (ζωμό ψαριού, ζωμό στρειδιών, βούτυρο από γαρίδες,)
- Σάλτσα από στρείδια (ανοίγουμε στρείδια, τα βάζουμε με κρασί άσπρο, αφού πάρουν 2 βράσει, στραγγίζουμε, ετοιμάζουμε βελουτέ, προσθέτουμε το ζωμό των στρειδιών, βούτυρο φρέσκο και τοποθετούμε τα στρείδια)
- Σάλτσα αλά Σιτσιλιάνα (βελουτέ, κρασί σέρι, μανιτάρια, τρουφλ, μαϊντανό, σκόρδο, ρίγανη, δάφνη, φλούδα νεραντζιού ζεματισμένη)
- Σάλτσα αλά Ινδιάνα (βελουτέ, κάρυ- πιπέρι, καγέν, σκόρδο, λεμόνι, ζαφορά αγγουράκι, βούτυρο)
- Σάλτσα αλά κλερμόν (4 κρεμμυδάκια κοκκινισμένα στο βούτυρο, ζωμό, ισπανιολ, γλάσο των πουλιών, δένουμε με πατατάλευρο ή φεκιούλ)
- Σάλτσα με βούτυρο φρέσκο (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, λεμόνι)
- Σάλτσα με βούτυρο και κάπαρη(βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, κάπαρη, ξύδι)
- Σάλτσα από βούτυρο αλά εγγλέζα με αυγά (βούτυρο, 2 αυγά ψιλοκομμένα)
- Σάλτσα ντομάτα (ντομάτες, βούτυρο, αλεύρι, ζάχαρη)
- Σάλτσα ματελότ (1 ποτήρι κρασί μαύρο Σαντορίνης, διάφορα αρωματικά, φρέσκο βούτυρο, κόκκινο πιπέρι, ουσία σαρδέλας)
- Κονσομέ (βούτυρο, βιδέλο, μπριζολάκι πρόβειο, 1 όρνιθα, 2 κρεμμύδια, 2 καρότα, πράσα, σέλινα, 2 κουταλιές ζουμί. Αφού ξαφρίσουμε και αφού βράσουν τα κρέατα τα αφαιρούμε όπως και το λίπος το σουρώνουμε και χρησιμοποιούμε για σούπες και άλλα)
- Ελληνική σούπα του Πάσχα (2 κεφαλάκια αρνιού, εντόσθια αρνιού, 4 αυγά, 2 λεμόνια για αυγολέμονο, 2 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα τα οποία σοτάρουμε με βούτυρο με 1 μάτσο άνηθο, προσθέτουμε , νερό, αλεύρι, ρύζι)
- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (στρώνουμε τη χύτρα με λαρδί, τοποθετούμε το φιλέτο, το σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και το αφήνουμε να ψηθεί σε δυνατή φωτιά στην αρχή)
- Στιφάδο (βοδινό κρέας, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, ½ ποτηράκι ξύδι, 1 ποτήρι κρασί ρετσίνα, κρεμμυδάκια, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, σκόρδο, δάφνη, πιπέρι, δεντρολίβανο, αλάτι)
- Εντράδα από φασόλια πράσινα ή γιαχνί (κρέας αρνιού, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, νερό, πράσινα φασόλια, ντομάτα χωρίς σπόρια και χωρίς φλούδα)
- Εντράδα από μπιζέλια ή γιαχνί (κρέας αρνίσιο, μπιζέλια, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, σάλτσα Ισπανική)
- Εντράδα από σέλινον ή γιαχνί (αρνί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, 1 ρίζα σέλινο, αλεύρι, ντομάτες)
- Εντράδα σέλινο αυγολέμονο ή γιαχνί (όπως εντράδα από σέλινο, αλλά αντί για ντομάτα βάζουμε αυγολέμονο)
- Εντράδα με αρακά (γίνεται όπως εντράδα από σέλινον με τη διαφορά ότι αντί για σέλινο χρησιμοποιείται αρακάς)
- Εντράδα με αγκινάρες (γίνεται όπως εντράδα σέλινο αυγολέμονο αλλά αντί για σέλινο χρησιμοποιούνται αγκινάρες)
- Εντράδα με αντίδια (αρνί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, 2 αυγά, 1 λεμόνι, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα με ντομάτες (αρνί, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα με μπάμιες (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, βούτυρο τηγανίσματος, ξίδι, αλεύρι. Οι μπάμιες μπαίνουν αρχικά στο ξύδι και στο αλάτι για 1 ώρα. Οι μπάμιες θα τηγανισθούν και μετά θα μπουν στην κατσαρόλα με το κρέας)
- Αρνί μελιτζάνες (αρνί, 1 κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτες, βούτυρο τηγανίσματος, αλεύρι. Οι μελιτζάνες μπαίνουν μια ώρα στο αλάτι για να ξεπικρίσουν και τηγανίζονται πριν προστεθούν στην κατσαρόλα με το κρέας)
- Εντράδα κολοκυθάκια (αρνί, κολοκυθάκια, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο, βούτυρο τηγανίσματος, ντομάτες, αλεύρι. Γίνεται όπως αρνί με μελιτζάνες, τα κολοκυθάκια αλατίζονται και τηγανίζονται αμέσως)
- Εντράδα πατάτες (κρέας, πατάτες, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, αλεύρι)
- Εντράδα με διάφορα χόρτα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, ντομάτες, 4 μάτσα καρότα, 4 μάτσα ρέβες, φασόλια, πατάτες, αλεύρι)
- Εντράδα σπανάκι (εκτελείται όπως η συνταγή εντράδα σέλινο χωρίς ντομάτα)

- Εντράδα κουκιά ξεφλουδισμένα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 κουταλιά αλεύρι, 2 κουταλιές βούτυρο, κουκιά, 2 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο)
- Εντράδα κυδώνια (αρνί, κυδώνια 1 κρεμμύδι, 1 κουταλιά αλεύρι, 2 κουταλιές βούτυρο, 2 κουταλιές ζάχαρη, βούτυρο τηγανίσματος. Περνάμε τα κυδώνια από το βούτυρο, και τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει το κρέας)
- Εντράδα από δαμάσκηνα και αμύγδαλα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 1 λεμόνι, 3 κουταλιές ζάχαρη, αμύγδαλα, δαμάσκηνα, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά αλεύρι)
- Εντράδα κάστανα (αρνί, 1 κρεμμύδι, 2 κουταλιές βούτυρο, κάστανα, αλεύρι, 2 κουταλιές ζάχαρη)
- Αρνί πατάτες κατ' Αγγλικόν τρόπον (κρέας πρόβειο, πατάτες, 4 κρεμμύδια, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 κουταλιά μικαρίκ)
- Αρνάκι σοτέ (αρνί, 1 κουταλιά ντομάτα, 1 ½ ποτήρι κρασί άσπρο βισάντο, 3 κουταλιές βούτυρο, 2 κουταλιές αλεύρι, 2 κουταλιές ζουμί κρέατος, 15 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 2 μάτσα άνηθο, κανέλα)
- Αρνί με κρομμυδάκια φρέσκα (αρνάκι, 1-2 κρεμμύδια ξερά, 2 κουταλιές αλεύρι, 3 κουταλιές βούτυρο, 12 μάτσα κρεμμυδάκια φρέσκα, 1 μάτσο άνηθο, 2-3 αυγά, 2 λεμόνια)
- Μπούτι αλά Χαμίτ (1 μπούτι πρόβειο, ψιλοκομμένα λαχανικά, βούτυρο, δάφνη, 2-3 κουταλιές βούτυρο)
- Μπούτι πρόβειο κοκκινιστό (μπούτι πρόβειο, διάφορα λαχανικά, πιπέρι, δάφνη, βούτυρο, κρασί, σάλτσα Ισπανική)
- Μπούτι αρνιού με πατάτες (1 μπούτι αρνιού, 4 κουταλιές βούτυρο, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, αλάτι, 300 δραμ. πατάτες, 2 κρόκους αυγών, ¼ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος)
- Πιλάφι τας-Κεμπάπ (αρνί, σε κομμάτια, καβουρδίζουμε κρεμμύδια με το κρέας, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, νερό, πιλάφι. Είναι τα φαγητά, το πιλάφι και το κεμπάπ, τα οποία αναμειγνύονται)
- Φιλέτο από αγριογούρουνο (κόβουμε το φιλέτο σε φέτες, τις μαρινάρουμε με μυρωδικά, λαρδί, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, πιπέρι, σκόρδο, θυμάρι, δάφνη, και νίτρο, τα βάζουμε έπειτα στην κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, θυμάρι και βασιλικό, αφού ψηθούν αφαιρούμε το πάχος από τη σάλτσα και σερβίρουμε με τουρσί από αγγουράκια οποιοδήποτε άλλο)
- Κεφάλι μοσχαριού Ολλανδέζα (1 κεφάλι μόσχου, 2 κουταλιές βούτυρο, 4 κουταλιές αλεύρι, 1 φραντζόλα ψωμί, 2 κρόκους αυγού, χυμό λεμονιού, τηγανίζουμε το ψωμί σε στρογγυλά κομμάτια, ετοιμάζουμε σάλτσα ολλανδική, βράζουμε την κεφαλή)
- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά στην κατσαρόλα (αφού τα ζεματίσουμε με νερό βρασμένο, ξύδι και αλάτι, τα σοτάρουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμυδάκια, κρασί και μυρωδικά. Τα σερβίρουμε με κρουτόν)
- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά με σάλτσα (αφού ψήσουμε τα μυαλά στην κατσαρόλα κάνουμε μια σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Ασίκι μοσχαριού με πουρέ κρεμμύδια (τυλίγουμε το ασίκι με λαρδί, το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί και κομμένα λαχανικά. Ραντίζουμε με βούτυρο, ζουμί και κρασί και αφήνουμε να ψηθεί. Γαρνίρουμε με πουρέ από κρεμμύδια)
- Κοτολέτες του μοσχαριού σοτέ με μπιζέλια (κοτολέτες μόσχου, βούτυρο, 1 κουταλιά ζού, 2 κουταλιά φεκιούλ, ¼ φλιτζάνι κρασί, μπιζέλια, ζάχαρη)
- Κροκέτες από μοσχάρι(μοσχάρι ψητό, βούτυρο, αλεύρι, 2 αυγά, ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, μαϊντανό, γάλα)
- Μπριζόλες χοιρινές με χόρτα (7-8 μπριζόλες, πατάτες, καρότα, ρέβες, κρεμμύδια, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ, πιπέρι, νερό. Κόβουμε τα λαχανικά σε λωρίδες, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τις μπριζόλες, και σε μια κατσαρόλα βάζουμε τα λαχανικά και τις μπριζόλες, προσθέτουμε το κρασί, το νερό και τον πουρέ ντομάτες και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κοτολέτες από χοιρίδιον σοτέ (τηγανίζουμε τις κοτολέτες σε βούτυρο, σβήνουμε με κρασί, προσθέτουμε σάλτσα εσπανιόλ, δένουμε τη σάλτσα με φεκιούλ και σερβίρουμε)
- Συκωτάκια αρνιού αλά Βενετσιάνα (κρεμμύδι, σκόρδο, βούτυρο, 2-3 κουταλιές αλεύρι, 2 κουταλιές ζωμός, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, αρνίσια συκωτάκια τηγανιτά τα οποία τα προσθέτουμε στη σάλτσα)
- Μυαλά μοσχαριού ή βωδινά από τηγάνι (αφού βράσουμε τα μυαλά με ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι, δάφνη, και δεντρολίβανο, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα τυλίγουμε σε ψωμί τριμμένο και σε αυγό και τηγανίζουμε συνοδεύοντας τα με μαϊντανό)
- Φριτούρα από μυαλά του μοσχαριού (2 μυαλά του μοσχαριού, 1 κουταλιά ξύδι, 1 φύλλο δάφνης, 1 κρεμμύδι, 1 ποτήρι νερό ζεστό, 1 κουταλιά βούτυρο, αλεύρι, πιπέρι, ρίγανη, 2 γαρύφαλλα, 1 καρότο, αλάτι, 2 ασπράδια αυγού, βούτυρο για τηγάνισμα, μαϊντανό)
- Φιλέτο βωδινό αλά Ζαρντινιέρα (λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, το ψήνουμε στο φούρνο, και συνοδεύουμε με σάλτσα από κρασί, βούτυρο, ζωμό και 1 κουταλάκι πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό)
- Στήθος του μοσχαριού με φασόλια (στήθος μοσχαριού, φάρσα μόσχου, 1 ποτήρι κρασί, 3 κουταλιές, βούτυρο, 1 κουταλιά φεκιούλ, μαϊντανό, ζουμί, γεμίζουμε το στήθος με μια γέμιση, το ψήνουμε και το σερβίρετε με γαρνιτούρα από φασόλια)
- Αρνάκι γεμιστό (αρνάκι, κιμάς από το συκώτι, την σπλήνα, τα νεφρά και την καρδιά, κρεμμυδάκι, κουκουνάρι, σταφίδα, κάστανα, ψωμί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, βούτυρο, πατάτες, μπαχαρικά)
- Αρνί του κηπουρού (Μπουτάκι αρνιού στο ταψί με 2-3 κουταλιές βούτυρο, καρότα, σέλινο, ρέβες, κρεμμυδάκια, ντομάτες)

- Αρνί γάλακτος ψητό (1/4 του αρνιού, σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και το ψήνουμε στη σούβλα ή στο φούρνο)
- Γουρουνάκια του γάλακτος ψητόν και παραγεμιστό (1 γουρουνάκι, 2 κρεμμύδια, 2 κουταλιές βούτυρο, σταφίδες, κουκουνάρια, πιπέρι, κάστανα, ψωμί τριμμένο, μοσχοκάρυδο, κανέλα, ελιές πράσινες, 1 συκωτάκι από γουρουνόπουλο)
- Μπούτι με σκόρδο (1 μπούτι, μπήγουμε σκόρδο στα ψαχνά του. Το ψήνουμε στη σούβλα, το βρέχουμε κατά διαλείμματα με βούτυρο. Σερβίρεται με μια σάλτσα με ζαμπόν, κρασί, πελτέ φραγκοστάφυλου και βούτυρο, δάφνη, μυρωδικά, πιπέρι)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια (μπούτι αρνίσιο, το τυλίγουμε με λαρδί, το περνάμε στη σούβλα και το βρέχουμε με βούτυρο)
- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό (γεμίζουμε το γουρουνάκι με γέμιση από κρεμμυδάκια τσιγαρισμένα σε βούτυρο, συκώτι του γουρουνιού, μαύρη σταφίδα, κουκουνάρια, κρασί, κάστανα, ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, πράσινες ελιές, δεντρολίβανο, το ράβουμε και το σουβλίζουμε, αλείφουμε με λαδωμένο πτερό)
- Γουρουνάκι αλά Τσαρίνας (γεμίζουμε το γουρουνάκι με ρύζι βρασμένο, βούτυρο, συκωτάκια από πουλερικά γιαχνιστά με σάλτσα ισπανική, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, βούτυρο, και αφού το ράψουμε το σουβλίζουμε)
- Χοιρομέρι ψητό αλά Αγγλικά (το περνάμε στη σούβλα, το τυλίγουμε σε χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το ψήνουμε, ραντίζοντας το κάθε λίγο με βούτυρο)
- Κοτολέτες από χοιρίδιον στη σχάρα (τις τυλίγουμε με λιωμένο βούτυρο κα ψωμί τριμμένο και της ψήνουμε στη σχάρα, αλείφοντάς τες με βούτυρο και λεμόνι)
- Γιαπράκια (κληματόφυλλα, κιμάς, άνηθο, ρύζι, 1 κρεμμύδι, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Γιουβαρλάκια (κιμάς, ρύζι, βούτυρο, αλεύρι, ντομάτα ή αυγολέμονο)
- Σουτζουκάκια (γάλα, τυρί, βούτυρο, 1 κρεμμύδι, κρέας, ψωμί, μυρωδικά, κύμινο, σκόρδο, κρασί, αλεύρι)
- Ντολμάδες λάχανο (κρέας πρόβειο, λάχανο, κρεμμύδια, βούτυρο, πάχος νεφραμιάς, 2 αυγά, λεμόνι, δυόσμο, μαϊντανό, ρύζι, κανέλα, γαρύφαλλα)
- Γιουβαρλάκια αλά πολίτα (αρνί, πάχος νεφραμιάς, 2 κρεμμυδάκια, ρύζι, αυγολέμονο, βούτυρο, δυόσμο, μαϊντανό)
- Μελιτζάνες γεμιστές (κιμάς, πάχος νεφραμιάς, βούτυρο, 1-2 κρεμμύδια, ρύζι, ντομάτες, μαϊντανό, δυόσμο, μελιτζάνες)
- Κολοκυθάκια γεμιστά (κιμάς, ρύζι, γίνονται όπως μελιτζάνες γεμιστές)
- Ντομάτες γεμιστές του φούρνου (κιμάς, ρύζι, 2 αυγά, 1 κρεμμυδάκι, μαϊντανό, ζάχαρη, βούτυρο)
- Ντομάτες γεμιστές κατά τον Ελληνικόν τρόπον (8 ντομάτες, αδειάζουμε, αλατίζουμε, βοδινός κιμάς, κρεμμύδι, βούτυρο, ρύζι, ψίχα ντομάτας, μυρωδικά, 2 κρόκους, μαϊντανό, σκεπάζουμε τις ντομάτες με το καπάκι τους και ψήνουμε στο φούρνο, βρέχοντας με βούτυρο)
- Μελιτζάνες σκαφιδάκια (κιμάς, μπεσαμέλ, βούτυρο, ντομάτα)
- Μουσακάς μελιτζάνες (κιμάς από αρνί, 8-10 μελιτζάνες, 3 αυγά, τυρί τριμμένο, ψωμί τριμμένο, μπεσαμέλ, πιπέρι, τις μελιτζάνες τις ψήνουμε στο φούρνο ή τις τηγανίζουμε)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (αρνί, 2 κρεμμύδια, 3 κουταλιές βούτυρο, τυρί κασέρι, κολοκυθάκια, βούτυρο τηγανισμένο, ντομάτες, 4 αυγά, γάλα, 3 κουταλιές αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, μοσχοκάρυδο, γαρύφαλλα, σάλτσα μπεσαμέλ)
- Μακαρονοπαστίτσιο με κιμά (ετοιμάζουμε τα μακαρόνια όπως δια ογκρατέν προσθέτουμε τον κιμά, προσθέτουμε 2-3 αυγά χτυπημένα, και βάζουμε στην καραβάνα μια στρώση μακαρόνια, μια κιμά και τελειώνουμε με μακαρόνια και από πάνω μπεσαμελ)
- Κεφτέδες (κιμάς, 2 κρεμμυδάκια, 2 αυγά, ψωμί βρεγμένο, σκόρδο, τυρί, δυόσμο, μαϊντανό)
- Μπιφτέκια κοπανιστά (βοδινός κιμάς, το βρέχουμε με νερό ή γάλα, πλάθουμε τα μπιφτέκια σε διπλάσιο μέγεθος από τους κεφτέδες και τα τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Ψωμί από πέρδικες (ψαχνά από 2 πέρδικες ψημένες, τα περνάμε στην κρεατομηχανή, τα κοπανίζουμε στο γουδί, προσθέτουμε 3 κουταλιές σάλτσα σοφρουά, κρέμα γάλακτος, 4 αυγά, βούτυρο, λίγη τρούφα, και βάζουμε το μείγμα στο μπαιν-μαρι. Στη συνέχεια το παγώνουμε και το σερβίρουμε με ζελέ)
- Σούπα της υγείας αλλά ρεζιέν (κοτόπουλο ψημένο,4 κρόκους αυγών, 1 φλιτζάνι ζωμό, ½ φλιτζάνι μπιζέλια, κομματάκια ψωμιού τηγανισμένα, βούτυρο)
- Σούπα από κρέμα της όρνιθος (κάνουμε βάση της σούπας με ζωμό της όρνιθας, αφού βράσουν τα φιλέτα της όρνιθας, τα περνάμε από μηχανή της φάρσας, προσθέτουμε ζωμό όρνιθος, κρόκους αυγών, βούτυρο. Βάζουμε τον πουρέ σε κατσαρολάκι και τον ψήνουμε σε μπαιν-μαρι, αφού τον αλείψουμε με βούτυρο και προσθέσουμε και τα σπαράγγια)
- Σούπα πολυτελείας από κρέμα των πουλιών (βάσι της σούπας, φιλέτα πουλιού βρασμένα, περασμένα από μηχανή)
- Σούπα της Βασιλίσσης Όλγας (φάρον, 2 πουλιά, 3 κρόκους αυγών, ½ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος, βούτυρο)
- Σούπα των Κυνηγών (4 μπεκάτσαις, 3 τρούφαις, 3 κρόκους αυγών, 2 κουταλιές σάλτσα μαδέρας, βάση της σούπας από κυνήγι, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Φρικασέ κοτόπουλα τηγανισμένα (αφού βράσουμε τα κοτόπουλα, κάνουμε μια σάλτσα από το ζωμό τους με βούτυρο, αλεύρι, 3 κρόκους αυγών και λεμόνι και σερβίρουμε μαζί με τρούφες)

- Πιλάφι λευκό από γαλόπουλον (1 γαλόπουλο, ½ οκά ρύζι, βούτυρο φρέσκο, 2 κουταλιές αλεύρι, κρόκους αυγών, αλάτι. Βράζουμε το γαλόπουλο και με το ζωμό του κάνουμε το πιλάφι)
- Γαλόπουλον αλά γοδάρ (1 γαλόπουλο, φάρσα μόσχου, 1 κουταλιά τρούφες, 2 κουταλιές σάλτσα βελουτέ, αλάτι, πιπέρι. Ετοιμάζουμε γέμιση με τρούφες, γεμίζουμε το γαλόπουλο και το βράζουμε)
- Φάρσες δια κινέλια από πουλιά (1 κοτόπουλο, 4 κρόκους αυγών, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 φλιτζάνι γάλα, ¼ φλιτζανιού κρέμα γάλακτος, αλάτι, πιπέρι άσπρο, 4 κουταλιές μπεσαμέλ. Περνάμε το ψαχνό από το πουλί από μηχανή της φάρσας, προσθέτουμε τους κρόκους αυγών, τη κρέμα, την μπεσαμέλ, το αλάτι και το πιπέρι. Κόβουμε τα κινέλια σε μικρά σφαιρίδια με τη σακούλα του κορνέ, τα βάζουμε στη κατσαρόλα να βράσουν με ζουμί, τα στραγγίζουμε και σερβίρουμε. Φάρσα από φαζάνι, από μπεκάτσες, από πέρδικες, από λαγό από ψάρι, εκτελείται όπως η παραπάνω συνταγή)
- Κοτόπουλο με ρύζι (βάζουμε το κοτόπουλο να βράσει σκεπάζοντάς το με ζωμό. Κάνουμε ριζότο με το ζωμό και το τελειώνουμε με σάλτσα από το ζωμό των πουλιών. Βάζουμε βούτυρο στο ριζότο και σερβίρουμε με το κρέας από το κοτόπουλο)
- Φρικασέ από γαλοπούλα (βάζουμε το κοτόπουλο στη κατσαρόλα σε κομμάτια, αφήνουμε να πάρει βράση με νερό, χύνουμε το νερό, το βάζουμε πάλι στη κατσαρόλα με νερό και αφήνουμε να σιγοβράσει. Με το ζωμό κάνουμε μια σάλτσα γερμανική, προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Κοτόπουλο αλά φινανσιέ (γεμίζουμε το κοτόπουλο με φάρσα των πουλιών, το ράβουμε, το τυλίγουμε σε πετσέτα και βάζουμε σε κατσαρόλα και το βράζουμε 2 ώρες σε χαμηλή φωτιά. Συνοδεύουμε με σάλτσα γερμανική)
- Πιτσούνια αλά Ζαρδινιέρ (ράβουμε και βράζουμε 4 πιτσούνια. Τα σερβίρουμε με ζαρδινιέρα)
- Κοτόπουλο από φρικασέ (1 κοτόπουλο, 3 κουταλιές βούτυρο, αλάτι, 2 αυγά, λεμόνι, για αυγολέμονο, πιπέρι λευκό)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (κόβετε 2 κοτόπουλα σε 5 κομμάτια, τα βάζετε με βούτυρο και λάδι στη κατσαρόλα, βρέχετε με κρασί, προσθέτετε 2 κρεμμύδια, σκόρδο, 3-4 ντομάτες, 2 κουταλιές σάλτσα ισπανική και αφήνετε να σιγοβράσουν)
- Γάλος με κάστανα (λαχανικά, γαλοπούλα, βούτυρο, κρασί, ζωμό, σάλτσα ισπανική, σερβίρουμε με κάστανα)
- Γάλος γεμιστός στη κατσαρόλα (γεμίζουμε μια γαλοπούλα με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, χοιρομέρι, τη ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα λαχανικά, και βούτυρο, ζωμό και λίγο κρασί. Αν ψηθεί τη σερβίρουμε με μερικά λουκάνικα, κρεμμύδια, κάστανα και ελιές πράσινες)
- Πλατάρια του γάλου (φτερούγες, πόδια, λαιμός, συκώτι, στομάχι ενός γάλου. Τα ζεματίζουμε και τα βάζουμε κατόπιν στη κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, γαρύφαλλα, θυμάρι, δάφνη, μανιτάρια, τα τσιγαρίζουμε, τα αλευρώνουμε, τα μουσκεύουμε με νερό και τα ενώνουμε με 3 κρόκους αυγών χωρίς να βράσουν)
- Φιλέτα από κοτόπουλο εις ωραίαν θέαν (φιλέτα από 4 κοτόπουλα, βούτυρο, τα τσιγαρίζουμε, έπειτα τα βουτάμε σε πηχτή και γαρνίρουμε με τρούφα. Όταν παγώσουν τα κόβουμε και τα σερβίρουμε με τρούφα και τηγανισμένο ψωμί)
- Σοφρουά των πουλιών (σοτάρουμε τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα βουτάμε σε σάλτσα σοφρουά, τα αφήνουμε να παγώσουν, τα αλείφουμε με ζελέ. Σερβίρουμε τα φιλέτα σε σαρλότ με σαλάτα ρωσική και κροτόνια ζελέ)
- Μπεκάτσαις με κρασί (μπεκάτσαις, κρασί μαύρο, βούτυρο, ντομάτες, 1 κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, 1 φύλλο δάφνης, αλεύρι, σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουλιά φρικασέ (2 πουλιά μέτρια, βούτυρο, 3-4 κρεμμύδια, 2 καρότα, γάλα, 2 κουταλιές αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, νερό, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι)
- Φραγκόκοτα με τρούφες ή με γαρνιτούρα (την καθαρίζουμε, αφαιρούμε τα εντόσθια, στη σκεπάζουμε με λαρδί και τη βάζουμε στην κατσαρόλα με λαχανικά, βούτυρο, τρούφες)
- Σαλμί από κοτσύφια (12 κοτσύφια, βούτυρο, άσπρο κρασί, δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, σάλτσα Ισπανική, σερβίρετε με ψωμάκια τηγανισμένα, και μες στη σάλτσα βάζουμε και λίγα μανιτάρια)
- Πιλάφι από κοτσύφια (βούτυρο, κρεμμύδι, μπελτές, 10 κοτσύφια, ρύζι)
- Περιστεράκια με πατάτες (τα κοκκινίζουμε με βούτυρο στην κατσαρόλα, προσθέτουμε μια πρέζα αλεύρι, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα, νερό, και σερβίρουμε με πατάτες σοταρισμένες στο τηγάνι με βούτυρο, κρεμμυδάκι μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Περιστεράκια αλά Ισπανιόλα (τα ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, βάζουμε λαρδί, αλάτι, πιπέρι, σάλτσα Ισπανική, βγάζουμε το λαρδί και σερβίρουμε)
- Τσίχλες με σάλτσαν (7-8 τσίχλες, βούτυρο, κρασί άσπρο, ντομάτες, 2-3 κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, νερό. Τις κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε και τα υπόλοιπα υλικά και αφήνουμε να βράσουν. Μπορούμε να σερβίρουμε με κρουτόν)
- Παπιά μπρεζέ (παπιά, λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, κρασί άσπρο, ντομάτες, δάφνη, γαρύφαλλα, μπαχάρι, σιγοβράζουμε σε κατσαρόλα)
- Πιτσούνια με ντομάτες (3-4 πιτσούνια, ντομάτες, κρασί άσπρο, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Περιστέρια με μπιζέλια (τσιγαρίζουμε τα περιστέρια με βούτυρο, και προσθέτουμε τα μπιζέλια, δάφνη, μαϊντανό, θυμάρι, λίγο αλεύρι, τα βρέχουμε με ζωμό, και τα αφήνουμε να ψηθούν)
- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (ξεκοκαλίζουμε τα στήθη 6 περιστεριών, τα γεμίζουμε με γέμιση με λαρδί σε κομματάκια, συκωτάκια πουλιών και αρνιού ζεματισμένα, ψωμί μουσκεμένο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, 3 κρόκους αυγών και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο και διάφορα

λαχανικά και αφήνουμε να βράσουν, βρέχοντας τα κατά καιρούς με ζωμό. Στο τέλος ρίχνουμε κρασί, σάλτσα Ισπανική και πράσινες ελιές ζεματισμένες)

- Περιστεράκια με ρύζι (αφού τα κοκκινίσουμε, και τα ψήσουμε με άσπρο κρασί, τα σερβίρουμε με πιλάφι)
- Φιλέτα πιτσουνιών αλά σαρτρέζ (τα φιλέτα σοτάρονται με βούτυρο και σερβίρονται με διάφορα λαχανικά βρασμένα, βούτυρο και σάλτσα βελουτέ. Επίσης τα συνοδεύουμε και με μια σάλτσα εσπανιόλ)
- Πιλάφι με ορτύκια (5 ορτύκια, βούτυρο, κρεμμύδι, καβουρδίζουμε, προσθέτουμε ντομάτα, σοτάρουμε σε άλλη κατσαρόλα το ρύζι με βούτυρο, ρίχνουμε το ζωμό των ορτυκιών)
- Ορτύκια με σπανάκι (τα κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε λίγο κρασί και ζωμό κρέατος και όταν βράσουν τα σερβίρουμε με πουρέ από σπανάκια)
- Πουλιά με μπιζέλια (2 μέτρια πουλιά, μπιζέλια, 2 κρεμμύδια, βούτυρο, 1 κουταλάκι αλεύρι, 2 κρόκους , γάλα, αλάτι, πιπέρι, νερό)
- Σαλμί από μπεκάτσες (βάζουμε τις μπεκάτσες στην κατσαρόλα με βούτυρο και λαρδί. Αφού κοκκινίσουν, τις βρέχουμε με κρασί, προσθέτουμε λίγη σάλτσα ισπανική και τις αφήνουμε να σιγοβράσουν. Με τα εντόσθια σχηματίζουμε πουρέ και τον τοποθετούμε πάνω στα ψημένα ψωμάκια)
- Σαλμί από πέρδικες με ζελέ ασπίκ (2 πέρδικες, 1 ποτήρι κρασί, 1 ποτήρι ζωμό μόσχου, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 ποτήρι ζελέ ασπίκ, 2 κουταλιές εσπανιολ, αλάτι, πιπέρι, ¼ κολώνα πάγου. Ψήνουμε τις πέρδικες με βούτυρο, σβήνουμε με κρασί να κοκκινίσουν, προσθέτουμε το ζωμό και την σάλτσα εσπανιόλ και αφήνουμε να σιγοψηθούν. Όταν ψηθούν τις κόβομε, αφαιρούμε το βούτυρο από τη σάλτσα, προσθέτουμε το ζελέ ασπίκ σε κομμάτια και το σαλμί σε φόρμα μαζί με τις πέρδικες, γεμίζουμε τη φόρμα, την παγώνουμε και την σερβίρουμε με ζελέ)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσαν σουπρέμ (βάζουμε σε πλασοτέ τα φιλέτα από 4 κοτόπουλα και τα σκεπάζουμε με χαρτί. Από τα περισσεύματα ετοιμάζουμε σάλτσα σουπρέμ. Αλείφουμε μια φόρμα με βούτυρο, στολίζουμε με τρούφες, την γεμίζουμε με φάρσα κινελίων, και την βάζουμε στο φούρνο. Πριν σερβίρουμε σοτάρουμε τα φιλέτα , αναποδογυρίζουμε την φόρμα, σερβίρουμε τα φιλέτα κυκλοειδώς, περιχύνουμε με σάλτσα)
- Κοτόπουλο με ντομάτες (κόβουμε 2 κοτόπουλα, τα βάζουμε στο ταψί να κοκκινίσουν, σβήνουμε με κρασί άσπρο, προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική, λίγο ζουμί, προσθέτουμε ντομάτες χωρίς τη φλούδα, και ψήνουμε στο φούρνο)
- Τεμπάλ αλά μιραμπό (γεμίζουμε τον πάτο και τον γύρο ενός σαρλότ με ελιές πράσινες που έχουμε γεμίσει με φάρσα κινελίου, σκέτη φάρσα κινελίου, φέτες πάπιας, φέτες μανιταριών, σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το βάζουμε σε ένα πλασοτέ με νερό και το ψήνουμε στο φούρνο. Όταν είναι έτοιμο το αναποδογυρίζουμε στο πιάτο)
- Φιλέτα των πουλιών αλά τουλούζ (12 φιλέτα των πουλιών, 2 κουταλιές βούτυρο, αλάτι, 1 κουταλιά μανιτάρια, 2 κουταλιές σάλτσα γερμανική, πιπέρι άσπρο. Ψήνουμε τα φιλέτα στο φούρνο σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί)
- Ψωμί από πέρδικες (ψαχνά από 2 πέρδικες ψημένες, τα περνάμε στην κρεατομηχανή, τα κοπανίζουμε στο γουδί, προσθέτουμε 3 κουταλιές σάλτσα σοφρουά, κρέμα γάλακτος, 4 αυγά, βούτυρο, λίγη τρούφα, και βάζουμε το μείγμα στο φούρνο. Στη συνέχεια το παγώνουμε και το σερβίρουμε με ζελέ)
- Τιμπάλ των πουλιών (αλείφουμε μια φόρμα σαρλότα, την γεμίζουμε με φάρσα ενός δακτύλου, γεμίζουμε το κενό μέρος με σαλπικόν βασιλικόν, την σκεπάζουμε με φάρσα με χαρτί αλειμμένο, βάζουμε την φόρμα σε ένα πλασοτέ με νερό και ψήνουμε στο φούρνο ¾ ώρας. Περιχύνουμε με σάλτσα βελουτέ)
- Ορτύκια ό-γκρατέν (6 ορτύκια, 2 κουταλιές βούτυρο φρέσκο, αλάτι, 2 κρόκους αυγών, ¼ φλιτζανιού ψωμί τριμμένο, πιπέρι. Αφού βράσουμε τα ορτύκια, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα βάζουμε με μπεσαμέλ, ζωμό, ψωμί τριμμένο στο φούρνο να πάρουν χρώμα)
- Πουλιά σχάρας με γαλέτα (βουτάμε τα φιλέτα των πουλιών σε βούτυρο και γαλέτα τριμμένη και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπριζόλες από περιστέρια (12 μπριζόλες από περιστέρια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο ή πάχος, τις τυλίγουμε σε τριμμένη ψίχα ψωμιού και της ψήνουμε στη σχάρα)
- Περιστέρια με σάλτσα αυγών (τα αλείφουμε με βούτυρο, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί ανακατωμένο με λαχανικά και τα ψήνουμε στη σχάρα και τα σερβίρουμε με σάλτσα αυγών)
- Ορτύκια στη σχάρα (σχίζουμε από τη ράχη τα ορτύκια, τα χτυπάμε, τα τυλίγουμε σε γαλέτα, τα βρέχουμε με βούτυρο, και της ψήνουμε στη σχάρα)
- Χήνα στη σούβλα(αφού καθαριστεί και αφαιρεθούν οι φτερούγες και τα εντόσθια, την περνάμε στη σούβλα και την τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με βούτυρο)
- Πουλερικά στην άρμη (βάζουμε στην άρμη κομμάτια μιας όρνιθας, και τη βάζουμε πάνω σε στάχτη, κατόπιν τα πλένουμε, τα τυλίγουμε σε χτυπημένα αυγά και αλεύρι και τα τηγανίζουμε)
- Τουρνετό από γαλόπουλο με σάλτσα (12 φέτες τις οποίες τηγανίζουμε, 10 κροκέτες πατάτες ή ψωμάκια, φάρσα πουλιών ψημένη. Σερβίρουμε τις κροκέτες με από πάνω τα φιλέτα, την φάρσα και μια σάλτσα)
- Κροκέτες από πουλιά (1 κοτόπουλο βρασμένο, 2 κουταλιές βούτυρο, 3 κουταλιές αλεύρι, 2 αυγά, αλάτι, 1 φλιτζάνι ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, 2 μάτσα μαϊντανό, πιπέρι, 1 φλιτζάνι γάλα)
- Φριτούρα από πουλιά κατά τον Ιταλικόν τρόπον (κόβουμε τα μικρά πουλιά σε 4 τεμάχια το καθένα και τα μαρινάρουμε σε λαρδί με λεμόνι, κρεμμύδι, καρότα και μαϊντανό για 30΄. Έπειτα τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τα τηγανίζουμε.

- Κρομεσκί από πουλιά (απαιτείται μαστό βιδέλου το οποίο το βράζουμε και το αφήνουμε να κρυώσει, κατόπιν το κόβουμε σε τετράγωνες φέτες και το χτυπάμε για να πλατύνει. Κόβουμε τα ψαχνά ενός πουλιού, λίγη τρούφα, συκωτάκια πουλιών ή πάπιας, τα ενώνουμε μέσα σε σάλτσα βελουτέ. Μέσα σε κάθε φέτα του μαστού βάζουμε λίγη από τη δόση αυτή και τη διπλώνουμε. Την βυθίζουμε σε μια πάτ α φρίρ και τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- Φιλέτα των πτηνών αλά βιλερουά (βουτάμε φιλέτα από διάφορα περισσεύματα σε σάλτσα βιλερουά, τα πανάρουμε και τα τηγανίζουμε ή τα βάζουμε στο φούρνο)
- Φιλέτα των πουλιών με σάλτσα αλά βιλερουά (τηγανίζουμε τα φιλέτα των πουλιών, όταν κρυώσουν τα προσθέτουμε σε μια σάλτσα βιλερουά, κατόπιν σε ψωμί τριμμένο, σε αυγό και πάλι σε ψωμί. Τα τηγανίζουμε σε άφθονο βούτυρο ή πάχος)
- Κροκέτες από κυνήγιον ώ σοπρέμ (όπως κροκέτες από πουλιά, χρησιμοποιούμε κυνήγι ψημένο)
- Συκώτι της χήνας με γαρνιτούρα από τρούφες (συκώτι από χήνα, την τυλίγουμε με αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και την τηγανίζουμε σε βούτυρο, σερβίρεται με γαρνιτούρα από τρούφες και κορυφές σπαραγγιών)
- Ψάρι βραστόν αλά Εγγλέζα (συναγρίδα, αστακό, κρέμα γάλακτος, 4 κρόκους αυγών, πατάτες,1 μάτσο σέλινο, 2 καρότα, ½ μάτσο μαϊντανό, βούτυρο)
- Ψάρι λαβράκι βραστόν και παραγεμιστόν αλά Ολλανδέζα (όπως ψάρι αλά Εγγλέζα με τη διαφορά ότι ετοιμάζουμε σάλτσα Ολλανδική)
- Ψάρι βραστό και παραγεμιστό κατ' Αγγλικόν τρόπον (γεμίζουμε το ψάρι με γέμιση από ψάρι με βούτυρο του αστακού, και το βράζουμε, το σερβίρουμε με πατάτες βρασμένες, μαϊντανό και σάλτσα από βούτυρο του αστακού με λίγο αστακό)
- Μπακαλιάρος με άσπρη σάλτσα (αφού τον ψήσουμε όπως παραπάνω τον σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον (αφού τον ξαλμυρίσουμε, τον ψήνουμε όπως παραπάνω, τον βάζουμε σε πιάτο και περιχύνουμε με άσπρη σάλτσα από κάπαρη)
- Φέτες ψαριού με πηχτή (βράζουμε 2 φέτες συναγρίδας, τις στραγγίζουμε, τις αλείφουμε με κόκκινο βούτυρο και λίγη πηχτή. Σερβίρουμε τις φέτες του ψαριού με 3 μικρές καραβίδες σε κάθε πλευρά, μαϊντανό και κομμάτια πηχτής, γαρίδες και μαγιονέζα)
- Συάκι βραστό (αφού σχίσουμε τη ράχη βγάζουμε το ραχοκόκαλο, το δένουμε, το αλείφουμε με χυμό λεμονιού και το βάζουμε στην κατσαρόλα να βράσει με νερό και αλάτι. Σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα από βούτυρο της σαρδέλας)
- Συάκι κατά τον Ολλανδικόν τρόπον (το βράζουμε όπως παραπάνω και το σερβίρουμε με φρέσκο βούτυρο λιωμένο, με χυμό λεμονιού και άσπρο πιπέρι)
- Συναγρίδα (δένουμε με σπάγκο το κεφάλι της συναγρίδας, τη σκεπάζουμε με ζωμό των λαχανικών, με κρασί άσπρο και βουτυρωμένο χαρτί και αφήνουμε να βράσει. Σερβίρουμε το ψάρι με ουρές γαρίδων, μανιτάρια και σάλτσα που κάνουμε με κρεμμυδάκια, γαρύφαλλα, πιπέρι, σκόρδο, 1 καρότο, σέλινο, βούτυρο, ½ μποτίλια μαύρο κρασί, σάλτσα Ισπανική, ζωμό του βιδέλου, τρούφα, βούτυρο της σαρδέλας και πιπέρι κόκκινο)
- Ψάρι με σάλτσα Ολλανδική (καθαρίζουμε 1 ψάρι, βγάζουμε τα εντόσθια, το βάζουμε στη ψαριέρα, χύνουμε ζωμό λαχανικών και αφού πάρει βράση, το σερβίρουμε σε πετσέτα με μαϊντανό και σάλτσα Ολλανδική)
- Συάκι με σάλτσα από γαρίδες (κόβουμε το ψάρι σε τεμάχια, το αλατίζουμε και το περιχύνουμε με λεμόνι και το αφήνουμε για να πιάσει το αλάτι. Το βάζουμε στη ψαριέρα να βράσει με νερό, ½ μποτίλια άσπρο κρασί και ξύδι για 10΄. Στραγγίζουμε το ψάρι και το σερβίρουμε με σάλτσα με γαρίδες)
- Φιλέτα από γλώσσες (10 γλώσσες, τα βάζουμε σε λάδι και λεμόνι για 30΄. Τα ψήνομε σε βουτυρωμένη κατσαρόλα με κρασί άσπρο. Σερβίρουμε με τρούφες, μανιτάρια, σφαιρίδια τηγανισμένα από ψαχνά ψαριών, ουρές από γαρίδες και σάλτσα άσπρη)
- Ψάρι αλά Βενετσιάνα (συναγρίδα, κρεμμυδάκια, σελινόριζα, 2 καρότα, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο τηγανίσματος, κρασί άσπρο, 4 σαρδέλες, βούτυρο, πιπέρι. Βράζουμε το ψάρι με 3 κουταλιές λάδι, αλεύρι, νερό, χυμό λεμονιού και τα χόρτα)
- Ψάρι αλά Ινδιάνα (όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι κάνουμε επίσης κινέλια από ψάρι και σάλτσα μπεσαμέλ)
- Ψάρι αλά Ισπανιόλα (γίνεται όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι προσθέτουμε σάλτσα αλά Ισπανιόλα)
- Μπακαλιάρος με μαϊντανό (αφού τον ξαλμυρίσουμε, τον ψήνουμε σε γάλα, βούτυρο και λεπτά λαχανικά. Τον βάζουμε κατόπιν σε πιάτο, τον σκεπάζουμε με ψιλοκομμένο μαϊντανό, στύβουμε χυμό λεμονιού και τον σερβίρουμε ζεστό)
- Μπακαλιάρος κατ' άλλον τρόπον (αφού ψήσουμε τον μπακαλιάρο όπως παραπάνω, τον στραγγίζουμε, τον βάζουμε σε λιωμένο βούτυρο χωρίς να βράσει, ανακατώνουμε συνεχώς, προσθέτουμε λίγο νερό ή γάλα ζεστό, προσθέτουμε φιλέτα σαρδέλων, 1 σκελίδα σκόρδου, ψιλοκομμένο μαϊντανό, ψημένες τρούφες, και τα βάζουμε στη φωτιά, όταν βράσουν σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Ορεκτικόν ραγού από φέτες μπακαλιάρων με σάλτσα ματελότ (Σοτάρουμε τα φιλέτα από μπακαλιάρους σε βούτυρο, κατόπιν ρίχνουμε σάλτσα ματελότ)
- Ψάρι ω-γρατέν (αφού παρασκευάσουμε βραστό ψάρι, το ξεκοκαλίζουμε, το σκεπάζουμε με σάλτσα βιλερουά, προσθέτουμε τυρί και ψωμί τριμμένο και το βάζουμε στο φούρνο. Το σερβίρουμε με πατάτες ντουσές και σάλτσα Ισπανική)

- Κοτολέτες από ψωμί του ψαριού (100 δράμια ψάρι, βούτυρο, 2 αυγά, 2 κρόκους αυγών, ανθόγαλα, με τα περισσεύματα του ψαριού κάνουμε ζωμό και σάλτσα Εσπανιόλ)
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ (ψάρι, 4 κρόκους αυγών, γάλα, κρασί λευκό, βούτυρο, αλάτι, γαρίδες, αγγουράκια, 1 μικρό αστακό, μύδια, μανιτάρια, πιπέρι, χαρτί βουτυρωμένο, με το ζουμί κάνουμε σάλτσα βελουτέ στην οποία προσθέτουμε τα μύδια, τον αστακό και τα μανιτάρια)
- Ψάρι λαβράκι του αρχιναυάρχου Κέλλυ (όπως η προηγούμενη συνταγή με τη διαφορά ότι στη σάλτσα βελουτέ προσθέτουμε ραγού από στρείδια, από κινέλια του ψαριού με σάλτσα του αστακού, ραγού από φιλέτα των μπαρμπουνιών σοτέ και από κροκέτες του αστακού με βούτυρο της σαρδέλας)
- Ψάρι λαβράκι του ναυάρχου Μπήττυ (όπως το ψάρι του ναυάρχου Κάρρ, με τη διαφορά ότι προσθέτουμε ραγού από γλώσσες και στρείδια και κινέλια από φάρσα των μπαρμπουνιών παναρισμένα σε φριτούρα, σερβίρουμε με σάλτσα μπεσαμέλ χωριστά, και μανιτάρια και αγγουράκια πράσινα)
- Ψάρι λαβράκι αλά σαβπόρ (όπως λαβράκι του ναυάρχου Κάρρ, αλλά γαρνίρουμε το ψάρι με φιλέτα μπαρμπουνιών μαζί με τρούφες)
- Ψάρι του φούρνου (1 φέτα ψαριού, βούτυρο, άσπρο κρασί, χαρτί)
- Ψάρι γλώσσες αλά Γερμανικά (2 γλώσσες, βούτυρο φρέσκο, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, φέτες λεμονιού, μαϊντανό, ψήνουμε τις γλώσσες στο φούρνο σκεπασμένες με χαρτί, σερβίρουμε με χυμό λεμονιού, δένουμε τη σάλτσα με φεκιούλ)
- Ψάρι στο φούρνο με μανιτάρια (σχίζουμε στη μέση το ψάρι και το κάνουμε 4 φιλέτα, σοτάρουμε μανιτάρια που έχουμε ψιλοκόψει στο βούτυρο, τα ανακατώνουμε με γλάσο, τα βάζουμε σε ένα μπακιρένιο πιάτο και από πάνω τοποθετούμε τα ψάρια. Τα βρέχουμε με βούτυρο λιωμένο και κρασί άσπρο, και τα ψήνουμε στο φούρνο)
- Ψάρι με γαρνιτούρες (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, 24 τρούφες, 24 μανιτάρια, 3 κουταλιές σάλτσα Ισπανική, 1 ποτήρι κρασί Μαδέρα. Στη σάλτσα προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας, βούτυρο και κόκκινο πιπέρι)
- Φέτες ψαριού στο φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (συναγρίδα σε φέτες, την μαρινάρουμε, τη ψήνουμε σε πλάκα αλειμμένη με βούτυρο, περιχύνουμε το ψάρι με βούτυρο και σερβίρουμε με βραστές πατάτες και σάλτσα από βούτυρο στην οποία έχουμε δώσει οσμή σαρδέλας)
- Φέτα ψαριού στο φούρνο από πράσινες ελιές (συναγρίδα σε φέτα, λαρδί σε φέτες, λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, σάλτσα μαδέρας με λίγο γλάσο, γαρνίρουμε με ελιές πράσινες)
- Σφυρίδα (σφυρίδα, διάφορα λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, φέτες λαρδί, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, περισσεύματα μανιταριών. Όταν σερβίρουμε αλείφουμε το ψάρι με βούτυρο γαρίδας και λίγο γλάσο)
- Φέτες ψαριού σε φούρνο με σάλτσα σαρδέλας (κόβουμε 1 συναγρίδα σε φέτες, τη μαρινάρουμε , τη ψήνουμε στο φούρνο με βούτυρο, σερβίρουμε περιχύνοντάς τη με βούτυρο από γαρίδες και μια σάλτσα από βούτυρο σαρδέλας)
- Φέτες ψαριού με γαρνιτούρα (φέτες από συναγρίδα, τις βάζουμε σε βουτυρωμένη κατσαρόλα την οποία σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και βάζουμε στο φούρνο. Όταν τις σερβίρουμε τις αλείφουμε με βούτυρο γαρίδας, σερβίρουμε με γαρνιτούρα από διάφορα ψάρια, ουρές γαρίδας και τρούφες, και σάλτσα Νορμανδική)
- Ψάρι συναγρίδα στο πιάτο (βρέχουμε τη συναγρίδα με 1 ποτήρι άσπρο κρασί και βούτυρο λιωμένο και την ψήνουμε στο φούρνο για 20΄. Σερβίρουμε το ψάρι σε πιάτο πάνω σε γέμιση από ψάρι, ρίχνουμε από πάνω ψιλά λαχανικά και ψωμί τριμμένο, βάζουμε το ψάρι στο φούρνο για να ψηθεί η γέμιση. Με το ζουμί, 2 κουταλιές σάλτσα σκούρα και λίγη ουσία ζωμού των στρειδιών κάνουμε σάλτσα , βάζουμε βούτυρο φρέσκο και μερικά ζεματισμένα στρείδια και σερβίρουμε χωριστά)
- Μικρά κασολέτ από φιλέτα μπαρμπουνιών (10 φιλέτα μπαρμπουνιών, βούτυρο, λεμόνι, τα ψήνουμε σκεπάζοντάς τα με βουτυρωμένο χαρτί. Κάνουμε μια φάρσα ψαριού με συκωτάκια ψαριών, ουσία σαρδέλας, γεμίζουμε με αυτή 10 κασολέτ αλευρωμένα με βούτυρο, βάζουμε από 1 φιλέτο ψαριού, και λίγη βελουτέ και ψήνουμε στο φούρνο για 10΄)
- Ασπίκ μαγιονέζα από φιλέτα μπαρμπουνιών (8 μπαρμπούνια, 2 κουταλιές βούτυρο, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, 3 ποτήρια ασπίκ, 2 φλιτζάνια μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ψήνουμε τα μπαρμπούνια σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα βάζουμε μέσα σε φόρμα να παγώσουν στον πάγο μαζί με το ασπίκ. Σερβίρουμε με μαγιονέζα με μασεντουάν)
- Μπαρμπούνια αλά Βενετσιάνα (αφού ψήσουμε τα μπαρμπούνια στη σχάρα, συνοδεύουμε με σάλτσα αλά Βενετσιάνα)
- Φρίσες φρέσκες στη σχάρα (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις γαρνίρουμε με βούτυρο με μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Ρέγγες με σάλτσα από κάπαρη (αφού τις ψήσουμε στη σχάρα, τις σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα από κάπαρη)
- Ρέγκες με σάλτσα μουστάρδα (τις ψήνουμε στη σχάρα, και σερβίρουμε με σάλτσα μουστάρδας, την οποία κάνουμε με βούτυρο, ζωμό, αλεύρι, αλάτι και μουστάρδα τα οποία ενώνουμε έχοντας τη κατσαρόλα στη φωτιά)
- Φιλέτα ρεγκών με σάλτσα (μαρινάρουμε φιλέτα φρέσκων ρεγκών, κατόπιν τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί αφού τις μουσκέψουμε σε λιωμένο βούτυρο και τις ψήνουμε στη σχάρα. Τις βάζουμε πάνω σε σάλτσα αυγών)
- Ψάρι με σάλτσα σαρδέλας (ψήνουμε 1 λαβράκι στη σχάρα, το σερβίρουμε περιχύνοντάς το με σάλτσα από ουσία σαρδέλας, το γαρνίρουμε με παστρεμένες γαρίδες και με σφαιρίδια από κρέατα του ψαριού)

- Ψάρι γλώσσες αλά Σκοτσέζα (4 γλώσσες, 1 κρεμμύδι, ½ μάτσο μαϊντανό, 10 φύλλα δάφνης, ρίγανη, βούτυρο φρέσκο, αλάτι, ½ ποτήρι γάλα, ½ ποτήρι αλεύρι, 2 αυγά, ψωμί τριμμένο, βούτυρο για τηγάνισμα, 1 αστακό, πατάτες. Μαρινάρουμε πρώτα τα φιλέτα της γλώσσας σε κρεμμύδι, ρίγανη, χυμό λεμονιού, δάφνη, τα αλατίζουμε, τα βουτάμε σε γάλα, έπειτα στο αλεύρι, σε αυγό χτυπημένο και έπειτα σε ψίχα ψωμιού τριμμένη και τα τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με σάλτσα της του αστακού και γαρνίρουμε με πατάτες βραστές)
- Ψάρι γλώσσες αλά Γολβέρ (αφού μαρινάρουμε τις γλώσσες, τις πανάρουμε και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με βούτυρο φρέσκο με μαϊντανό ψιλοκομμένο)
- Κροκέτα του ψαριού (ψαχνά από βρασμένο ψάρι, άσπρη σάλτσα, 2 κρόκους αυγών, τα ανακατώνουμε στη κατσαρόλα στη φωτιά, πλάθουμε κροκέτες σε σχήμα αυγού, τις τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τηγανίζουμε)
- Σμαρίδες τηγανιτές (τις αλευρώνουμε κα τις τηγανίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με μισά λεμόνια)
- Φριτούτα από μικρά ψάρια ή από φιλέτα ψαριών, ή από παστό ψάρι(βουτάμε το ψάρι σε πάτ ά φρίρ και τηγανίζουμε)
- Ρέγγες καπνιστές σε κουτί (βγάζουμε τα φιλέτα 5-6 καπνιστών ρεγκών, κόβουμε μαϊντανό, μανιτάρια, γαρνίρουμε με βούτυρο, βάζουμε εναλλάξ τα φιλέτα με τη γαρνιτούρα και το βούτυρο, σκεπάζουμε με τριμμένο ψωμί και ψήνουμε στη σχάρα)
- Αστακός κατ' άλλον τρόπον (κόβουμε 1 κρεμμύδι, το καβουρδίζουμε με λάδι, κόβουμε τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλά του και τον τηγανίζουμε σε δυνατή φωτιά. Ρίχνουμε λίγο κρασί άσπρο, λίγη ντομάτα, λίγη σάλτσα εσπανιόλ, λίγο ζωμό, κρέατος και πιπέρι κόκκινο και αφήνουμε να βράσει 20΄)
- Γαρίδες κατ' άλλον τρόπον (γίνονται όπως αστακός κατ' άλλον τρόπον)
- Αστακός κατά τον Αμερικάνικον τρόπον (καρότα, κρεμμύδι, 2-4 κόκκους πιπέρι, αλάτι, 1 δεμάτι από μυρωδικά, 1 αστακό σε τεμάχια, 1 ποτήρι καλό κονιάκ, άσπρο κρασί, γιαχνίζουμε, σερβίρουμε με σάλτσα από γαρίδες)
- Μύδια στην κατσαρόλα (3 κρεμμύδια, καρότα, σκόρδο, πιπέρι, γαρύφαλλα, μαϊντανό, θυμάρι, δάφνη, 1 ποτήρι κρασί, το κρέας των μυδιών, προσθέτουμε στη σάλτσα βούτυρο δουλεμένο με αλεύρι)
- Μύδια με σάλτσα (βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδια, 1 κουταλιά αλεύρι την οποία ανακατώνουμε με βούτυρο, βρέχουμε με ζωμό των μυδιών που έχουμε βράσει με όστρακα, προσθέτουμε πιπέρι και μοσχοκάρυδο, κρόκους αυγών και χύνουμε πάνω στα μύδια από τα οποία έχουμε βγάλει τα όστρακα)
- Στρείδια στο φούρνο (20 στρείδια, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο, μπεσαμέλ)
- Αστακός ω-γκρατέν (βράζουμε τον αστακό τον χωρίζουμε σε μικρά τεμάχια και τον βάζουμε σε ταψί με σάλτσα μπεσαμέλ και ψωμί τριμμένο να πάρει χρώμα. Γαρνίρουμε με φύλλα μαϊντανού)
- Γαρίδες ω-γκρατέν (όπως αστακός ω γκρατέν)
- Στρείδια τηγανιτά (εάν θέλουμε πανάρουμε πρώτα τα στρείδια αφού τα έχουμε ξεκολλήσει από το κόκαλό τους σε αυγό και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Καλαμαράκια πανέ (πάναρουμε τα καλαμαράκια σε ψωμί τριμμένο και αυγό, τα τηγανίζουμε σε βούτυρο για 20΄)
- Κοτολέτες αστακού (βράζουμε τον αστακό, τον κόβουμε σε τεμάχια, προσθέτουμε μπεσαμέλ, πλάθουμε σχήματα κοτολέτας με κάθε πόδι του αστακού, τα πανάρουμε και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Σερβίρουμε με σάλτσα αστακού ζεστή η οποία γίνεται από κοκάλα αστακού κοπανισμένα με σάλτσα βελουτέ και ουσία αστακού)
- Φριτούρα από στρείδια (βουτάμε τα στρείδια σε πάτ ά φρίρ και τα τηγανίζουμε)
- Φριτούρα από μύδια (βουτάμε τα μύδια σε πάτ ά φρίρ και τα τηγανίζουμε)
- Αυγά κατά τον Γερμανικόν τρόπον (1 ποτήρι γάλα σε μια κατσαρόλα, βάζουμε βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, αφήνουμε να γίνει ένας ζωμός, βάζουμε σκληρά αυγά κομμένα σε φέτες, μετά 10΄προσφέρουμε)
- Σπανάκι με αυγά μάτια (αφού ζεματίσουμε το σπανάκι, το βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο, λίγο γάλα, και το αφήνουμε να βράσει. Τηγανίζουμε αυγά και τα βάζουμε πάνω στον πουρέ σπανάκι, σερβίρουμε με βούτυρο και κρουτόν)
- Αυγά φορμέ (σπάμε τα αυγά σε μικρές βουτυρωμένες ατομικές φόρμες και της θέτουμε εντός κατσαρόλας με βραστό νερό. Τα συνοδεύουμε με κρουτόν και σάλτσα ντομάτας ή πουρέ πατάτας με ντομάτα ή πουρέ σπανάκι ή πατάτας)
- Αυγά κατά τον χωρικόν τρόπον (αλείφουμε ένα πιάτο με βούτυρο, το βάζουμε στη φωτιά, σκεπάζουμε μέσα τα αυγά, βάζουμε αλάτι, πιπέρι, σκεπάζουμε με κρέμα κα αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Αυγά τηγανιτά με σάλτσα ντομάτα (βούτυρο σε ένα τηγάνι, όταν ζεσταθεί σπάμε τα αυγά, αλατίζουμε διπλώνουμε το ασπράδι να σκεπάσει τον κρόκο, τα στραγγίζουμε και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας)
- Βάσις της σούπας (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, 2 κρόκους αυγών, γάλα, φρέσκο βούτυρο, ψωμί τηγανισμένο. Μπορεί να προστεθούν διάφορα είδη πουρέδων όπως πατάτας, από ξυνίθρα, από καρότα, από κρέμα ρυζιού, από ρίζες χόρτων, από κρεμμύδια, από μπιζέλια, από κάστανα, από σέλινο, από ρέβες, από κουνουπίδι, από φασόλια πράσινα, από φάρον)
- Σούπα αλά Ροιγιάλ (5 αυγά, γάλα, μοσχοκάρυδο, κονσομέ, βούτυρο)
- Σουφλέ με τυρί (τυρί, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, 4 αυγά, αλάτι, μοσχοκάρυδο, ψήνεται σε κατσαρόλα ατμού ή σε μπαιν μαρί)
- Σούπα πουρέ από φασόλια

- Φασόλια ξηρά (φασόλια, νερό, καρότα, ρέβες, σέλινο, κρεμμυδάκι, αλάτι, λάδι, λεμόνι)
- Σούπα πουρέ από φακαίς
- Σούπα πουρέ από ρεβίθια
- Φακαίς (τις ζεματίζουμε, τις στραγγίζουμε και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, και αφού τις γιαχνίσουμε τις σερβίρουμε με κρουτόν) –
- Φακαίς (τις ζεματίζουμε, τις στραγγίζουμε και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, και αφού τις γιαχνίσουμε τις σερβίρουμε με κρουτόν) 2 φορές η ίδια συνταγή
- Φακές κατά τον Γερμανικόν τρόπον (τις βράζουμε με σκόρδο, και 1-2 καρότα, και τις στραγγίζουμε, τις προσθέτουμε σε κατσαρόλα με φέτες ψωμί, τυρί παρμεζάνα, αλάτι, βούτυρο και αφήνουμε να πάρουν 2-3 βράσεις)
- Φασόλια άσπρα (αφού τα μισοβράσουμε χύνουμε το πρώτο νερό και βάζουμε άλλο, ρίχνουμε δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό και αλάτι. Αφού βράσουν τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει αρκετό κρεμμύδι ψιλοκομμένο με βούτυρο και αφήνουμε να πάρουν 1-2 βράσεις)
- Φασόλια άσπρα ξηρά κατ' άλλον τρόπον (αφήνουμε τα φασόλια να πάρουν 1 βράση, αλλάζουμε το νερό, ρίχνουμε μυρωδικά και 1 κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλο. Όταν βράσουν τα στραγγίζουμε και τα σοτάρουμε σε κατσαρόλα με άφθονο βούτυρο. Σερβίρουμε με άφθονο βούτυρο, μαϊντανό και χυμό λεμονιού)
- Κουκιά με σάλτσα άσπρη (κουκιά, στάχτη, αλάτι, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, σάλτσα άσπρη)
- Κουκιά φρέσκα (κουκιά βρασμένα, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, κρόκους αυγών, ζάχαρη)
- Πουρέ από κουκιά (βράζουμε τα κουκιά, τα περνάμε από σίτα, προσθέτουμε σάλτσα μπεσαμέλ και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουρές από φασόλια ξερά (γίνεται όπως ο πουρές πατάτας, βράζουμε τα φασόλια με διάφορα χόρτα και όταν βράσουν τα λιώνουμε και ρίχνουμε τα υπόλοιπα υλικά)
- Πάστα νούλι (αλεύρι, 3 αυγά, βούτυρο Μιλάνου, ανοίγουμε την πάστα με παστόξυλο, κόβουμε το νούλ όπως το χονδρό φιδέ, και το παρασκευάζουμε όπως τα μακαρόνια)
- Ραβιόλια (ετοιμάζουμε πάστα νούλ, έχουμε μια γέμιση με λίγα ψαχνά πουλιού, λίγα συκωτάκια ή μυαλό, τα κοπανίζουμε, προσθέτουμε παρμεζάνα, 2 κρόκους αυγών, μοσχοκάρυδο, γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα ραβιόλια και βράσουμε για 15 λεπτά)
- Πάστες αφλάν (150 δράμια αλεύρι, βούτυρο Μιλάνου, νερό, αλάτι, 4 κρόκους αυγών. Αν προορίζεται για γλυκό προσθέτουμε και ζάχαρη)
- Κοτόπητα (1 όρνιθα, φύλλα ζυμαρικά, βούτυρο για τα φύλλα, βούτυρο φρέσκο, 6 αυγά)
- Κρεατόπητα (εκτελείται όπως κοτόπητα, με τη διαφορά ότι αντί για κοτόπουλο βάζουμε κρέας)
- Τυρόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ και προσθέτουμε τυρί φέτα)
- Σπανακόπητα (κάνουμε μπεσαμέλ, πουρέ σπανάκι και τυρί φέτα)
- Πολέντα (νερό, 150 δράμια σιμιγδάλι, βούτυρο, παρμεζάνα, αφού βράσει γεμίζουμε μια φόρμα και την αφήνουμε για λίγο στο φούρνο. Σερβίρουμε μια γέμιση από λίγο πουλί με σάλτσα Ισπανική ή κρέας με σάλτσα ντομάτας)
- Σούπα από φάρον (φάρον, βάσι της σούπας)
- Σούπα από πάστα με ντομάτα (ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας πάστα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Σούπα από φιδέ με ντομάτα(ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας φιδέ, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Φιδές για γαρνιτούρα (φιδές, βούτυρο, παρμεζάνα ή κασκαβάλι)
- Μακαρόνια Ιταλικά (μακαρόνια, τυρί τριμμένο Ιρουγιέρ και παρμεζάνα, βούτυρο, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, 2 -3 κουταλιές κρέμα, τα σερβίρουμε με καμένο βούτυρο, τυρί τριμμένο, και σάλτσα ντομάτα ή άλλη σάλτσα που θέλουμε)
- Νιόκι Παρισινό (2 φλιτζάνια γάλα, βούτυρο φρέσκο, 3 φλιτζάνια αλεύρι, 8 αυγά, ½ φλιτζάνι παρμεζάνα, βούτυρο για το περιεχόμενο, τυρί επάνω, αλάτι. Βράζουμε το γάλα, ρίχνουμε το βούτυρο, το αλάτι και κατόπιν το αλεύρι και ανακατώνουμε να γίνει μια πάστα ελαστική, ρίχνουμε τη παρμεζάνα και κατόπιν τα αυγά, έπειτα βάζουμε την πάστα σε μια σακούλα με κορνέ. Την κόβουμε σε μακαρόνια, τα βράζουμε 10΄με αλάτι και σερβίρουμε όπως τα μακαρόνια)
- Τιμπάλ από μακαρόνια (αλείφουμε μια σαρλότ με βούτυρο, τη σκεπάζουμε με πάστα φυλλώδη, ετοιμάζουμε μακαρόνια, προσθέτουμε μπεσαμέλ, βούτυρο, παρμεζάνα, 3 κρόκους αυγών, λίγα άσπρα του πουλιού σε μικρά κομμάτια, γεμίζουμε το τιμπάλ, το σκεπάζουμε με πάστα και το βάζουμε στο φούρνο για 40΄. Αντί πουλί μπορούμε να προσθέσουμε κιμά καβουρντισμένο και μαγειρεμένο με λίγη ντομάτα)
- Τιμπάλ από μακαρόνια αλα μιλανέζα (μακαρόνια σπαγγέτο, βούτυρο φρέσκο, παρμεζάνα, γάλα, αλάτι, 4 αυγά, αλεύρι, βούτυρο για τη πάστα, 2 κρόκους αυγών για τη πάστα. Στρώνουμε στη φόρμα μια πάστα αυγού, τη γεμίζουμε με τα μακαρόνια που έχουμε βράσει στα οποία έχουμε προσθέσει βούτυρο και παρμεζάνα, χτυπάμε τα αυγά με το γάλα, τα προσθέτουμε στα μακαρόνια και σκεπάζουμε με τη πάστα. Ψήνουμε στο φούρνο για 1 ώρα)
- Μακαρόνια ώ-γκρατέν (βράζουμε τα μακαρόνια, τα στραγγίζουμε, βάζουμε βούτυρο Μιλάνου, ψωμί τριμμένο, τυρί τριμμένο και ψήνουμε στο φούρνογι40΄. Συνήθως προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας αντί για μπεσαμέλ)

- Μικρά δαριόλ από νούλι (αλείφουμε με βούτυρο 10 φόρμες δαριόλ, τις στρώνουμε με πάστα, τις γεμίζουμε με νούλι τελειωμένο με βούτυρο, παρμεζάνα και σάλτσα βελουτέ. Τα σκεπάζουμε με πάστα και ψήνουμε σε μέτριο φούρνο. Κατά αυτόν τον τρόπο γίνονται και στρείδια από νιόκ)
- Σούπα από ρύζι ντομάτα(ζωμό, 5 κουτάλια της σούπας ρύζι, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Σούπα από ρύζι αυγολέμονο (βάσι της σούπας, 5 κουταλάκια ρύζι, 4 αυγά, 2 λεμόνια)
- Πιλάφι με ντομάτες φρέσκιες (ντομάτες, ρύζι, βούτυρο, κρεμμύδι, αλάτι)
- Πιλάφι με σάλτσα άσπρη (αφού βράσουμε το ρύζι, το ζεματάμε με καμένο βούτυρο και το περιχύνουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με αλεύρι, βούτυρο και γάλα)
- Τιμπάλ από ρύζι(κάνουμε καλό ριζότο, προσθέτουμε φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα, αλείφουμε με βούτυρο μια φόρμα, βάζουμε το ριζότο ολόγυρα και στη μέση 1 πουλί ψητό ή άλλο κρέας, το οποίο το σκεπάζουμε με ρύζι. Το φυλάσσουμε στη ζέστη και το περιχύνουμε με σάλτσα Ολλανδική όταν σερβίρουμε)
- Μικρά κρουστάν από ρύζι (αφού βράσουμε το ρύζι με γάλα, προσθέτουμε λίγη παρμεζάνα, 2 κρόκους αυγών, αφού κρυώσουν τα κόβουμε σε μικρό σχήμα επιμήκες, τα πανάρουμε, τα τηγανίζουμε ή τα ψήνουμε στο φούρνο)
- Σούπα ω πιτέ πουά από μπιζέλι(κονσομέ, μπιζέλι βρασμένο το οποίο προσθέτεις στην σουπιέρα)
- Σούπα από μικρά καρότα νέα (κονσομέ, 4 μάτσα καρότα, βούτυρο, ζωμό, ψωμάκια)
- Σούπα από μαρούλια (κονσομέ, 1 μάτσο μαρούλια, βούτυρο, ζωμό)
- Σούπα από μικρά κρεμμυδάκια άσπρα (κρεμμυδάκια, κονσομέ, βούτυρο, κροτόνια)
- Σούπα από σπαράγγια (σπαράγγια, κονσομέ, κροτόνια)
- Σούπα από ξινήθρα (2 μάτσα ξινήθρα, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό 1 κρόκο αυγού, ψωμάκια τηγανισμένα, ½ φλιτζάνι γάλα). Έτσι εκτελούνται και η σούπα πουρέ από μπιζέλια, η σούπα πουρέ από κάστανα, η σούπα πουρέ από σέλινο, η σούπα πουρέ από κωνωπίδι, η σούπα πουρέ από ρέβες, η σούπα πουρέ από φακές, από ρεβίθια και από φασόλια)
- Σούπα από πουρέ καρότα (3 μάτσα καρότα, νερό, αλάτι, ζωμό)
- Σούπα της Βικτωρίας (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο ρέβα, ½ φλιτζάνι μπιζέλια, 4 κρόκους αυγών, 1 ρίζα σέλινο, 10 φασόλια πράσινα, ½ φλιτζάνι σπαράγγια, 3 κουταλιές πουρέ ντομάτας, βάσι της σούπας)
- Ζωμός από χόρτα (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα μαϊντανό, 5 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα ρέβες, λίγο στάρι, την ίδια ποσότητα κριθάρι, καλαμπόκι και μπιζέλια. Σοτάρουμε τα λαχανικά με βούτυρο ή λάδι, και προσθέτουμε νερό)
- Σούπες εκ χόρτων (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα μαϊντανό, 3 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, 2 κουταλιές λάδι ή βούτυρο, 2 φλιτζανάκια ρύζι, 2 κουταλιές αλεύρι)
- Αγγινάρες με Ολλανδική σάλτσα (10 αγκινάρες, λεμόνι, αλάτι, σερβίρουμε με σάλτσα Ολλανδική)
- Σαλάτα ρωσσική (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο σέλινο, 1 μάτσο ρέβες, ¼ οκάς φασόλια πράσινα, ¼ οκάς πατάτες, 4 παντζάρια, ¼ οκάς φασόλια ξηρά, 2 ρέγκες φιλέτα, 2 αγγουράκια, κάπαρη, 2 κρόκους αυγών, 2 κουταλιές λεμόνι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι. Αφού βράσουμε τα λαχανικά κομμένα σε κομμάτια, τα βάζουμε σε λαδόξιδο, προσθέτουμε και τις ρέγκες σε τετράγωνα κομμάτια, και ανακατεύουμε με μαγιονέζα)
- Μπιζέλια με λαρδί (ανακατώνουμε τα μπιζέλια με λίγο βούτυρο, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και ψιλοκομμένο λαρδί, τα μουσκεύουμε με ζωμό, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Μπιζέλια κατά τον Γαλλικόν τρόπον (βάζουμε τον αρακά να πάρει μερικές βράσεις, τον στραγγίζουμε και τον βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, 1 κρεμμύδι καρφωμένο με 2 γαρύφαλλα, αφού βράσει βγάζουμε το κρεμμύδι με τα γαρύφαλλα, και ρίχνουμε λίγη ζάχαρη και βούτυρο. Σερβίρουμε με κρουτόν και βούτυρο)
- Πιζέλια κατ' άλλον τρόπον (μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, μαρούλι, 2 κρεμμυδάκια, ζάχαρη, 1 κρόκο αυγού)
- Πιζέλια φυσικά (μπιζέλια, βούτυρο, μαϊντανό, 3-4 κρεμμύδια, αλάτι, ζάχαρη)
- Πιζέλια κατά τον Ελληνικόν τρόπον (μπιζέλια, κρεμμύδι, βούτυρο, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι
- Πιζέλια Αθηναϊκά (βράζουμε τα μπιζέλια και τα σοτάρουμε στη συνέχεια με βούτυρο)
- Πουρές μπιζέλια (όπως ο πουρές σπανάκι)
- Σπαράγγια με τρούφαις (νερό, σπαράγγια, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, ζάχαρη, τρούφες σοταρισμένες με βούτυρο, μαϊντανό. Αφού βράσουμε τα σπαράγγια, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο και τα αφήνουμε να πάρουν μερικές βράσεις σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί)
- Σπαράγγια αυτοκρατορικά (ίδια συνταγή με σπαράγγια με τρούφαις)
- Κορυφές σπαραγγίων (αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με βούτυρο και τα αφήνουμε να πάρουν μερικές βράσεις σκεπασμένα με βουτυρωμένο χαρτί, τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα)
- Ρέβαις γλασέ (ρέβες, αλάτι, γλάσο, βούτυρο, ζάχαρη)
- Ρέβαις με ζωμόν (τις τσιγαρίζουμε με βούτυρο, τις βρέχουμε με ζωμό, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε)
- Πουρέ από ρέβες (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Σπανάκι με κρέμα (σπανάκι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)-
- Σπανάκι με κρέμα (σπανάκι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)-2 φορές υπάρχει η συνταγή
- Σπανάκι με ψωμάκια (αφού το βράσουμε για 10 λεπτά, το βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, σάλτσα Ισπανική, γλάσο, αλάτι, πιπέρι και σερβίρουμε με κρουτόν και βούτυρο)

- Σπανάκι με Γερμανική σάλτσα (αφού το βράσουμε, το γιαχνίζουμε με βούτυρο και προσθέτουμε σάλτσα Ισπανική)
- Πουρέ με σπανάκι (σπανάκι, 1 κουταλιά βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, 1 κουταλιά μπεσαμέλ, 1 κουταλιά γλάσο, μοσχοκάρυδο, σόδα, εκτελούμε όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Πουρέ από ξυνίθρα (γίνεται όπως πουρές από μανιτάρια, προσθέτουμε 2 κρόκους αυγών και κρέμα γάλακτος)
- Πουρές από αντίδια
- Αγγινάρες με φασούλια (12 αγκινάρες, λεμόνι, σιγοβράζουνε σκεπασμένες με χαρτί βουτυρωμένο, σερβίρεις με φασόλια πράσινα σοταρισμένα με βούτυρο και ανακατωμένα με μπεσαμέλ)
- Αγγινάρες παραγεμιστές (αγκινάρες, λάδι, κρεμμύδι, μανιτάρια, ψωμί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, 1 κουταλιά σάλτσα Ισπανική)
- Αγγινάρες κατά τον Ιταλικόν τρόπον(10 αγγινάρες, λεμόνι, ζουμί με πάχος, βουτυρωμένο χαρτί)
- Πουρέ από αγκινάρες με κοκκινισμένα ψωμάκια (20 αγκινάρες, λεμόνι, κοπανίζουμε σε γουδί αφού βράσουν, ανακατεύουμε τον πουρέ με αλάτι, πιπέρι, σάλτσα άσπρη και γλάσο, ζεσταίνουμε στη κατσαρόλα και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουρές από αγγινάρες με κροτόνια (αφού βράσουμε 20 αγκινάρες, τις κοπανάμε σε γουδί και τον πουρέ τον ανακατεύουμε με 4 κουταλιές σάλτσα βελουτέ, γλάσο, και σερβίρουμε με κρουτόν)
- Πουρές από αγκινάρες (εκτελείται όπως ο πουρές από κρεμμύδια, κατά τη βράση προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Πρόκολα (αφού τα βράσουμε πρώτα, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με άσπρη σάλτσας, βούτυρο, λίγη ζάχαρη, γλάσο, μοσχοκάρυδο και τα βράζουμε για 5 λεπτά)
- Μανιτάρια φρικασέ (βάζουμε τα μανιτάρια στη κατσαρόλα με βούτυρο, προσθέτουμε 1 κουταλιά αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, βρέχουμε με ζωμό και ενώνουμε κρόκους αυγών με ½ κουταλιά ξύδι της ώρα του σερβιρίσματος)
- Πουρέ από τρούφες (1 κουτί τρούφες, 1 φλιτζάνι ψωμί ψίχα, μοσχοκάρυδο, πιπέρι, 1 κουταλιά σάλτσα εσπανιόλ, 2 κουταλιές γλάσο των πουλιών, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 κουταλιά ζωμό των πουλιών, σιγοβράζουμε για 20΄, περνούμε τον πουρέ από μια πρέσσα και τον δένουμε με φεκιούλ)
- Πουρές από μανιτάρια (γίνεται όπως ο πουρές με τρούφες με τη διαφορά ότι πρέπει να βράσουν ¾ της ώρας)
- Μαρούλια ψιλοκομμένα (τα ζεματίζουμε, τα δροσίζουμε, τα στραγγίζουμε, τα κόβουμε ψιλά και τα τελειώνουμε παρόμοια με την ξυνίθρα)
- Μαρούλια με σάλτσα Ισπανική (αφού τα ζεματίσουμε, τα δένουμε με κλωστή και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, διάφορα χόρτα και ζωμό. Τα σερβίρουμε με σάλτσα Ισπανική και γλάσο)
- Σέλινα κατά τον Ισπανικόν τρόπον (βούτυρο, σελινόριζες βρασμένες πρώτα, ζουμί με πάχος, σάλτσα Ισπανική, χαρτί βουτυρωμένο)
- Πουρέ από σέλινα (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Σέλινα ψιλοκομμένα (τα βράζουμε και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με ζωμό και βούτυρο, σερβίρουμε με κρουτόν ή με κρέας)
- Πατάτες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (αφού τις βράσουμε, τις κόβουμε σε φέτες στρογγυλές και τις βάζουμε μέσα σε κατσαρόλα με βούτυρο λιωμένο, βάζουμε αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και σοτάρουμε)
- Πατάτες κατ' άλλον τρόπον (αφού τις βράσουμε τις κόβουμε σε κομμάτια και τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, μαϊντανό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, βρέχουμε με ζωμό και κρασί αφήνουμε να βράσουν)
- Πατάτες με μανιτάρια (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις ξεφλουδίζουμε, τις κόβουμε και τις βάζουμε σε μια κατσαρόλα με κρεμμυδάκια, μαϊντανό, μανιτάρια και λίγο βούτυρο και τα αφήνουμε να γιαχνιστούν. Κατόπιν προσθέτουμε λίγο αλεύρι, ζωμό, αλάτι, πιπέρι και όταν η σάλτσα αρχίσει να δένει την ενώνουμε με 2 κρόκους αυγών και όταν σερβίρουμε προσθέτουμε χυμό λεμονιού)
- Πατάτες με λαρδί (κάνουμε ένα ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, βάζουμε λαρδί κομμένο σε τεμάχια, ρίχνουμε τις πατάτες ξεφλουδισμένες, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό και κρεμμύδι και βρέχουμε με ζωμό)
- Πατάτες στην κατσαρόλα (βάζουμε στη κατσαρόλα βούτυρο, το λιώνουμε με λίγο λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, κρεμμύδι κομμένο, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι, βάζουμε πατάτες σε κομμάτια και αφήνουμε να ψηθούν σιγά, σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Πουρέ από πατάτες (βράζουμε πατάτες, τις λιώνουμε, προσθέτουμε βούτυρο, γάλα και ανακατώνουμε)
- Πουρές από πατάτες κατ' άλλον τρόπον (6 μεγάλες πατάτες, 1 κουταλιά φρέσκο βούτυρο, ½ φλιτζάνι γάλα, αλάτι, κρέμα γάλακτος, μοσχοκάρυδο, γλάσο των πουλιών, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Φασόλια πράσινα φρέσκα (ζεματίζουμε τα φασόλια σε βρασμένο αλατισμένο νερό και κατόπιν τα προσθέτουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και κρεμμυδάκι και γιαχνιστούν, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Φασόλια πράσινα κατά τον Αγγλικόν τρόπον (Βράζουμε τα φασόλια σε αλατισμένο νερό, κατόπιν τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε κατσαρόλα με βούτυρο για να σοταριστούν και σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Φασόλια πράσινα τηγανισμένα (βράζουμε τα φασόλια, τα στραγγίζουμε και τα ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα όπου έχουμε τσιγαρίσει κρεμμύδι ψιλό με βούτυρο, σάλτσα Ισπανική, λίγο λεμόνι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)

- Φασόλια με βούτυρο (αφού τα βράσουμε, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο και αφήνουμε να κάψε λίγο)
- Πουρέ με κρομμύδια (10 κρεμμύδια, 1 κουταλιά βούτυρο, 2 κουταλιές μπεσαμέλ, 1 κουταλιά φεκιούλ, 1 κουταλιά γλάσο πουλιών, μοσχοκάρυδο, 1 κουταλιά ζάχαρη, αλάτι)
- Πουρέ από καρότα (όπως πουρέ από κρεμμύδια)
- Πουρέ από ρίζες (4 καρότα, 2 ρέβες, 2 κρεμμύδια, 2 ρίζες σέλινο, τα κόβουμε ψιλά και εκτελούμε όπως πουρέ με κρεμμύδια)
- Πατάτες με σάλτσα (ψήνουμε τις πατάτες στο φούρνο ή στη χόβολη και σε μια κατσαρόλα φτιάχνουμε τη σάλτσα με βούτυρο, ζουμί, αλάτι, πιπέρι, αγγουράκια τουρσί, και κάπαρη)
- Πατάτες γεμιστές (ξεφλουδίζουμε τις πατάτες, τις μισοψήνουμε σε νερό με αλάτι, κάνουμε μια τρύπα σε κάθε πατάτα, γεμίζουμε την τρύπα αυτή με γέμιση από λουκάνικο, ψίχουλα ψωμιού μουσκεμένα σε γάλα, βούτυρο, κρόκους αυγού, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Αν έχουμε ζωμό ποτίζουμε με αυτόν τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε σε σιγανή φωτιά)
- Μαρούλια γεμιστά (αφού τα ζεματίσουμε και τα στραγγίσουμε, τα ανοίγουμε έως την καρδία, βάζουμε μια γέμιση ωμή, τα βρέχουμε με ζουμί, τα σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και τα ψήνουμε για 20 λεπτά)
- Κολοκυθάκια αλά γρέκα (κολοκυθάκια τηγανίζονται στο βούτυρο, έπειτα τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα με κρεμμύδι καβουρδισμένο, ντομάτα και ζουμί)
- Κουνουπίδι τηγανιτό (κουνουπίδι σε μικρά μπουκετάκια βρασμένο, πάτ α φρίρ, τηγανίζουμε σε φριτούρα και σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας προαιρετικά)
- Αγκινάρες κροκέταις τηγανιτές (κόβουμε σε τετράγωνα κομμάτια τις αγκινάρες, τις προσθέτουμε σε μια μπεσαμέλ καθώς επίσης και κρόκους αυγών, αφήνουμε να βράσουν, αφού κρυώσει το μείγμα, πλάθουμε μικρά κομμάτια, τα βουτάμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τα τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Κολοκυθοκεφτέδες (κολοκύθια, γαλέτα τριμμένη, 2 αυγά, 2 κρεμμύδια κομμένα, 2-4 κουταλιές τυρί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι. Αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια, τα στραγγίζουμε, τα ζυμώνουμε ώστε να γίνουν πουρές, προσθέτουμε τα αυγά, την γαλέτα, το τυρί, το κρεμμύδι- το οποίο έχουμε ξανθύνει με βούτυρο- το αλάτι και το πιπέρι, αφού τα αναμείξουμε καλά, πλάθουμε τους κεφτέδες και τους τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Πατάτες κατά τον Ολλανδικό τρόπο (αφού βράσουμε τις πατάτες, τις ζυμώνουμε κάνοντας μια πάστα, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, 2 αυγά, κάνουμε σφαιρίδια, τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Τα γαρνίρουμε με μαϊντανό)
- Πατάτες κατά τον τρόπο των Παρισίων (σχηματίζουμε μια πάστα από πατάτες, τη βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, και πορτοκαλόνερο, αφήνουμε να βράσει, την μεταφέρουμε σε άλλη κατσαρόλα και προσθέτουμε αυγά ανακατώνοντας, κατόπιν σχηματίζουμε σφαιρίδια τα οποία αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε φριτούρα όχι πολύ ζεστή)
- Πατάτες τηγανιτές (τις τηγανίζουμε με βούτυρο μια-μια αφού τις κόψουμε σε φέτες στρογγυλές)
- Πατάτες τηγανιτές κατ' άλλον τρόπον (αφού τις κόψουμε σε φέτες, τις ρίχνουμε σε φριτούρα σε όχι πολύ δυνατή φωτιά. Όταν μαλακώσουν προτού να πάρουν χρώμα στις στραγγίζουμε και τις αφήνουμε να σταθούν για 5΄. Κατόπιν τις ξαναβάζουμε στη φριτούρα αφού κάψει και όταν χρωματιστούν τις στραγγίζουμε)
- Πατάτες για γαρνιτούρα (αφού πάρουν μια πρώτη βράσει οι πατάτες τις σκουπίζουμε και τις τηγανίζουμε στο τηγάνι με βούτυρο)
- Κροκέτες τηγανιτές από πατάτες για γαρνιτούρα (κοπανίζουμε στο γουδί βρασμένες πατάτες, ρίχνουμε μέσα βούτυρο, μοσχοκάρυδο, τυρί παρμεζάνα και 5 κρόκους αυγών. Πλάθουμε τον πουρέ αυτό σε κροκέτες με μακρύ σχήμα, τις βουτάμε σε αυγό χτυπημένο και ψωμί τριμμένο και τηγανίζουμε σε φριτούρα με βούτυρο)
- Κροκέτα από αγκινάρες (αγκινάρες, σάλτσα άσπρη, 3 κρόκους αυγών, πλάθουμε το μείγμα σε σχήμα φελλού, το βουτάμε σε χτυπημένο αυγό και τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σέλινα (10 σελινόριζες, ζουμί με πάχος, σάλτσα της αρεσκείας μας, βουτάμε κάθε σελινόριζα αφού κρυώσει σε τριμμένο ψωμί και κατόπιν σε χτυπημένο αυγό και πάλι σε τριμμένο ψωμί και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Τρόπος δια να τηγανίσετε μαΐδανόν (πλένουμε τις φούντες του μαϊντανού, τις στραγγίζουμε, έχουμε φριτούρα να βράζει, τραβάμε το τηγάνι από τη φωτιά και ρίχνουμε τον μαϊντανό, ξαναβάζουμε τον τηγάνι στη φωτιά τον ανακατεύουμε με πιρούνι, στον στραγγίζουμε σε τρυπητό, τον αλατίζουμε και τον σερβίρουμε)
- Φριτούρα δια τας ρίζας των ριζών (για να κάνουμε φριτούρα από σέλινο, αγκινάρες, κουνουπίδι, κολοκύθια, μελιτζάνες, τα βράζουμε με ζουμί και πάχος του μαρμιτιού, και βουτάμε σε πατ-αφιρ, τελειώνουμε όπως για τα μυαλά)
- Μανιτάρια εις κασσάκια (αφού τα ξεφλουδίσουμε, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα βάζουμε σε μια κάσσα χάρτινη, βουτυρωμένη με μαϊντανό, κρεμμύδι κομμένο, αλάτι, πιπέρι, και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπιζέλια του κουτιού σοταρισμένα (2 κουτιά μπιζέλια, βούτυρο, κρουτόν)

Λάδι

- Σάλτσα μαγιονέζα (1 κρόκο, ξίδι, μουστάρδα, λάδι, λεμόνι)
- Σάλτσα προβενσάλ (χόρτα ψιλά, σκόρδο, λάδι, αλεύρι, ζωμό ψαριού, λεμόνι)
- Σάλτσα ρεμουλάντ (κρεμμύδι, μαϊντανό, σκόρδο, κρόκοι αυγών βρασμένοι, πιπέρι, μουστάρδα, λάδι, ξύδι)
- Σάλτσα μαγιονέζα με ζιλέ (μαγιονέζα, ενώνουμε με ζελατίνα)

- Γουρουνόπουλο σούβλας γεμιστό (γεμίζουμε το γουρουνάκι με γέμιση από κρεμμυδάκια τσιγαρισμένα σε βούτυρο, συκώτι του γουρουνιού, μαύρη σταφίδα, κουκουνάρια, κρασί, κάστανα, ψίχα ψωμιού, αλάτι, πιπέρι, γαρύφαλλα, μοσχοκάρυδο, πράσινες ελιές, δεντρολίβανο, το ράβουμε και το σουβλίζουμε, αλείφουμε με λαδωμένο πτερό)
- Φιλέτο χοιρινό στη σούβλα (περνάμε το φιλέτο στη σούβλα, το αλατίζουμε, το σκεπάζουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και το ψήνουμε. Το σερβίρουμε με μια σάλτσα από βούτυρο, 8-10 κρεμμύδια, ζωμό, αλεύρι και 1 κουταλιά μουστάρδα)
- Σουβλάκια από εντόσθια (εντόσθια, συκωτάκια, γλυκάδια, νεφρά, σπλήνα, πιπέρι, αλάτι, μαϊντανό, ρίγανη, κρεμμύδι, λάδι, λεμόνι)
- Σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού (περνάμε στα ξυλάκια, ένα γλυκάδι και ένα κομμάτι λαρδί εναλλάξ, ραντίζουμε με λάδι και ψήνουμε στη σχάρα)
- Μεσόπλευρον μπριζόλας αρνιού σχάρας (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα
- Κοτολέτες χοιρινού στη σχάρα (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα)
- Κοτολέτες βιδέλου στη σχάρα (βάζουμε το κρέας σε λάδι, και στη συνέχεια το ψήνουμε στη σχάρα)
- Κοτόπουλα σοταρισμένα κατά τον τρόπον του Μονάχου (κόβετε 2 κοτόπουλα σε 5 κομμάτια, τα βάζετε με βούτυρο και λάδι στη κατσαρόλα, βρέχετε με κρασί, προσθέτετε 2 κρεμμύδια, σκόρδο, 3-4 ντομάτες, 2 κουταλιές σάλτσα ισπανική και αφήνετε να σιγοβράσουν)
- Περιστεράκια στο χαρτί (μαρινάρουμε 3 περιστέρια σε λάδι και λεμόνι. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε τα κόκαλα και τα κεφάλια με ψιλοκομμένο κρεμμύδι, γαρύφαλλα, δάφνη, και μετά τα κοπανίζουμε στο γουδί και τα περνάμε από κόσκινο. Την ύλη αυτή την βάζουμε σε κάθε περιστέρι, τα τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι και τα ψήνουμε στη σχάρα σε σιγανή φωτιά για 12 ώρες)
- Κουνελάκια στη σχάρα (2 κουνελάκια, μαρινάρονται σε λάδι, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, αλάτι και πιπέρι. Τυλίγουμε το κουνέλι σε λαρδί, έπειτα σε χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το ψήνουμε στη σχάρα)
- Ψάρι βραστόν (λίγο λάδι, λίγο αλεύρι, κρύο νερό, χυμό λεμονιού, λίγα χόρτα, ψάρι, σερβίρουμε με μια γαρνιτούρα από πατάτες και από το ζωμό κάνουμε σάλτσα μαγιονέζα ή νορμανδικήν ή πράσινη. Αφού κρυώσει το ψάρι το σκεπάζουμε με σάλτσα μαγιονέζα και στολίζουμε με αγγουράκι, κάπαρη, παντζάρια κτλ.)
- Ψάρι μπουγιαμπές (κρεμμύδι, διάφορα χόρτα, σκόρδο, μαϊντανό, λάδι, ντομάτες, κρασί, ζαφορά, ψάρια από όσα περισσότερα είδη διαθέτουμε, βράζουμε, προσθέτουμε χυμό λεμονιού και φέτες ψωμιού)
- Σμαρίδες κατά τον Αγγλικόν τρόπον (βάζουμε στη κατσαρόλα 2 ποτήρια νερό, και 2 ποτήρια κρασί άσπρο, φέτες λεμόνι χωρίς τη φλούδα, λάδι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο και τις σμαρίδες. Όταν ψηθούν τις βάζουμε σε σάλτσα)
- Ρέγκες καπνιστές (βγάζουμε το δέρμα, τη κεφαλή και τα κόκαλα των ρεγκών, βάζουμε σε βραστό νερό, και όταν κρυώσουν τα φιλέτα, τα μαρινάρουμε σε λάδι και τα σερβίρουμε στο λάδι με τα αυγά τους)
- Μπακαλιάρος με γαρνιτούρα (αφού τον ψήσουμε και τον στραγγίσουμε, τον θέτουμε σε πιάτο με κρεμμύδια, σκόρδο, μαϊντανό, πιπέρι, φέτες λεμονιού, 2 κουταλιές λάδι, τυλίγουμε με τριμμένο ψωμί και βάζουμε το πιάτο σε σιγανή φωτιά και αφήνουμε να σιγοβράσει)
- Φιλέτα από γλώσσες (10 γλώσσες, τα βάζουμε σε λάδι και λεμόνι για 30΄. Τα ψήνομε σε βουτυρωμένη κατσαρόλα με κρασί άσπρο. Σερβίρουμε με τρούφες, μανιτάρια, σφαιρίδια τηγανισμένα από ψαχνά ψαριών, ουρές από γαρίδες και σάλτσα άσπρη)
- Ψάρι αλά Βενετσιάνα (συναγρίδα, κρεμμυδάκια, σελινόριζα, 2 καρότα, μαϊντανό, αλάτι, βούτυρο τηγανίσματος, κρασί άσπρο, 4 σαρδέλες, βούτυρο, πιπέρι. Βράζουμε το ψάρι με 3 κουταλιές λάδι, αλεύρι, νερό, χυμό λεμονιού και τα χόρτα)
- Ψάρι αλά Ινδιάνα (όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι κάνουμε επίσης κινέλια από ψάρι και σάλτσα μπεσαμέλ)
- Ψάρι αλά Ισπανιόλα (γίνεται όπως ψάρι αλά Βενετσιάνα, με λάδι, με τη διαφορά ότι προσθέτουμε σάλτσα αλά Ισπανιόλα)
- Μπακαλιάρος πλακί Ελληνικός (ξαλμυρίζουμε τον μπακαλιάρο, κόβουμε 1 κρεμμύδι, το τσιγαρίζουμε σε λάδι, ρίχνουμε ντομάτα, σκόρδα, ½ ποτήρι νερό και τον μπακαλιάρο, αρκετές σταφίδες, λίγο μαϊντανό, πιπέρι κόκκινο, αφήνουμε να βράσει 20 λεπτά και σερβίρουμε)
- Μπακαλιάρος φέτες (κόβουμε τον μπακαλιάρο σε φέτες, τον βάζουμε με αλάτι μέσα σε λεκάνη, στύβουμε λεμόνι, κόβουμε κρεμμύδι και πράσο, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι και σκόρδο, ανακατώνουμε να μην μαυρίσουν, και προσθέτουμε το ψάρι με δάφνη, 1 ντομάτα ψιλοκομμένη, πατάτες ψιλοκομμένες, και άνηθο. Σκεπάζουμε το ψάρι με άσπρο κρασί και ζεστό νερό και ψήνουμε. Ρίχνουμε ζαφορά, μαϊντανό, και σερβίρουμε το ψάρι πάνω σε ψωμί)
- Χέλι με σάλτσα (1-2 χέλια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρεμμύδια, κρασί άσπρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, αλάτι, δάφνη, ζάχαρη)
- Ψάρι πλακί στο φούρνο (3 κρεμμύδια, ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σέλινο, σκόρδο, λάδι, ψάρι που το καθαρίζουμε, το αλατίζουμε και του ρίχνουμε λεμόνι, σταφίδες, ντομάτα πελτέ, γαλέτα τριμμένη)
- Κέφαλος πλακί με σκόρδο (κόβουμε τον κέφαλο σε τεμάχια, τον βάζουμε σε καραβάνα με 2 σκόρδα, λάδι, λίγη ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, γαλέτα τριμμένη και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κέφαλος πλακί με σταφίδες (αλατίζουμε τον κέφαλο, κόβουμε 2 κρεμμύδια, τα γιαχνίζουμε με λάδι στο τηγάνι μαζί με μαϊντανό, προσθέτουμε την ντομάτα και μια χούφτα σταφίδες Κορινθιακές και τα αφήνουμε

να βράσουν για 3 λεπτά. Βάζουμε τον κέφαλο στη καραβάνα με λίγο νερό και τη παραπάνω σάλτσα και ψήνουμε)

- Ψάρι πλακί στο φούρνο Ελληνικό (αλατίζουμε και στύβουμε 1 λεμόνι στο ψάρια, το βάζουμε στην καραβάνα, με ξινήθρα, σέσκουλα, μαϊντανό, σκόρδα, αρκετό λάδι, λίγες ντομάτες, και ψήνουμε 45΄)
- Μπαρμπούνια στο χαρτί αλά μέτρ ντοτέλ (12 μπαρμπούνια, ½ ποτήρι λάδι, ½ μάτσο μαϊντανό, 6 φύλλα χαρτί λευκό, βούτυρο, χυμός 1 λεμονιού, αλάτι, πιπέρι)
- Μπαρμπούνια ω-σουπρέμ (όπως μπαρμπούνια στο χαρτί αλά μέτρ ντοτέλ, λάδι, και προσθέτουμε σάλτσα σουπρέμ με μερικά κινέλια από φάρσα του ψαριού και βούτυρο γαρίδας)
- Λαβράκι της σχάρας (αφού ψήσουμε το ψάρι στη σχάρα το περιχύνουμε με σάλτσα από λάδι, λεμόνι, αλάτι και μαϊντανό)
- Ψάρι με σάλτσα αυγών (μαρινάρουμε 1 συναγρίδα σε λεμόνι, λάδι και αλάτι και ψήνουμε στη σχάρα, σερβίρουμε με σάλτσα αυγών και βρασμένες πατάτες)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (αφού ξαλμυρίσουμε τον μπακαλιάρο, κάνουμε χυλό από αλεύρι και νερό, βουτάμε μέσα τα τεμάχια του μπακαλιάρου και τα τηγανίζουμε σε λάδι. Σερβίρουμε με σκορδαλιά αν θέλουμε)
- Τσίροι τηγανιτοί (χτυπάμε τους τσίρους στη ράχη, τους μουσκεύουμε σε νερό τους, τους σχίζουμε, τους βουτούμε σε ένα χυλό από αλεύρι και νερό και τους τηγανίζουμε στο λάδι)
- Σαλάτα ρωσσική (1 μάτσο καρότα, 1 μάτσο σέλινο, 1 μάτσο ρέβες, ¼ οκάς φασόλια πράσινα, ¼ οκάς πατάτες, 4 παντζάρια, ¼ οκάς φασόλια ξηρά, 2 ρέγκες φιλέτα, 2 αγγουράκια, κάπαρη, 2 κρόκους αυγών, 2 κουταλιές λεμόνι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι. Αφού βράσουμε τα λαχανικά κομμένα σε κομμάτια, τα βάζουμε σε λαδόξιδο, προσθέτουμε και τις ρέγκες σε τετράγωνα κομμάτια, και ανακατεύουμε με μαγιονέζα)
- Σάλτσα από αστακούς (2 αστακούς βρασμένους, λάδι, ξύδι, πηχτή, αυγά σκληρά, αφήνουμε τη φόρμα να παγώσει, σάλτσα με διάφορα χόρτα βρασμένα και ανακατωμένα με μαγιονέζα με πηχτή)
- Σουπιές πιλάφι (σουπιές, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Αφού κόψουμε τις σουπιές σε κομμάτια, κοκκινίζουμε το κρεμμύδι, προσθέτουμε και τις σουπιές με το λάδι, την ντομάτα και τον ζωμό. Αφήνουμε να βράσουν 20΄. Βράζουμε χωριστά το ρύζι με ζωμό από τις σουπιές. Το αναμειγνύουμε κατόπιν με τις σουπιές και σερβίρουμε)
- Μύδια πιλάφι (μύδια, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Μύδια πιλάφι (2 κρεμμύδια, λάδι, μύδια με όστρακα, ντομάτα, νερό, ρύζι)
- Χταπόδι με πιλάφι (χταπόδι, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Καλαμαράκια πιλάφι(καλαμαράκια, 1 κρεμμύδι, λάδι, αλάτι, 1 κουταλιά ντομάτα πελτέ, 3 κουταλιές ρύζι, 6 κουταλιές ζωμό χόρτων και πιπέρι. Γίνεται όπως σουπιές πιλάφι)
- Φρέσκο χταπόδι με ντομάτα σάλτσα (φρέσκο χταπόδι, 2 κρεμμύδια, λάδι, αλάτι, ½ φλιτζάνι κρασί άσπρο, ντομάτες, 1 κουταλιά αλεύρι. Αφού αφαιρέσουμε το μελάνι και την άμμο που βρίσκονται στο σακουλάκι, το κοπανάμε και το τρίβουμε. Το βάζουμε στη κατσαρόλα να χύσει το πρώτο νερό, και να πάρει χρώμα. Κατόπιν κοκκινίζουμε τα κρεμμύδι, προσθέτουμε το χταπόδι κομμένο σε κομμάτια, την ντομάτα, και σβήνουμε με το κρασί. Στο τελείωμα ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι με λίγο λάδι και προσθέτουμε το φαγητό να βράσει μια ώρα)
- Σαλιάγκοι γιαχνί (σαλιγκάρια, λάδι, 4 κρεμμύδια, ντομάτες, πιπέρι, αλάτι. Ξεπλένουμε τους σαλιάγκους, τους σκεπάζουμε με νερό στην κατσαρόλα και αφήνουμε να βράσουν στον ήλιο έως ότου βγουν από το καυκί τους. τους βγάζουμε με το πιρούνι, τους ξεπλένουμε με κρύο νερό και τους γιαχνίζουμε με κρεμμυδάκια, ντομάτα, λάδι και αφήνουμε να βράσουν για μισή ώρα)
- Καλαμαράκια πλακί (τα κόβουμε σε κομμάτια όπως και αρκετό κρεμμύδι, τα κοκκινίζουμε με λάδι, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα πελτέ, σέσκουλα, ξυνίθρα, μαϊντανό, κρεμμυδάκια φρέσκα, σταφίδες, και αφήνουμε να βράσουν)
- Σουπιές πλακί (όπως καλαμαράκια πλακί)
- Αστακός κατ' άλλον τρόπον (κόβουμε 1 κρεμμύδι, το καβουρδίζουμε με λάδι, κόβουμε τον αστακό σε τεμάχια με τα κόκαλά του και τον τηγανίζουμε σε δυνατή φωτιά. Ρίχνουμε λίγο κρασί άσπρο, λίγη ντομάτα, λίγη σάλτσα εσπανιόλ, λίγο ζωμό, κρέατος και πιπέρι κόκκινο και αφήνουμε να βράσει 20΄)
- Γαρίδες κατ' άλλον τρόπον (γίνονται όπως αστακός κατ' άλλον τρόπον)
- Σουπιές γιαχνί (αφαιρούμε το κόκαλο και τα εντόσθια από τις σουπιές, τις κόβουμε σε μικρά κομμάτια. Κοκκινίζουμε αρκετό κρεμμύδι ψιλοκομμένο στο λάδι, προσθέτουμε τις σουπιές, έπειτα ντομάτα λιωμένη, λίγο κρασί, μαϊντανό, και χυμό ενός λεμονιού, πιπέρι, αλάτι και σερβίρουμε)
- Σουπιές πλακί (όπως σουπιές γιαχνί με τη διαφορά ότι προσθέτουμε σέσκουλα, ξινήθρα, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, και κρεμμυδάκια φρέσκα)
- Πιλάφι με μύδια σαρακοστιανά (Βάζουμε μύδια Σαλαμίνος στη κατσαρόλα αφού τα καθαρίσουμε για να ανοίξουν, φυλάσσουμε τον ζωμό και αφαιρούμε τα όστρακα. Μαραίνουμε 2 κρεμμύδια σε μια κατσαρόλα με λάδι, σβήνουμε με το ζωμό των μυδιών και με ντομάτα, αφήνουμε να βράσουν, ρίχνουμε το ανάλογο νερό και τα μύδια, ρίχνουμε το ρύζι και αφήνουμε μέχρι να βράσει το ρύζι)
- Μύδια πλακί (φρέσκα κρεμμύδια τα κοκκινίζουμε σε λάδι, προσθέτουμε άνηθο και τα μύδια, βάζουμε χυμό λεμονιού ή ντομάτα, νερό, λίγη τριμμένη ψίχα ψωμιού και πιπέρι και σερβίρουμε)
- Στρείδια στη σχάρα (20 στρείδια, μαϊντανό, αλάτι, 5 κουταλιές λάδι, ½ φλιτζάνι ψωμί τριμμένο, πιπέρι, ρίγανη, χυμό 1 λεμονιού. Πλένουμε τα στρείδια, τα ανοίγουμε και τα ξεκολλάμε από το κόκαλό τους.

ενώνουμε το ζουμί των στρειδιών με τα υλικά και προσθέτουμε σε κάθε στρείδι 1 κουταλιά από τη σάλτσα αυτή. Ψήνουμε στη σχάρα 10΄)

- Πίνες με λεμόνι (Ανοίγουμε τις πίνες, στραγγίζουμε τη θάλασσα, τις καθαρίζουμε αφαιρώντας το μαύρο μέρος που λέγεται κάρβουνο, αφαιρούμε το σακούλι με την άμμο, την βάζουμε με λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ψωμί τριμμένο και τη θάλασσα να ψηθεί στο φούρνο για 20΄)
- Καλαμαράκια γεμιστά (κόβουμε 1 κρεμμύδι, τα πόδια των καλαμαριών, τα καβουρδίζουμε με λίγο λάδι, προσθέτουμε ντομάτα, κουκουνάρια, ρύζι και μαϊντανό. Με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε τα καλαμαράκια, τα τοποθετούμε σε ένα ταψί, ρίχνουμε λίγο λάδι, λεμόνι, και ψήνουμε στο φούρνο ¾ ώρας.
- Πίνες τηγανιτές (καθαρίζουμε τις πίνες αφαιρώντας το μαύρο μέρος που λέγεται κάρβουνο, αφαιρούμε το σακούλι με την άμμο, την αλευρώνουμε και την τηγανίζουμε σε αρκετό λάδι, ρίχνουμε κατόπιν κρασί μαύρο και αφήνουμε να το πιει και σερβιρίσουμε με τη σάλτσα)
- Καλαμαράκια τηγανιτά (βγάζουμε το κόκαλο και την άμμο από τα καλαμαράκια, τα αλευρώνουμε και τα τηγανίζουμε σε αρκετό λάδι. Ρίχνουμε λίγο μαύρο κρασί και αφήνουμε να το πιουν, σερβίρουμε με τη σάλτσα.
- Μύδια τηγανιτά (Βάζουμε στη φωτιά χωρίς νερό τα μύδια αφού τα έχουμε καθαρίσει σε ζεστό νερό, και όταν ανοίξουν παίρνουμε το κρέας τους, το βουτάμε σε χυλό από αλεύρι με νερό και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Σάλτσα από αστακούς (2 αστακούς βρασμένους, λάδι, ξύδι, πηχτή, αυγά σκληρά, αφήνουμε τη φόρμα να παγώσει, σάλτσα με διάφορα χόρτα βρασμένα και ανακατωμένα με μαγιονέζα με πηχτή)
- Ξερά κουκιά φάβα (αφού τα μαλακώσουμε στο νερό, τα βράζουμε. Προσθέτουμε 4-5 κρεμμυδάκια και λάδι. Σερβίρουμε αφού τα στραγγίξουμε με ρίγανη και λάδι)
- Φασόλια ξηρά (φασόλια, νερό, καρότα, ρέβες, σέλινο, κρεμμυδάκι, αλάτι, λάδι, λεμόνι)
- Φακαίς σούπα (τις βράζουμε με διάφορα χόρτα ψιλοκομμένα και σκελίδες σκόρδο, τις σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)-
- Φακαίς σούπα (τις βράζουμε με διάφορα χόρτα ψιλοκομμένα και σκελίδες σκόρδο, τις σερβίρουμε με λάδι και ξύδι)-
- Ρεβίθια (νερό, 4 κουταλιές στάχτη, ρεβίθια, χύνουμε το πρώτο νερό, 2-3 κρεμμύδια, λάδι, λεμόνι, σόδα για να βράσουν πιο γρήγορα)
- Όσπρια γιαχνί (2 κρεμμύδια, όσπρια, λάδι, ντομάτα, ζωμό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Σαλάτα αγγούρια (1 αγγούρι, δυόσμο, μαϊντανό, αλάτι, 2 κουταλιές σούπας ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, ½ κουταλιά μουστάρδα)
- Σαλάτα ντομάτες (ντομάτες, αλάτι, ζωμό ντομάτας, 3 κουταλιές λάδι, δυόσμο, μαϊντανό)
- Σαλάτα μαρούλια (1 μάτσο μαρούλια, αλάτι, πιπέρι, 2 κουταλιές ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, ½ κουταλιά μουστάρδα, γίνονται επίσης σαλάτες για τη ρόκα, το κάρδαμο, κρεσόν και λάχανο στο οποίο βάζουμε λεμόνι αντί για ξύδι)
- Ζωμός από χόρτα (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα μαϊντανό, 5 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα ρέβες, λίγο στάρι, την ίδια ποσότητα κριθάρι, καλαμπόκι και μπιζέλια. Σοτάρουμε τα λαχανικά με βούτυρο ή λάδι, και προσθέτουμε νερό)
- Σούπες εκ χόρτων (2 μάτσα σέλινο, 2 μάτσα πράσα, 2 μάτσα μαϊντανό, 3 κρεμμύδια, 2 μάτσα καρότα, 2 φλιτζάνια ζωμό ντομάτας, 2 κουταλιές λάδι ή βούτυρο, 2 φλιτζανάκια ρύζι, 2 κουταλιές αλεύρι)
- Αγγινάρες με Ολλανδική σάλτσα (10 αγκινάρες, λεμόνι, αλάτι, σερβίρουμε με σάλτσα Ολλανδική)
- Σαλάτα από παντζάρια (2 μάτσα παντζάρια, αλάτι, 3 κουταλιές ξύδι, 3 κουταλιές λάδι, 1 κουταλιά ζάχαρη, βράζουμε τα παντζάρια και τα περιχύνουμε με τα υπόλοιπα υλικά)
- Σαλάτα από κολοκυθάκια (αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια περιχύνουμε με λεμόνι, λάδι, αλάτι και ξύδι)
- Φασόλια σαλάτα με λάδι, ξύδι πιπέρι, μαϊντανό
- Μπιζέλια γιαχνί (1 κρεμμύδι, λάδι, μπιζέλια, μαϊντανό, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, νερό)
- Μπιζέλια με λαρδί (ανακατώνουμε τα μπιζέλια με λίγο βούτυρο, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και ψιλοκομμένο λαρδί, τα μουσκεύουμε με ζωμό, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κοκκινογούλια με λαδόξιδο (τσιγαρίζουμε κρεμμύδι και σκόρδο, ρίχνουμε και τα παντζάρια, αφού τα ψήσουμε για λίγα λεπτά, ρίχνουμε λίγο αλεύρι, 1 κουταλιά ξύδι, αλάτι, πιπέρι και μαϊντανό)
- Αγκινάρες με κουκιά (10 αγκινάρες, λεμόνι, αλάτι, πιπέρι, 4 κρεμμύδια, λάδι, κουκιά, ντομάτα, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, νερό)
- Πατάτες στην κατσαρόλα (βάζουμε στη κατσαρόλα βούτυρο, το λιώνουμε με λίγο λάδι, σκόρδο, φλούδα λεμονιού, κρεμμύδι κομμένο, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι, βάζουμε πατάτες σε κομμάτια και αφήνουμε να ψηθούν σιγά, σερβίρουμε με χυμό λεμονιού)
- Μελιτζάναις ιμάμ μπαιλντί (αφού ξεπικρίσουμε τις μελιτζάνες, τις τηγανίζουμε με λάδι και έπειτα τις γεμίζουμε με κρεμμύδια που έχουμε γιαχνίσει με σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτα δάφνη, πιπέρι και αλάτι. Τις βάζουμε να ψηθούν στο φούρνο)
- Μελιτζάναις τηγανιταίς (αφού τις ξεπικρίσουμε, τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε σε βούτυρο ή λάδι)
- Μανιτάρια κατ' άλλον τρόπον (μαρινάρουμε τα κεφάλια σε λάδι, κόβουμε τις ουρές σε τεμάχια και τις ανακατεύουμε με χοιρινό, σκόρδο, μαϊντανό και 2 κρόκους αυγών, γεμίζουμε με αυτή τη γέμιση τα μανιτάρια, τα βρέχουμε με ελαιόλαδο και τα βάζουμε να ψηθούν)

- Κολυμπάδες ελιές (τις θέτουμε σε αλισίβα μέσα στην οποία προσθέτουμε ασβέστη άσβηστο μέχρι το φαγί να χωρίζεται εύκολα από τον πυρήνα, τις πλένουμε τις βυθίζουμε στην άρμη, τις αρωματίζουμε με μάραθο, τις βάζουμε στην άρμη με αρκετό λάδι)
- Παστές ελιές (τις βάζουμε σε κοφίνι, τις πλακώνουμε με κάτι βαρύ για αρκετές ημέρες, παρατηρούμε το μαύρισμα τους, τις πλένουμε, τις αλατίζουμε, ρίχνουμε ρίγανη, λάδι, μαραθόσπορο, και τις αφήνουμε για 8 ημέρες να σταθούν. Τις διατηρούμε σε πιθάρι ή σε ασκός κλεισμένες καλά)

Λαρδί

- Κεφαλή από αγριογούρουνο (λαρδί, μυρωδικά, νερό, τυλίγουμε την κεφαλή σε άσπρο πανί και βράζουμε, αφού την έχουμε μαρινάρει 6 ημέρες με νίτρο, λαρδί , ψαχνό κρέας)
- Πηχτή από χοιρίδιον (1 κεφαλή χοιρινή, 1 κουταλιά νίτρον, 2 κουταλιές αλάτι, 1 κουταλιά ζάχαρη, αρώματα διάφορα, λαρδί, πιπέρι, καγιέν. Αφού βράσουμε την κεφαλή, την κόβουμε σε κομμάτια και τη ψήνουμε στο φούρνο σε μια φόρμα με λαρδί)
- Φιλέτο βοός ψημένο στη κατσαρόλα (στρώνουμε τη χύτρα με λαρδί, τοποθετούμε το φιλέτο, το σκεπάζουμε με βουτυρωμένο χαρτί και το αφήνουμε να ψηθεί σε δυνατή φωτιά στην αρχή)
- Φιλέτο βοδινόν μπριζέ (λαρδώνουμε το φιλέτο, το βάζουμε σε κατσαρόλα άσπρο κρασί, ζωμό, βούτυρο, ζωμό, πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό για τη σάλτσα)
- Μπούτι πρόβειο της κατσαρόλας (μπούτι πρόβειο, λαρδί, καρότα, κρεμμύδια, δάφνη, γαρύφαλλα, ξύδι, νερό, αλάτι, πιπέρι)
- Φιλέτο από αγριογούρουνο
- Μυαλά μοσχαριού ή βοδινά μαγιονέζα (τα ψήνουμε στην κατσαρόλα με λαρδί, φέτες λεμόνι, 1 κρεμμύδι, 2 γαρύφαλλα, ζωμό και μυρωδικά. Αφού κρυώσουν τα βάζουμε σε μια σαλάτα από μαρούλια με μερικά κομμάτια αυγών σφιχτών και μαγιονέζα)
- Γλυκάδια μοσχαριού με σάλτσα (λαρδί, γλυκάδια, ψιλοκομμένα λαχανικά, κρασί, ζουμί)
- Ασίκι μοσχαριού με πουρέ κρεμμύδια (τυλίγουμε το ασίκι με λαρδί, το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί και κομμένα λαχανικά. Ραντίζουμε με βούτυρο, ζουμί και κρασί και αφήνουμε να ψηθεί. Γαρνίρουμε με πουρέ από κρεμμύδια)
- Φιλέτο βωδινό αλά Ζαρντινιέρα (λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, το ψήνουμε στο φούρνο, και συνοδεύουμε με σάλτσα από κρασί, βούτυρο, ζωμό και 1 κουταλάκι πατατάλευρο διαλυμένο σε νερό)
- Φιλέτο αιματόδες (λαρδί, φιλέτο βοός)
- Τυρί από χοιρίδιον (χοιρινό ψαχνό, λαρδί, αρωματικά, πιπέρι, αλάτι, 1 κουταλιά αλεύρι, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, 5 αυγά, καγιέν. Κόβουμε το κρέας σε μηχανή, στρώνουμε μια φόρμα με λαρδί και γεμίζουμε με τη γέμιση και σκεπάζουμε με χαρτί βουτυρωμένο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπούτι πρόβειο ψητό με γαρνιτούρα από φασόλια (μπούτι αρνίσιο, το τυλίγουμε με λαρδί, το περνάμε στη σούβλα και το βρέχουμε με βούτυρο)
- Σουβλάκια από γλυκάδια μοσχαριού (περνάμε στα ξυλάκια, ένα γλυκάδι και ένα κομμάτι λαρδί εναλλάξ, ραντίζουμε με λάδι και ψήνουμε στη σχάρα)
- Κατασκευή φάρσας δια τα λουκάνικα (κρέας χοιρινό, λαρδί στην ίδια ποσότητα, μοσχοκάρυδο, γαρύφαλλα, πιπέρι, καπνόν, καγιέν, δάφνη, κόλιανδρο, θυμάρι, μπαχάρι, 5 μέτρα έντερα ταριχευμένα, 6 ημέρες διαμονή στην άρμη, γεμίζουμε τα έντερα με την φάρσα αφού περάσουμε το κρέας από την μηχανή της φάρσας, ρίχνουμε όλα τα μυρωδικά και εκτελούμε όπως για τη μουρταδέλα. Τα λουκάνικα τα ψήνουμε στη σχάρα ή στο τηγάνι)
- Προετοιμασία δια την μουρταδέλαν (χοιρινό, νίτρο, 1 κουταλιά ζάχαρη, 1 ποτηράκι κονιάκ, λαρδί, αλάτι, πιπέρι, 1 φούσκα άδεια ταριχευμένη την οποία γεμίζουμε με την γέμιση και την βάζουμε 8 ημέρες στην άλμη, 3 ημέρες στον καπνό)
- Γαλαντίνα από κοτόπουλο (γεμίζουμε 1 κότα με κιμά με 1 ποτήρι μαρσάλα, ζουμί από τρούφες, λαρδί παστό και φιστίκια πράσινα, τη ράβουμε, την βράζουμε στην κατσαρόλα με άσπρο κρασί για 2 ώρες και σερβίρουμε με κροτόνια ζελέ)
- Γαλαντίνα από γαλόπουλο (1 γαλόπουλο το οποίο γεμίζουμε με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, ζαμπόν, αρωματικά, τρούφες, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, γλώσσα παστή. Ράβουμε το γαλόπουλο, το βάζουμε σε πετσέτα και το βράζουμε με κρασί επί 3 ώρες. Χρησιμοποιούμε το ζουμί και ζελατίνα για να κάνουμε ασπίκ. Αφού κρυώσει το σερβίρουμε με κροτόνια από ζελέ)
- Γάλος γεμιστός στη κατσαρόλα (γεμίζουμε μια γαλοπούλα με κιμά μοσχαρίσιο, λαρδί, χοιρομέρι, τη ψήνουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, ψιλοκομμένα λαχανικά, και βούτυρο, ζωμό και λίγο κρασί. Αν ψηθεί τη σερβίρουμε με μερικά λουκάνικα, κρεμμύδια, κάστανα και ελιές πράσινες)
- Στήθη από γαλοπούλα (λαρδί, λαχανικά, στήθη από 2 γαλοπούλες, τρούφα, ρύζι, λειριά πουλιών, μανιτάρια, τρούφες)
- Χήνα καπαμάς αλά Φραντσέζα (λαρδί, 1 πόδι μοσχαριού, θυμάρι, δάφνη, βασιλικό, μαϊντανό, γαρύφαλλα, κρεμμύδια, καρότα, πιπέρι, αλάτι και μοσχοκάρυδο, ρακί, άσπρο κρασί, ζωμό)
- Χήνα καπαμά κατ' άλλον τρόπον (λαρδί, κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, θυμάρι, δάφνη, βασιλικό, πιπέρι, αλάτι, μοσχοκάρυδο, 1 χήνα καθαρισμένη από τα εντόσθια, 2 ποτήρια νερό, 2 ποτήρια κρασί)
- Φραγκόκοτα με τρούφες ή με γαρνιτούρα (την καθαρίζουμε, αφαιρούμε τα εντόσθια, στη σκεπάζουμε με λαρδί και τη βάζουμε στην κατσαρόλα με λαχανικά, βούτυρο, τρούφες)
- Περιστεράκια αλά Ισπανιόλα (τα ψήνουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο, βάζουμε λαρδί, αλάτι, πιπέρι, σάλτσα Ισπανική, βγάζουμε το λαρδί και σερβίρουμε)

- Περιστεράκια γεμιστά κατά τον χωρικόν τρόπον (ξεκοκαλίζουμε τα στήθη 6 περιστεριών, τα γεμίζουμε με γέμιση με λαρδί σε κομματάκια, συκωτάκια πουλιών και αρνιού ζεματισμένα, ψωμί μουσκεμένο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, μαϊντανό, 3 κρόκους αυγών και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με βούτυρο και διάφορα λαχανικά και αφήνουμε να βράσουν, βρέχοντας τα κατά καιρούς με ζωμό. Στο τέλος ρίχνουμε κρασί, σάλτσα Ισπανική και πράσινες ελιές ζεματισμένες)
- Σαλμί από μπεκάτσες (βάζουμε τις μπεκάτσες στην κατσαρόλα με βούτυρο και λαρδί. Αφού κοκκινίσουν, τις βρέχουμε με κρασί, προσθέτουμε λίγη σάλτσα ισπανική και τις αφήνουμε να σιγοβράσουν. Με τα εντόσθια σχηματίζουμε πουρέ και τον τοποθετούμε πάνω στα ψημένα ψωμάκια)
- Κουνελάκια στη σχάρα (2 κουνελάκια, μαρινάρονται σε λάδι, μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο, αλάτι και πιπέρι. Τυλίγουμε το κουνέλι σε λαρδί, έπειτα σε χαρτί αλειμμένο με βούτυρο και το ψήνουμε στη σχάρα)
- Φριτούρα από πουλιά κατά τον Ιταλικόν τρόπον (κόβουμε τα μικρά πουλιά σε 4 τεμάχια το καθένα και τα μαρινάρουμε σε λαρδί με λεμόνι, κρεμμύδι, καρότα και μαϊντανό για 30΄. Έπειτα τα τυλίγουμε σε τριμμένο ψωμί και αυγό χτυπημένο και τα τηγανίζουμε.
- Ψάρι με γαρνιτούρες (σφυρίδα, λαρδί, μυρωδικά, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, 24 τρούφες, 24 μανιτάρια, 3 κουταλιές σάλτσα Ισπανική, 1 ποτήρι κρασί Μαδέρα. Στη σάλτσα προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας, βούτυρο και κόκκινο πιπέρι)
- Φέτα ψαριού στο φούρνο από πράσινες ελιές (συναγρίδα σε φέτα, λαρδί σε φέτες, λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, σάλτσα μαδέρας με λίγο γλάσο, γαρνίρουμε με ελιές πράσινες)
- Σφυρίδα (σφυρίδα, διάφορα λαχανικά κομμένα, άσπρο κρασί, φέτες λαρδί, χαρτί αλειμμένο με βούτυρο, περισσεύματα μανιταριών. Όταν σερβίρουμε αλείφουμε το ψάρι με βούτυρο γαρίδας και λίγο γλάσο)
- Μπιζέλια με λαρδί (ανακατώνουμε τα μπιζέλια με λίγο βούτυρο, τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με βούτυρο και ψιλοκομμένο λαρδί, τα μουσκεύουμε με ζωμό, προσθέτουμε μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Αγγινάρες παραγεμιστές (αγκινάρες, λάδι, κρεμμύδι, μανιτάρια, ψωμί τριμμένο, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, λαρδί, βούτυρο, κρασί άσπρο, 1 κουταλιά σάλτσα Ισπανική)
- Μαρούλια με σάλτσα Ισπανική (αφού τα ζεματίσουμε, τα δένουμε με κλωστή και τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, διάφορα χόρτα και ζωμό. Τα σερβίρουμε με σάλτσα Ισπανική και γλάσο)
- Πατάτες με λαρδί (κάνουμε ένα ξανθό χυλό με αλεύρι και βούτυρο, βάζουμε λαρδί κομμένο σε τεμάχια, ρίχνουμε τις πατάτες ξεφλουδισμένες, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό και κρεμμύδι και βρέχουμε με ζωμό)
- Μαρούλια (αφού τα ζεματίσουμε και τα στραγγίσουμε, τα βάζουμε στο φούρνο με λαρδί, ζουμί με πάχος, δάφνη, θυμάρι, μαϊντανό, 1 κρεμμύδι καρφωμένο με γαρύφαλλα. Σερβίρουμε με σάλτσα ισπανική)

Πάχος βοδινό

- Φριτούρα από πάχος βοδινό (πάχος βοδινό του νεφρού, σε μικρά κομμάτια, το βάζουμε να βράσει 3 ώρες με λίγα χόρτα, το αφήνουμε να τραβήξει όλο το νερό, το στραγγίζουμε και το έχουμε για τις ανάγκες μας. Αυτή η φριτούρα είναι η καλύτερη για τα τρόφιμα μένουν για περισσότερο καιρό τραγανά αφού τηγανισθούν)
- Πάστα φυλλώδης
- Ντολμάδες λάχανο
- Γιουβαρλάκια αλά πολίτα
- Μελιτζάνες γεμιστές

Πάχος χοιρινό

- φριτούρα από πάχος χοιρινό (όπως από πάχος βοδινό. Το λάδι, το βούτυρο και το χοιρινό πάχος όταν είναι ταγγά δεν γίνονται καλή φριτούρα για αφρίζουν και χύνονται έξω από το τηγάνι)
- Τρόπος κατά τον οποίον διατηρούμε τις φτερούγες και τα μηριά της χήνας (αφού αδειάσουμε και καψαλίσουμε τις χήνες, θέτουμε 2-3 φύλλα φασκομηλιάς και αλάτι και ψήνουμε στη σούβλα. Μετά βγάζουμε τις φτερούγες και τους μηρούς. Κόβουμε λίγο τα άκρα και αφήνουμε να κρυώσουν. Τα βάζουμε σε πήλινο αγγείο με αλάτι, πιπέρι, και δάφνη, με τρόπο ώστε να μη μείνει κενό στο αγγείο. Το βάζουμε σε μια χύτρα το πάχος, και προσθέτουμε χοιρινό πάχος. Τα αφήνουμε να βράσουν επί 10΄ και χύνουμε αυτό το μείγμα βραστό στο αγγείο με τα μέλη της χήνας. Τα αφήνουμε να κρυώσουν και κατόπι τα σκεπάζουμε με μεμβράνη μουσκεμένη και το δένουμε. Διατηρείται σε ψυχρό και ξηρό μέρος.)
- Γαλοπούλα με ρίζες σέλινο (γεμίζουμε τη γαλοπούλα με τριμμένο ψωμί, λίπος, κρεμμύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο. Τη βάζουμε να ψηθεί βρέχοντας της από καιρό σε καιρό, και τη σερβίρουμε με ρίζες σέλινου)
- Πάστα φυλλώδη

Καρυκεύματα & μυρωδικά: μαϊντανός, δυόσμος, μάραθο, μαραθόσπορο, άνηθο, γλυκάνισο, σέλινο, ρίγανη, θυμάρι, κρεμμύδι, σκόρδο, πιπέρι, κανέλα, γαρύφαλλα, ζαφορά, κάπαρη, μοσχοκάρυδο, μουστάρδα, ινδικό πιπέρι, κόκκινο πιπέρι κάζεν, μπαχάρι. Χρησιμοποιούνται για να τροποποιήσουν τη γεύση και της μυρωδιάς των φαγητών, για την τόνωση του στομάχου και την διευκόλυνση της πέψης. Το αλάτι το ξύδι, το λεμόνι, το μέλι και η ζάχαρη αν και δεν ανήκουν στην παραπάνω κατηγορία ωστόσο χρησιμοποιούνται και αυτά στην κουζίνα για να δώσουν γεύση στα φαγητά.

Παράρτημα 5: Κωδικοποίηση των συνταγών του Οδηγού Μαγειρικής του Στρατού, ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ, 1928

"ΔΟΚΙΜΙΟΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΕΝ ΤΟΙΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΟΙΣ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟΙΣ ΜΕΤΑ ΟΔΗΓΟΥ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ, ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ 1928, ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΝ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ"

Καρυκεύματα
Πιπέρι, γαρύφαλλα, κανέλα, κοκκινοπίπερο, δεντρολίβανο, δάφνη, ρίγανη, λεμονόφλουδες, αλάτι, δυόσμο, άνηθος, μαϊντανός, μάραθος, μουστάρδα σε σκόνη, μοσχοκάρυδο,

Συσσίτια παρασκευαζόμενα εν εκστρατεία επί πλέον των εν ειρήνη.

Κρέας κονσέρβας
- Κρέας σούπας (Βοδινό κρέας κονσέρβας, χοιρινό λίπος, καρότα, λάχανο, νερό)
- Κρέας βόειον κονσέρβας με φασιόλους (κρέας κονσέρβας, λίπος, φασίολοι λευκοί, άλας, νερό)

Κρέας νωπό
- Κρέας νωπό με πατάτες (κρέας νωπό, κρεμμύδια, καρότα, πατάτες, νερό, αλάτι)
- Αρνί σούβλας (κρέας νωπό, αλάτι, πιπέρι)
- Νωπόν κρέας πιλάφι (κρέας νωπόν, λίπος, κρεμμύδια, ρύζι, αλάτι, νερό)

Δημητριακά
Ρύζι
- Νωπόν κρέας πιλάφι (κρέας νωπόν, λίπος, κρεμμύδια, ρύζι, αλάτι, νερό)
- Σούπα των Γεωργών(λίπος ή χοιρινό λίπος, κρεμμύδια, καρότα, λάχανο, πατάτες, ρύζι, αλάτι, νερό)

Λαχανικά
- Σούπας με πατάτες (λίπος, πατάτες, κρεμμύδια, αλάτι, νερό)
- Σούπα κρομμύων(λίπος, κρεμμύδια, αλεύρι, αλάτι, νερό)
- Σούπα των Γεωργών(λίπος ή χοιρινό λίπος, κρεμμύδια, καρότα, λάχανο, πατάτες, ρύζι, αλάτι, νερό)
- Σούπα οστών (οστά από κρέας, λίπος, κρεμμύδια, καρότα, πατάτες, αλάτι, νερό)
- Πατάτες με χοίρειον λίπος (πατάτες, λίπος, κρεμμύδια, αλάτι)

Όσπρια
- Φασιόλοι ξηροί με χοίρειον λίπος (φασιόλοι ξηροί, χοίρειον λίπος, κρεμμύδια, αλάτι, νερό)
- Κρέας βόειον κονσέρβας με φασιόλους(κρέας κονσέρβας, λίπος, φασίολοι λευκοί, άλας, νερό)

Λίπη
Λίπος ή χοιρινό λίπος : 9/11 οι υπόλοιπες 2 δεν έχουν καμία λιπαρή ύλη

Συσσίτια οπλιτών

ΚΡΕΑΣ
Βραστό:
- Κρέας βραστό με σούπα (κρέας, νερό, αλάτι, ρύζι ή ζυμαρικά, σέλινο, καρότο, κρεμμύδι, πατάτες. Η σούπα αυτή μπορεί να παρασκευασθεί με φρέσκια ντομάτα ή πελτέ ντομάτας ή αυγολέμονο).

Στη κατσαρόλα:
- Κρέας αντζέμ πιλάφι (κρέας αρνί, βούτυρο ή λίπος, ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα ή πελτές, αλάτι, νερό, πιπέρι)
- Κρέας με φασόλια ξηρά (κρέας παντός είδους, φασόλια ξηρά, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός, νερό)
- Κρέας με φασόλια χλωρά (κρέας, φασόλια χλωρά, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με μελιτζάνες (κρέας, μελιτζάνες, πελτές, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με κολοκυθάκια (κρέας, κολοκυθάκια, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτέ, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με κουκιά χλωρά (κρέας, κουκιά χλωρά, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, πιπέρι, άνηθο, φρέσκα κρεμμύδια)
- Κρέας με μπάμιες (κρέας, μπάμιες, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με πατάτες (κρέας, πατάτες, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με ντομάτες (κρέας, ντομάτες νωπές, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι
- Κρέας με ραδίκια ή αντίδια ή σπανάκι (κρέας, ραδίκια ή αντίδια ή σπανάκι, κρεμμύδια, βούτυρο, πελτές, αλάτι, πιπέρι. Γίνεται και με αυγολέμονο)
- Κρέας με σέλινο (κρέας εκτός από βοδινό, σέλινο, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι. Γίνεται και με αυγολέμονο)
- Κρέας με λάχανο (κρέας, λάχανο-μάπα, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια)

- Κρέας με κουνουπίδι (κρέας, κουνουπίδια, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με πράσα (κρέας, πράσα, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι. Τα πράσα όπως και τα ραδίκια δεν πρέπει να ζεματιστούν)
- Κρέας στιφάδο (κρέας βοδινό, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, ξύδι, σκόρδα, φύλλα δάφνης, αλάτι, πιπέρι, δεντρολίβανο)
- Κρέας με ζυμαρικά (κρέας, ζυμαρικά, βούτυρο ή λίπος, πελτές, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)

Στο φούρνο:

- Κρέας γιουβέτσι με ζυμαρικά (κρέας αρνί, ζυμαρικά, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι. Μπορούμε να προσθέσουμε στα μακαρόνια τυρί τριμμένο)
- Κρέας με πατάτες (κρέας αρνί, πατάτες, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι)

ΨΑΡΙΑ

Βραστό:

- Ψάρι βραστό (ψάρι, ελαιόλαδο, σέλινο, καρότο, κρεμμυδάκια, λεμόνι, ρύζι ή πάστα, μπορούμε να κάνουμε και αυγολέμονο)
- Βακαλάος βραστός σκορδαλιά (βακαλάος, σκόρδα, ελαιόλαδο, ξύδι, ψωμί)

Στο φούρνο:

- Ψάρι φούρνου (ψάρι χονδρό, ελαιόλαδο, μαϊντανό, λεμόνια, σκόρδο)
- Βακαλάος πλακί (βακαλάος, μαϊντανός, κρεμμυδάκια, σέσκουλα ή σπανάκι, μπελτές, ελαιόλαδο, σκόρδα)
- Ψάρι πλακί (ψάρι, μαϊντανός, κρεμμυδάκια, σέσκουλα ή σπανάκι, μπελτές, ελαιόλαδο, σκόρδα)

Στο τηγάνι:

- Βακαλάος τηγανιτός (βακαλάος, ελαιόλαδο, αλεύρι)
- Ψάρι τηγανιτό (ψάρι χονδρό, αλεύρι, ελαιόλαδο)

ΟΣΠΡΙΑ

- Φασόλια σούπα(φασόλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, κρεμμύδια, σέλινο, καρότο, νερό)
- Φασόλια γιαχνί (φασόλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, κρεμμύδια, σέλινο, μαϊντανός, καρότο, νερό)
- Κρέας με φασόλια ξηρά
- Ρεβίθια σούπα (ρεβίθια ξερά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια)
- Φάβα (φάβα, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, λεμόνια)
- Φακαί σούπα (φακές, ελαιόλαδο, αλάτι, σκόρδο, κρεμμύδια, δάφνη)
- Κύαμοι ξηροί γιαχνί (κουκιά, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές, ελαιόλαδο)

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Τυρί

- Κρέας γιουβέτσι με ζυμαρικά (κρέας αρνί, ζυμαρικά, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι. Μπορούμε να προσθέσουμε στα μακαρόνια τυρί τριμμένο)

Γάλα

- μπεσαμελ

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Ψωμί

- Βακαλάος βραστός σκορδαλιά (βακαλάος, σκόρδα, ελαιόλαδο, ξύδι, ψωμί)

Ρύζι

- Όρυζα σούπα (ρύζι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, σέλινο)
- Όρυζα πιλάφι (ρύζι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, σέλινο)
- Κρέας βραστό με σούπα (κρέας, νερό, αλάτι, ρύζι ή ζυμαρικά, σέλινο, καρότο, κρεμμύδι, πατάτες. Η σούπα αυτή μπορεί να παρασκευασθεί με φρέσκια ντομάτα ή πελτέ ντομάτας ή αυγολέμονο).
- Κρέας αντζέμ πιλάφι
- Κρόμμυα με ρύζι
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι
- Σπανάκι με ρύζι

Ζυμαρικά

- Λαδόσουπα ζυμαρικών (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, 1 μάτσο σέλινο)
- Ζυμαρικά πιλάφι και γιουβέτσι (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό)
- Μακαρονάδα με λάδι γιαχνί (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό)
- Μακαρονάδα σάλτσα νηστίσιμα (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό, αλεύρι, κρασί)
- Κρέας γιουβέτσι με ζυμαρικά στο φούρνο
- Κρέας με ζυμαρικά στη κατσαρόλα
- Κρέας βραστό με σούπα (κρέας, νερό, αλάτι, ρύζι ή ζυμαρικά, σέλινο, καρότο, κρεμμύδι, πατάτες. Η σούπα αυτή μπορεί να παρασκευασθεί με φρέσκια ντομάτα ή πελτέ ντομάτας ή αυγολέμονο).

ΑΥΓΑ

- Σάλτσα αυγολέμονο στο κρέας βραστό με σούπα

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Βραστά:

- Γεώμηλα βραστά σαλάτα (γεώμηλα, ελαιόλαδο, αλάτι, ξύδι, πιπέρι, μαϊντανό)
- Λάχανο βραστό (λάχανο, ελαιόλαδο, λεμόνια, αλάτι, νερό)
- Κουνουπίδι βραστό (κουνουπίδι, ελαιόλαδο, λεμόνι, αλάτι, νερό)
- Χορταρικά σαλάτα- νερόβραστα (Κοκκινογούλια, ραδίκια, σέσκουλα νερόβραστα, στα κοκκινογούλια θέτουμε ξύδι αντί λεμόνι)
- Αγκινάρες νερόβραστες-αλά πολίτα (αγκινάρες, ελαιόλαδο, λεμόνια)
- Κολοκύθια βραστά σαλάτα (κολοκυθάκια, ελαιόλαδο, ξύδι, αλάτι, νερό)
- Μπιζέλια ξηρά σούπα (μπιζέλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, κρεμμύδια, νερό)

Στη κατσαρόλα:

- Γεώμηλα γιαχνί (γεώμηλα, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, μαϊντανό, νερό)
- Κρόμμυα στιφάδο(κρεμμύδια, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, δάφνη, ξύδι, δεντρολίβανο)
- Κρόμμυα με ρύζι (όρυζα, κρόμμυα, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, νερό)
- Λάχανο γιαχνί (λάχανο, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, νερό)
- Κουνουπίδι γιαχνί (κουνουπίδι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, νερό)
- Σπανάκι με ρύζι (ρύζι, σπανάκι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, άνηθο, κρεμμύδια ξηρά, κρεμμύδια φρέσκα)
- Πράσα γιαχνί (πράσα, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι, ντομάτα)
- Σπανάκι σκέτο(σπανάκι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδι, ντομάτα)
- Αγκιναροκούκια (κουκιά, αγκινάρες, ελαιόλαδο, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, αλάτι, πιπέρι, νερό)
- Μπιζέλια φρέσκα ή αρακάς γιαχνί (μπιζέλια ή αρακάς, ελαιόλαδο, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, ντομάτα πελτές, πιπέρι, αλάτι, νερό)
- Φασόλια φρέσκα γιαχνί (φασολάκια, ελαιόλαδο, μαϊντανός, κρεμμύδια ξηρά, ντομάτα πελτές, πιπέρι, αλάτι, νερό)
- Μελιτζάνες γιαχνί(μελιτζάνες, ελαιόλαδο, μαϊντανός, κρεμμύδια ξηρά, ντομάτα πελτές, πιπέρι, αλάτι, νερό)
- Μπάμιες γιαχνί (μπάμιες, ελαιόλαδο, μαϊντανός, κρεμμύδια ξηρά, ντομάτα πελτές, πιπέρι, αλάτι, νερό)
- Κουκιά γιαχνί φρέσκα (κουκιά, ελαιόλαδο, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, αλάτι, πιπέρι, νερό)

Στο φούρνο:

- Γεώμηλα και κολοκυθάκια φούρνου (γεώμηλα, κολοκύθια, ελαιόλαδο, κρεμμύδια, μαϊντανό, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, νερό)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί-στον φούρνο (μελιτζάνες, ελαιόλαδο, κρεμμύδια ξηρά, αλάτι, μαϊντανός, πιπέρι, σκόρδα, ντομάτα νερό)
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι (ντομάτες, ρύζι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, σταφίδα, νερό, μαϊντανό, δυόσμο)

ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ

Σταφίδες

- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι

ΛΙΠΗ

Λάδι

- Βακαλάος τηγανιτός (βακαλάος, ελαιόλαδο, αλεύρι)
- Βακαλάος πλακί (βακαλάος, μαϊντανός, κρεμμυδάκια, σέσκουλα ή σπανάκι, μπελτές, ελαιόλαδο, σκόρδα)
- Βακαλάος βραστός σκορδαλιά (βακαλάος, σκόρδα, ελαιόλαδο, ξύδι, ψωμί)
- Ψάρι τηγανιτό (ψάρι χονδρό, αλεύρι, ελαιόλαδο)
- Ψάρι βραστό (ψάρι, ελαιόλαδο, σέλινο, καρότο, κρεμμυδάκια, λεμόνι, ρύζι ή πάστα, μπορούμε να κάνουμε και αυγολέμονο)
- Ψάρι πλακί (ψάρι, μαϊντανός, κρεμμυδάκια, σέσκουλα ή σπανάκι, μπελτές, ελαιόλαδο, σκόρδα)
- Ψάρι φούρνου (ψάρι χονδρό, ελαιόλαδο, μαϊντανό, λεμόνια, σκόρδο)
- Φασόλια σούπα(φασόλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, κρεμμύδια, σέλινο, καρότο, νερό)
- Φασόλια γιαχνί (φασόλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, κρεμμύδια, σέλινο, μαϊντανός, καρότο, νερό)
- Ρεβίθια σούπα (ρεβίθια ξερά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια)
- Μπιζέλια ξηρά σούπα (μπιζέλια ξηρά, ελαιόλαδο, αλάτι, κρεμμύδια, νερό)
- Φάβα (φάβα, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, λεμόνια)
- Φακαί σούπα (φακές, ελαιόλαδο, αλάτι, σκόρδο, κρεμμύδια, δάφνη)
- Κύαμοι ξηροί γιαχνί (κουκιά, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές, ελαιόλαδο)
- Όρυζα σούπα (ρύζι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτές, σέλινο)
- Όρυζα πιλάφι
- Λαδόσουπα ζυμαρικών(ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, 1 μάτσο σέλινο)
- Ζυμαρικά πιλάφι και γιουβέτσι (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό)
- Μακαρονάδα με λάδι γιαχνί (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό)
- Μακαρονάδα σάλτσα νηστίσιμα (ζυμαρικά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα πελτέ, κρεμμύδια, νερό, αλεύρι, κρασί)

- Γεώμηλα γιαχνί
- Γεώμηλα βραστά σαλάτα (γεώμηλα, ελαιόλαδο, αλάτι, ξύδι, πιπέρι, μαϊντανό)
- Γεώμηλα και κολοκυθάκια φούρνου
- Κρόμμυα στιφάδο
- Κρόμμυα με ρύζι
- Λάχανο γιαχνί
- Λάχανο βραστό
- Κουνουπίδι γιαχνί
- Κουνουπίδι βραστό
- Πράσα γιαχνί
- Σπανάκι σκέτο
- Σπανάκι με ρύζι
- Αγκιναροκούκια
- Αγκινάρες νερόβραστες-αλά πολίτα
- Μπιζέλια φρέσκα ή αρακάς γιαχνί
- Φασόλια φρέσκα γιαχνί
- Μελιτζάνες γιαχνί
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί-στον φούρνο
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι
- Κολοκύθια βραστά σαλάτα
- Μπάμιες γιαχνί
- Κουκιά γιαχνί φρέσκα

Βούτυρο ή λίπος

- Κρέας αντζέμ πιλάφι (κρέας αρνί, βούτυρο ή λίπος, ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα ή πελτές, αλάτι, νερό, πιπέρι)
- Κρέας με φασόλια ξηρά (κρέας, φασόλια ξηρά, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός, νερό)
- Κρέας με φασόλια χλωρά (κρέας, φασόλια χλωρά, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με μελιτζάνες (κρέας, μελιτζάνες, πελτές, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με κολοκυθάκια (κρέας, κολοκυθάκια, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτέ, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανός)
- Κρέας με κουκιά χλωρά (κρέας, κουκιά χλωρά, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, πιπέρι, άνηθο, φρέσκα κρεμμύδια)
- Κρέας με μπάμιες (κρέας, μπάμιες, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με πατάτες (κρέας, πατάτες, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, πελτές, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με ντομάτες (κρέας, ντομάτες νωπές, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι
- Κρέας με ραδίκια ή αντίδια ή σπανάκι (κρέας, ραδίκια ή αντίδια ή σπανάκι, κρεμμύδια, βούτυρο, πελτές, αλάτι, πιπέρι. Γίνεται και με αυγολέμονο)
- Κρέας με σέλινο (κρέας εκτός από βοδινό, σέλινο, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, αλάτι, πιπέρι. Γίνεται και με αυγολέμονο)
- Κρέας με λάχανο (κρέας, λάχανο-μάπα, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια)
- Κρέας με κουνουπίδι (κρέας, κουνουπίδια, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας με πράσα (κρέας, πράσα, βούτυρο ή λίπος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι. Τα πράσα όπως και τα ραδίκια δεν πρέπει να ζεματιστούν)
- Κρέας στιφάδο (κρέας βοδινό, κρεμμύδια, πελτές, βούτυρο ή λίπος, ξύδι, σκόρδα, φύλλα δάφνης, αλάτι, πιπέρι, δεντρολίβανο)
- Κρέας με ζυμαρικά (κρέας, ζυμαρικά, βούτυρο ή λίπος, πελτές, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας γιουβέτσι με ζυμαρικά (κρέας αρνί, ζυμαρικά, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι. Μπορούμε να προσθέσουμε στα μακαρόνια τυρί τριμμένο)
- Κρέας με πατάτες (κρέας αρνί, πατάτες, βούτυρο ή λίπος, πελτές, αλάτι, πιπέρι)

Συσσίτια Αξιωματικών

ΚΡΕΑΣ

Βραστό:

Μοσχάρι

- Μοσχάρι βραστό(κρέας, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, πατάτες, ρύζι ή πάστα, στο τέλος ρίχνουμε αυγολέμονο)

Αρνί

- Αρνί βραστό (κρέας, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, πατάτες, ρύζι ή πάστα, στο τέλος ρίχνουμε αυγολέμονο)
- Αρνί βραστό, σαλάτα σέσκουλα (κρέας, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, πατάτες, ρύζι ή πάστα, στο τέλος ρίχνουμε αυγολέμονο)

Χοιρινό

- Χοιρινό μπούτι κρύο φέτα με πίκλες (κρέας χοίρου, άλας χονδρό, πίκλες)

Στη κατσαρόλα:

Μοσχάρι

- Μοσχάρι κατσαρόλας (κρέας, βούτυρο, ντομάτα, σέλινο)

Χοιρινό

- Γουρουνόπουλο αντίδια ή σέλινο αυγολέμονο(κρέας χοίρου, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)

Αρνί

- Αρνί καπαμά (κόβουμε το κρέας σε μερίδες και το τσιγαρίζουμε με βούτυρο. Αφαιρούμε το κρέας από το τηγάνι και ρίχνουμε κρασί μαύρο, το υπόλοιπο βούτυρο, ντομάτα και αφήνουμε να πάρουν βράσει. Τα μεταφέρουμε στη κατσαρόλα με το κρέας, 2 κρεμμύδια με καρφωμένη κανέλα, γαρύφαλλα, σέλινο και αφήνουμε να βράσουν)
- Αρνί κολοκυθάκια (κόβουμε το κρέας σε μερίδες, καβουρδίζουμε με βούτυρο και κρεμμύδια, ρίχνουμε τη ντομάτα, μαϊντανό και νερό, αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσει. Τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι και τα ρίχνουμε μαζί με το κρέας)
- Αρνί με κρόμμυα και γεώμηλα (κρέας, κρόμμυα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, κορνφλάουρ, γεώμηλα βραστά)
- Αρνί μπάμιες (κρέας, βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, κρεμμύδια. Αφού μισοβράσει το κρέας ρίχνουμε τις μπάμιες τις οποίες έχουμε πλύνει με ξύδι και αλάτι, και τηγανίσει με ελαιόλαδο)
- Αρνί κουνουπίδι (κόβουμε το κρέας σε μερίδες, καβουρδίζουμε με βούτυρο και κρεμμύδια, ρίχνουμε τη ντομάτα και νερό, αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσει. Έχουμε τηγανισμένο κουνουπίδι με ελαιόλαδο σε τεμάχια, τον θέτουμε στη κατσαρόλα με το κρέας και αφήνουμε να βράσουν καλά)
- Αρνί αντίδια, σέλινο, ραδίκια αυγολέμονο(αρνί, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)

Κιμάς

- Κολοκυθάκια γεμιστά αυγολέμονο (κρέας κιμάς, ρύζι, μαϊντανός, δυόσμος, κολοκυθάκια, αυγά, κρεμμύδια, λεμόνια, κορνφλάουρ, βούτυρο. Γεμίζουμε τα κολοκυθάκια με τη γέμιση, και ψήνουμε στη χύτρα με βούτυρο και νερό. Αποσύρουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε αυγολέμονο που έχουμε ετοιμάσει με το ζωμό)
- Μακαρόνια κιμά (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, κιμάς, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο ή κανέλα)
- Ντολμάδες αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, μαϊντανός, κρεμμύδια, αυγά, λεμόνια, λάχανο ή κληματόφυλλα, βούτυρο, γεμίζουμε τους ντολμάδες, τους ψήνουμε με βούτυρο και νερό στη κατσαρόλα και περιχύνουμε με αυγολέμονο)
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά. Με το αλεύρι το γάλα και το βούτυρο φτιάχνουμε την πεσαμέλα ή μπεσαμέλ. Πρόκειται για μια ζύμη αραιά, στην οποία ρίχνουμε τον κιμά και τα ανακατεύουμε όλα μαζί)

Εντόσθια &κατώτερα μέρη

- Πιλάφι συκωτάκια (συκωτάκια από αρνί ή πουλιών, βούτυρο, ντομάτα, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, ρύζι)

Στο φούρνο:

Αρνί

- Αρνί γιουβέτσι πάστα (κρέας, βούτυρο, πάστα, ντομάτα πελτέ)
- Αρνί ψητό πατάτες (κρέας, βούτυρο, πατάτες, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι)

Χοιρινό

- Γουρουνόπουλο φούρνου (κρέας, βούτυρο)

Κιμάς

- Κεφτέδες φούρνου με αυγά (κιμάς, μαϊντανό, δυόσμος, κρεμμύδια, σκόρδο, βούτυρο, αυγά τα οποία τα χτυπάμε και περιχύνουμε τους κεφτέδες)
- Μουσακάς από κολοκυθάκια (κιμάς από μοσχάρι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, μαϊντανός, πελτές ντομάτας, ελαιόλαδο, κολοκυθάκια, αλάτι, πιπέρι, αυγά, τυρί κεφαλίσιο. Μαγειρεύουμε τον κιμά με ντομάτα, βούτυρο, νερό, κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι σε μια κατσαρόλα. Τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια και τα στρώνουμε στην βάση του ταψιού. Προσθέτουμε τον κιμά και σκεπάζουμε με μια άλλη στρώση από κολοκυθάκια. Ετοιμάζουμε πεσαμέλα ή αλλιώς μπεσαμέλ την οποία την ρίχνουμε πάνω από το στρώμα με τα κολοκυθάκια. Προσθέτουμε λίγο τυρί τριμμένο και βούτυρο και βάζουμε στο φούρνο).

Εντόσθια &κατώτερα μέρη

- Μακαρόνια τεμπάλ (μακαρόνια χονδρά, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, συκωτάκια αρνίσια, κρεμμύδια, φύλλο κρούστα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)

Στο τηγάνι:

- Κοτολέτες πουρέ πανέ (κρέας παιδάκια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αυγά, πατάτες, αλεύρι, γάλα, γαλέτα, μοσχοκάρυδο. Πανάρουμε τα παιδάκια σε χτυπημένα αυγά και την γαλέτα και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Σε μια άλλη κατσαρόλα ετοιμάζουμε πουρέ από πατάτες, βούτυρο, γάλα και μοσχοκάρυδο)

Πουλερικά & κυνήγι

Στη κατσαρόλα:

Γαλοπούλα

- Γαλόπουλο μπριζέ πατάτες (ροδίζουμε το γαλόπουλο στο τηγάνι, το θέτουμε στη κατσαρόλα, σβήνουμε το βούτυρο με κρασί, ρίχνουμε ντομάτα λιωμένη και νερό, αλάτι, πιπέρι, σέλινο, καρότα. Αφήνουμε να βράσει και σερβίρουμε με γεώμηλα τα οποία έχουμε τηγανίσει με το λίπος)

Πουλιά

- Ορτύκια αρακά (ορτύκια, βούτυρο, ντομάτα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, αρακάς)
- Πιλάφι πλατάρια (ρύζι, βούτυρο, ντομάτα πελτέ, πλατάρια 4 πουλιών, κρεμμύδια, αλάτι)

ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Ψάρι βραστό γαρνιτούρα (ψάρι, ελαιόλαδο, πατάτες, κολοκυθάκια, καρότα, σέλινο, κρεμμύδια, αλάτι, λεμόνια)

Στο φούρνο:

- Συναγρίδα ή ροφός αλά οριεντάλ (κόβουμε σε φέτες το ψάρι και τοποθετούμε στο ταψί με βούτυρο, ντομάτα φρέσκια, ντομάτα πελτές, κρασί μαύρο, μαϊντανός, κρεμμύδια, λεμόνια. Τη σάλτσα την κάνουμε ως εξής: καβουρδίζουμε το κρεμμύδι με λίγο βούτυρο, σβήνουμε με το κρασί, ρίχνουμε και τον πελτές ντομάτας, με λίγο νερό, καθώς και την ντομάτα με λίγο μαϊντανό)

Στο τηγάνι:

- Βακαλάος τηγανιτός (βακαλάος, ελαιόλαδο, αλεύρι, λεμόνια. Τον τηγανίζουμε αφού τον ξαλμυρίσουμε και τον σερβίρουμε με σκορδαλιά ή οποιαδήποτε σαλάτα χόρτων)
- Γλώσσες τηγανιτές (γλώσσες ψάρι, ελαιόλαδο, γαλέτα, λεμόνια, αλάτι, αυγά. Μπορούμε να τις τηγανίσουμε και με βούτυρο. Σερβίρουμε με λεμόνι, μαϊντανό, και σάλτσα μαγιονέζα αραιωμένη με λίγο άσπρο κρασί ή νερό)
- Ψάρι τηγανιτό (ψάρι, ελαιόλαδο, αλεύρι, λεμόνια, αλάτι)
- Μαρίδες τηγανιτές (μαρίδες, ελαιόλαδο, αλεύρι, αλάτι, λεμόνια)

Στη σχάρα:

- Τσιπούρες σχάρας (ψάρι, ελαιόλαδο, λεμόνια, πιπέρι, ρίγανη. Αφού την ψήσουμε αλείφοντας τη με λίγο λάδι, την συνοδεύουμε με σάλτσα λαδολέμονο)

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Βραστά:

- Γαρίδες μαγιονέζα (γαρίδες, ξύδι, αλάτι, δάφνη. Βράζουμε τις γαρίδες με νερό και ξύδι, δάφνη και αλάτι. Για τη μαγιονέζα: λάδι, αυγά, μουστάρδα σε σκόνη, αλάτι, ξύδι, λεμόνια, νερό, πιπέρι, άσπρο)

Στο φούρνο:

- Σουπιές πλακί (σουπιές, ελαιόλαδο, σπανάκι, μαϊντανό, κρεμμύδια, άνηθος ή μάραθος, ντομάτα πελτέ)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Ζυμαρικά

- Μακαρόνια σάλτσα (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αλάτι, ντομάτα πελτές, σέλινο, κρεμμύδια, κανέλα. Η σάλτσα γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε το κρεμμύδι στο βούτυρο, προσθέτουμε την ντομάτα με λίγο νερό, το σέλινο, την κανέλα, και αλάτι, τα ανακατεύουμε μέχρι να πάρουν βράση.)
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα ψιλή, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο)
- Μακαρόνια τεμπάλ (μακαρόνια χονδρά, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, συκωτάκια αρνίσια, κρεμμύδια, φύλλο κρούστα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Σπαγγέτο γιουβέτσι-σκέτο(μακαρόνια σπαγέτο, βούτυρο, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μπορούμε να προσθέσουμε τυρί τριμμένο)
- Μακαρόνια κιμά
- Αρνί γιουβέτσι πάστα
- Αρνί βραστό
- Αρνί βραστό, σαλάτα σέσκουλα
- Μοσχάρι βραστό

Ρύζι

- Πιλάφι σάλτσα (ρύζι, βούτυρο, ντομάτα πελτέ, σέλινο, καρότα, αλάτι, πιπέρι)
- Πιλάφι γιαούρτι (ρύζι, βούτυρο, αλάτι, γιαούρτι)
- Ντομάτες γεμιστές (ντομάτες, ρύζι, κουκουνάρι, σταφίδα, ελαιόλαδο, μαϊντανός, δυόσμος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές)
- Σούπα αυγολέμονο με φιδέ ή όρυζα (πάστα ή φιδέ ή όρυζα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, αλάτι
- Γαλόσουπα αυγολέμονο (ζωμός από γαλόπουλο, ρύζι ή πάστα, αλάτι, αυγά, λεμόνια)
- Ψαρόσουπα αυγολέμονο (ρύζι, αυγά, λεμόνια, ζωμός από ψάρι)
- Πιλάφι πλατάρια (ρύζι, βούτυρο, ντομάτα πελτέ, πλατάρια πουλιών, κρεμμύδια, αλάτι)
- Πιλάφι συκωτάκια
- Ντολμάδες αυγολέμονο
- Κολοκυθάκια γεμιστά αυγολέμονο

- Αρνί βραστό
- Αρνί βραστό, σαλάτα σέσκουλα
- Μοσχάρι βραστό

Αλεύρι

- Σπανακόπητα-είναι νηστίσιμη (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, κρεμμύδια ξερά, μαϊντανό, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, φύλλον κρούστας. Μπορεί να γίνει και μη νηστίσιμη αν προσθέσουμε βούτυρο αντί για λάδι και αυγά, και να θέλουμε και τυρί)
- Μακαρόνια τεμπάλ (μακαρόνια χονδρά, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, συκωτάκια αρνίσια, κρεμμύδια, φύλλο κρούστα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)

Σάλτσες

- Μπεσαμελ
- Αυγά αλά βελουτέ
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά. Με το αλεύρι το γάλα και το βούτυρο φτιάχνουμε την μπεσαμέλ. Πρόκειται για μια ζύμη αραιά, στην οποία ρίχνουμε τον κιμά και τα ανακατεύουμε όλα μαζί)

Διάφορα

- Κοτολέτες πουρέ πανέ
- Μουσακάς από κολοκυθάκια (για την μπεσαμέλ χρησιμοποιείται αλεύρι)
- Βακαλάος τηγανιτός
- Ψάρι τηγανιτό
- Μαρίδες τηγανιτές
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin
- Πουρέ σπανάκι

ΟΣΠΡΙΑ

- Φασόλια σούπα (φασόλια, σέλινο, κρεμμύδια, καρότα, ντομάτα πελτές, ελαιόλαδο)
- Ρεβίθια σούπα (ρεβίθια, κρεμμύδια, ελαιόλαδο, λεμόνια, αλάτι, σόδα)
- Σούπα πουρέ ρεβίθια (ρεβίθια, ελαιόλαδο, λεμόνια, αλάτι, σόδα)
- Σούπα φακές (φακές, ελαιόλαδο, ξύδι, σκόρδα, ρίγανη, δάφνη, αλάτι, κρεμμύδια)

ΑΥΓΑ

Στο τηγάνι:

- Αυγά μάτια πουρέ (αυγά, βούτυρο, αλάτι, σερβίρουμε με πουρέ σπανάκι)
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά. Με το αλεύρι το γάλα και το βούτυρο φτιάχνουμε την πεσαμέλα ή μπεσαμέλ. Πρόκειται για μια ζύμη αραιά, στην οποία ρίχνουμε τον κιμά και τα ανακατεύουμε όλα μαζί. Ετοιμάζουμε ομελετα, θέτουμε τον ανάλογο κιμά μέσα στην καθεμία την περιτυλίσσουμε και την σερβίρουμε)

Στη κατσαρόλα:

- Αυγά αλά βελουτέ (αυγά, βούτυρο, γάλα, τύρος κεφάλι, αλεύρι, βούτυρο, αυγά, σάλτσα σπανιόλα, σερβίρουμε τη σάλτσα με αυγά μάτια)

Διάφορα

- Σάλτσα μαγιονέζα
- Κοτολέτες πουρέ πανέ (κρέας παιδάκια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αυγά, πατάτες, αλεύρι, γάλα, γαλέτα, μοσχοκάρυδο. Πανάρουμε τα παιδάκια σε χτυπημένα αυγά και την γαλέτα και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Κεφτέδες φούρνου με αυγά (κιμάς, μαϊντανό, δυόσμος, κρεμμύδια, σκόρδο, βούτυρο, αυγά τα οποία τα χτυπάμε και περιχύνουμε τους κεφτέδες)
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα ψιλή, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο)
- Μακαρόνια τεμπάλ (μακαρόνια χονδρά, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, συκωτάκια αρνίσια, κρεμμύδια, φύλλο κρούστα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Σπανακόπητα μη νηστίσιμη (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, κρεμμύδια ξερά, μαϊντανό, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, φύλλον κρούστας. Μπορεί να γίνει και μη νηστίσιμη αν προσθέσουμε βούτυρο αντί για λάδι και αυγά, και να θέλουμε και τυρί)

Αυγολέμονο

- Σούπα αυγολέμονο με φιδέ ή όρυζα(πάστα ή φιδέ ή όρυζα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, αλάτι
- Γαλόσουπα αυγολέμονο (ζωμός από γαλόπουλο, ρύζι ή πάστα, αλάτι, αυγά, λεμόνια)
- Ψαρόσουπα αυγολέμονο (ρύζι, αυγά, λεμόνια, ζωμός από ψάρι)
- Κολοκυθάκια γεμιστά αυγολέμονο
- Ντολμάδες αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, μαϊντανός, κρεμμύδια, αυγά, λεμόνια, λάχανο ή κληματόφυλλα, βούτυρο)
- Μοσχάρι βραστό(κρέας, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, πατάτες, ρύζι ή πάστα, στο τέλος ρίχνουμε αυγολέμονο)

- Γουρουνόπουλο αντίδια ή σέλινο αυγολέμονο (κρέας χοίρου, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί αντίδια, σέλινο, ραδίκια αυγολέμονο(αρνί, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί βραστό
- Αρνί βραστό, σαλάτα σέσκουλα(κρέας, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, πατάτες, ρύζι ή πάστα, στο τέλος ρίχνουμε αυγολέμονο)
- Αρνί με κρόμμυα και γεώμηλα (κρέας, κρόμμυα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, κορνφλάουρ, γεώμηλα)

Μαγιονέζα

- Γλώσσες τηγανιτές (τα αυγά χρησιμοποιούνται για μαγιονέζα)
- Γαρίδες μαγιονέζα (γαρίδες, ξύδι, αλάτι, δάφνη. Βράζουμε τις γαρίδες με νερό και ξύδι, δάφνη και αλάτι. Για τη μαγιονέζα: λάδι, αυγά, μουστάρδα σε σκόνη, αλάτι, ξύδι, λεμόνια, νερό, πιπέρι, άσπρο)

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Γάλα

- Αυγά αλά βελουτέ (αυγά, βούτυρο, γάλα, τύρος κεφάλι, αλεύρι, βούτυρο, αυγά, σάλτσα σπανιόλα, σερβίρουμε τη σάλτσα με αυγά μάτια)
- Πουρέ πατάτας (πατάτες, βούτυρο, γάλα και μοσχοκάρυδο)
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά. Με το αλεύρι το γάλα και το βούτυρο φτιάχνουμε την πεσαμέλα ή μπεσαμέλ. Πρόκειται για μια ζύμη αραιά, στην οποία ρίχνουμε τον κιμά και τα ανακατεύουμε όλα μαζί)
- Μουσακάς από κολοκυθάκια
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα ψιλή, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ σπανάκι(σπανάκι, βούτυρο, γάλα, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, αλεύρι)

Γιαούρτι

- Πιλάφι γιαούρτι (ρύζι, βούτυρο, αλάτι, γιαούρτι)

Τυρί

- Αυγά αλά βελουτέ (αυγά, βούτυρο, γάλα, τύρος κεφάλι, αλεύρι, βούτυρο, αυγά, σάλτσα σπανιόλα, σερβίρουμε τη σάλτσα με αυγά μάτια)
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά)
- Σπανακόπιτα μη νηστίσιμη
- Μουσακάς από κολοκυθάκια
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin
- Μακαρόνια τεμπάλ
- Μακαρόνια κιμά
- Μακαρόνια σάλτσα

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Βραστά:

- Σούπα μπιζέλια (μπιζέλια, ελαιόλαδο, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, λεμόνια, αλάτι)

Στη κατσαρόλα:

- Πουρέ σπανάκι (σπανάκι, βούτυρο, γάλα, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, αλεύρι. Το σερβίρουμε με αυγά τηγανιτά ή ποσσέ, με μυαλά τηγανιτά, ή βραστά με κεφτέδες κτλ.)
- Σπανακόρυζο (σπανάκι, ρύζι, ελαιόλαδο, κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο, λεμόνια)
- Κοτολέτες πουρέ πανέ (κρέας παιδάκια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αυγά, πατάτες, αλεύρι, γάλα, γαλέτα, μοσχοκάρυδο. Πανάρουμε τα παιδάκια σε χτυπημένα αυγά και την γαλέτα και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Σε μια άλλη κατσαρόλα ετοιμάζουμε πουρέ από πατάτες, βούτυρο, γάλα και μοσχοκάρυδο)

Στο φούρνο:

- Σπανακόπητα-είναι νηστίσιμη (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, κρεμμύδια ξερά, μαϊντανό, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, φύλλον κρούστας. Μπορεί να γίνει και μη νηστίσιμη αν προσθέσουμε βούτυρο αντί για λάδι και αυγά, και να θέλουμε και τυρί)
- Ντομάτες γεμιστές (ντομάτες, ρύζι, κουκουνάρι, σταφίδα, ελαιόλαδο, μαϊντανός, δυόσμος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές)

Στο τηγάνι:

- Γαλόπουλο μπριζέ πατάτες (ροδίζουμε το γαλόπουλο στο τηγάνι, το θέτουμε στη κατσαρόλα, σβήνουμε το βούτυρο με κρασί, ρίχνουμε ντομάτα λιωμένη και νερό, αλάτι, πιπέρι, σέλινο, καρότα. Αφήνουμε να βράσει και σερβίρουμε με γεώμηλα τα οποία έχουμε τηγανίσει με το λίπος)

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ΚΑΙ ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ

Κουκουνάρια

- Ντομάτες γεμιστές (ντομάτες, ρύζι, κουκουνάρι, σταφίδα, ελαιόλαδο, μαϊντανός, δυόσμος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές)

Σταφίδες

- Ντομάτες γεμιστές (ντομάτες, ρύζι, κουκουνάρι, σταφίδα, ελαιόλαδο, μαϊντανός, δυόσμος, κρεμμύδια, ντομάτα πελτές)

ΛΙΠΗ

Λάδι

- Βακαλάος τηγανιτός
- Γλώσσες τηγανιτές
- Ψάρι τηγανιτό
- Τσιπούρες σχάρας
- Σουπιές πλακί (σουπιές, ελαιόλαδο, σπανάκι, μαϊντανό, κρεμμύδια, άνηθος ή μάραθος, ντομάτα πελτέ)
- Ψάρι βραστό γαρνιτούρα (ψάρι, ελαιόλαδο, πατάτες, κολοκυθάκια, καρότα, σέλινο, κρεμμύδια, αλάτι, λεμόνια)
- Μαρίδες τηγανιτές
- Γαρίδες μαγιονέζα (για τη μαγιονέζα χρησιμοποιείται λάδι)
- Ντομάτες γεμιστές
- Φασόλια σούπα
- Ρεβίθια σούπα
- Σούπα πουρέ ρεβίθια
- Σούπα μπιζέλια
- Σούπα φακές
- Σπανακόπητα-είναι νηστίσιμη
- Σπανακόρυζο

Βούτυρο

- Μοσχάρι κατσαρόλας (κρέας, βούτυρο, ντομάτα, σέλινο)
- Γουρουνόπουλο αντίδια ή σέλινο αυγολέμονο(κρέας χοίρου, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί καπαμά (κόβουμε το κρέας σε μερίδες και το τσιγαρίζουμε με βούτυρο. Αφαιρούμε το κρέας από το τηγάνι και ρίχνουμε κρασί μαύρο, το υπόλοιπο βούτυρο, ντομάτα και αφήνουμε να πάρουν βράσει. Τα μεταφέρουμε στη κατσαρόλα με το κρέας, 2 κρεμμύδια με καρφωμένη κανέλα, γαρύφαλλα, σέλινο και αφήνουμε να βράσουν)
- Αρνί κολοκυθάκια (κόβουμε το κρέας σε μερίδες, καβουρδίζουμε με βούτυρο και κρεμμύδια, ρίχνουμε τη ντομάτα, μαϊντανό και νερό, αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσει. Τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι και τα ρίχνουμε μαζί με το κρέας)
- Αρνί με κρόμμυα και γεώμηλα (κρέας, κρόμμυα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, κορνφλάουρ, γεώμηλα βραστά)
- Αρνί μπάμιες (κρέας, βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, κρεμμύδια. Αφού μισοβράσει το κρέας ρίχνουμε τις μπάμιες τις οποίες έχουμε πλύνει με ξύδι και αλάτι, και τηγανίσει με ελαιόλαδο)
- Αρνί κουνουπίδι (κόβουμε το κρέας σε μερίδες, καβουρδίζουμε με βούτυρο και κρεμμύδια, ρίχνουμε τη ντομάτα και νερό, αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε να σιγοβράσει. Έχουμε τηγανισμένο κουνουπίδι με ελαιόλαδο σε τεμάχια, τον θέτουμε στη κατσαρόλα με το κρέας και αφήνουμε να βράσουν καλά)
- Αρνί αντίδια, σέλινο, ραδίκια αυγολέμονο(αρνί, σέλινο ή αντίδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνια, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι)
- Κολοκυθάκια γεμιστά αυγολέμονο (κρέας κιμάς, ρύζι, μαϊντανός, δυόσμος, κολοκυθάκια, αυγά, κρεμμύδια, λεμόνια, κορνφλάουρ, βούτυρο. Γεμίζουμε τα κολοκυθάκια με τη γέμιση, και ψήνουμε στη χύτρα με βούτυρο και νερό. Αποσύρουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε αυγολέμονο που έχουμε ετοιμάσει με το ζωμό)
- Μακαρόνια κιμά (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, κιμάς, ντομάτα πελτέ, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο ή κανέλα)
- Ντολμάδες αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, μαϊντανός, κρεμμύδια, αυγά, λεμόνια, λάχανο ή κληματόφυλλα, βούτυρο, γεμίζουμε τους ντολμάδες, τους ψήνουμε με βούτυρο και νερό στη κατσαρόλα και περιχύνουμε με αυγολέμονο)
- Ομελέτα με κιμά (κιμάς μοσχαρίσιος, βούτυρο, ντομάτα, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, τυρί κεφαλίσιο, αυγά. Με το αλεύρι το γάλα και το βούτυρο φτιάχνουμε την πεσαμέλα ή μπεσαμέλ. Πρόκειται για μια ζύμη αραιά, στην οποία ρίχνουμε τον κιμά και τα ανακατεύουμε όλα μαζί)
- Πιλάφι συκωτάκια (συκωτάκια από αρνί ή πουλιών, βούτυρο, ντομάτα, κρεμμύδια, αλάτι, πιπέρι, ρύζι)
- Αρνί γιουβέτσι πάστα (κρέας, βούτυρο, πάστα, ντομάτα πελτέ)
- Αρνί ψητό πατάτες (κρέας, βούτυρο, πατάτες, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι)
- Γουρουνόπουλο φούρνου (κρέας, βούτυρο)
- Κεφτέδες φούρνου με αυγά (κιμάς, μαϊντανό, δυόσμος, κρεμμύδια, σκόρδο, βούτυρο, αυγά τα οποία τα χτυπάμε και περιχύνουμε τους κεφτέδες)
- Μουσακάς από κολοκυθάκια (κιμάς από μοσχάρι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα, κρεμμύδια, μοσχοκάρυδο, μαϊντανός, πελτές ντομάτας, ελαιόλαδο, κολοκυθάκια, αλάτι, πιπέρι, αυγά, τυρί κεφαλίσιο. Μαγειρεύουμε τον κιμά με ντομάτα, βούτυρο, νερό, κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι σε μια κατσαρόλα. Τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια και τα στρώνουμε στην βάση του ταψιού. Προσθέτουμε τον κιμά και σκεπάζουμε με μια άλλη στρώση από κολοκυθάκια. Ετοιμάζουμε πεσαμέλα ή αλλιώς μπεσαμέλ την οποία την ρίχνουμε πάνω από το στρώμα με τα κολοκυθάκια. Προσθέτουμε λίγο τυρί τριμμένο και βούτυρο και βάζουμε στο φούρνο).

- Μακαρόνια τεμπάλ (μακαρόνια χονδρά, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, συκωτάκια αρνίσια, κρεμμύδια, φύλλο κρούστα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Κοτολέτες πουρέ πανέ (κρέας παιδάκια, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αυγά, πατάτες, αλεύρι, γάλα, γαλέτα, μοσχοκάρυδο. Πανάρουμε τα παιδάκια σε χτυπημένα αυγά και την γαλέτα και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο. Σε μια άλλη κατσαρόλα ετοιμάζουμε πουρέ από πατάτες, βούτυρο, γάλα και μοσχοκάρυδο)
- Γαλόπουλο μπριζέ πατάτες (ροδίζουμε το γαλόπουλο στο τηγάνι, το θέτουμε στη κατσαρόλα, σβήνουμε το βούτυρο με κρασί, ρίχνουμε ντομάτα λιωμένη και νερό, αλάτι, πιπέρι, σέλινο, καρότα. Αφήνουμε να βράσει και σερβίρουμε με γεώμηλα τα οποία έχουμε τηγανίσει με το λίπος)
- Ορτύκια αρακά (ορτύκια, βούτυρο, ντομάτα, κρασί μαύρο, αλάτι, πιπέρι, αρακάς)
- Πιλάφι πλατάρια (ρύζι, βούτυρο, ντομάτα πελτέ, πλατάρια 4 πουλιών, κρεμμύδια, αλάτι)
- Συναγρίδα ή ροφός αλά οριεντάλ (κόβουμε σε φέτες το ψάρι και τοποθετούμε στο ταψί με βούτυρο, ντομάτα φρέσκια, ντομάτα πελτές, κρασί μαύρο, μαϊντανός, κρεμμύδια, λεμόνια. Τη σάλτσα την κάνουμε ως εξής: καβουρδίζουμε το κρεμμύδι με λίγο βούτυρο, σβήνουμε με το κρασί, ρίχνουμε και τον πελτές ντομάτας, με λίγο νερό, καθώς και την ντομάτα με λίγο μαϊντανό)
- Γλώσσες τηγανιτές (γλώσσες ψάρι, ελαιόλαδο, γαλέτα, λεμόνια, αλάτι, αυγά. Μπορούμε να τις τηγανίσουμε και με βούτυρο. Σερβίρουμε με λεμόνι, μαϊντανό, και σάλτσα μαγιονέζα αραιωμένη με λίγο άσπρο κρασί ή νερό)
- Μακαρόνια σάλτσα (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αλάτι, ντομάτα πελτές, σέλινο, κρεμμύδια, κανέλα. Η σάλτσα γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε το κρεμμύδι στο βούτυρο, προσθέτουμε την ντομάτα με λίγο νερό, το σέλινο, την κανέλα, και αλάτι, τα ανακατεύουμε μέχρι να πάρουν βράση.)
- Παστίτσιο μακαρόνια au gratin (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί κεφάλι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα ψιλή, αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο)
- Σπαγγέτο γιουβέτσι-σκέτο(μακαρόνια σπαγέτο, βούτυρο, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, κρεμμύδια, μπορούμε να προσθέσουμε τυρί τριμμένο)
- Πιλάφι σάλτσα (ρύζι, βούτυρο, ντομάτα πελτέ, σέλινο, καρότα, αλάτι, πιπέρι)
- Πιλάφι γιαούρτι (ρύζι, βούτυρο, αλάτι, γιαούρτι)
- Σούπα αυγολέμονο με φιδέ ή όρυζα (πάστα ή φιδέ ή όρυζα, βούτυρο, αυγά, λεμόνια, αλάτι
- Αυγά μάτια (όπως η παρακάτω)
- Αυγά μάτια πουρέ (αυγά, βούτυρο, αλάτι, σερβίρουμε με πουρέ σπανάκι)
- Αυγά αλά βελουτέ (αυγά, βούτυρο, γάλα, τύρος κεφάλι, αλεύρι, βούτυρο, αυγά, σάλτσα σπανιόλα, σερβίρουμε τη σάλτσα με αυγά μάτια)
- Πουρέ σπανάκι (σπανάκι, βούτυρο, γάλα, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, αλεύρι. Το σερβίρουμε με αυγά τηγανιτά ή ποσσέ, με μυαλά τηγανιτά, ή βραστά με κεφτέδες κτλ.)
- Σπανακόπητα-είναι νηστίσιμη (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδια φρέσκα, κρεμμύδια ξερά, μαϊντανό, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, φύλλον κρούστας. Μπορεί να γίνει και μη νηστίσιμη αν προσθέσουμε βούτυρο αντί για λάδι και αυγά, και να θέλουμε και τυρί)

Λίπος

- Γαλόπουλο μπριζέ πατάτες (ροδίζουμε το γαλόπουλο στο τηγάνι, το θέτουμε στη κατσαρόλα, σβήνουμε το βούτυρο με κρασί, ρίχνουμε ντομάτα λιωμένη και νερό, αλάτι, πιπέρι, σέλινο, καρότα. Αφήνουμε να βράσει και σερβίρουμε με γεώμηλα τα οποία έχουμε τηγανίσει με το λίπος)

Παράρτημα 6: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Τσελεμεντέ Ν., 1938

Οδηγός Μαγειρικής Ν. Τσελεμεντέ 8η έκδοση, 1938

Ζωμοί:

- Ζωμός κονσομέ (Γαλλική μαγειρική: βοδινό, καρότα, κρεμμύδια, πράσο, σέλινο)
- Κονσομέ κολμπερ (κονσομέ όπως ανωτέρω, χόρτα julienne, 1 αυγό ποσέ)
- Κονσομέ ζενουαζ (κονσομέ, μπιζέλια, πάστα ιταλική, μαϊντανό)
- Κονσομέ αμπασαντερ (κονσομέ, κόκαλλα πουλερικών, ταπιόκα, τρούφες, μανιτάρια, ψαχνά πουλερικών, μαυροδάφνη)
- Κοσνομέ ρουαγιαλ (κονσομέ, κρέμα ρουαγιαλ: αυγά, γάλα, βούτυρο)
- Κονσομέ ζερμαιν (κονσομέ τον οποίο γαρνίρουμε με κρέμα ρουαγιάλ, μπιζέλια, κενέλ και μαϊντανό)
- Κονσομέ εμπεριαλ (κονσομέ, κόκαλα πουλερικών, κρούστες και νεφρά πουλερικών κενέλ)
- Κονσομε οριενταλ (κονσομέ, ρύζι, αυγά σφικτά, μυαλά βρασμένα, κρουτόν, τυρί κασκαβάλι ή παρμεζάνα)
- Κονσομέ φλωρεντίν (κονσομέ, μαυροδάφνη, γλώσσα καπνιστή ή ζαμπόν, μπιζέλια, φύλλα σπανακιού)
- Κονσομέ ζυαννιτα (κονσομέ, ντομάτες, φιδέ, κρέμα ρουαγιαλ)
- Κονσομέ ροσίνι (κονσομέ, μαυροδάφνη, προφιτερόλ γεμισμένα με φάρσα φουα-γκρα, εστραγκόν)
- Κονσομέ εις φλιτζάνια (κονσομέ διαυγής)
- Κοσνομέ τοματε (κονσομέ με ντομάτα)
- Κονσομέ ζυλιεν (κονσομέ, καρότα, σέλινα, πατάτες, λάχανο, κρεμμύδι, κομμένα σε λωρίδες στο μέγεθος του σπίρτου, βούτυρο)
- Ζωμός βοείου κρέατος στιγμιαίως (κρέας χωρίς πάχη, τον κόβουμε σε κιμά, τον βράζουμε με αλάτι, τον περνάμε από τουλπάνι και τον δίνουμε στον ασθενή)
- Ζωμός βοείου κρέατος αμερικάνικος(κόβουμε το κρέας σε κιμά, προσθέτουμε νερό, αλάτι, και το αφήνουμε να βράσει)
- Ζωμός πουλερικών ελαφρός (1 κοτόπουλο καθαρισμένο, 1 καρότο, σέλινο, πράσο, κρεμμύδι. Δίνουμε μόνο το ζωμό σε αυτούς που έχουν ευαίσθητο στομάχι)

1. ΚΡΈΑΣ (βοδινό, μοσχαρίσιο, πρόβειο, χοιρινό)

Κρέας βραστό:

Βοδινό:

- Σούπα με βραστό
- Μπορς ρωσικόν (βούτυρο, λάχανο, παντζάρια, πατάτες, σέλινο, ντομάτα, καρότα, κρεμμύδια, ξύδι, μαϊντανό)
- Pot au feu (Γαλλική μαγειρική: βοδινό, 1 όρνιθα, νερό, καρότα, πράσα, ρέβες, σέλινο, λάχανο, κρεμμύδια)
- Βραστό με σάλτσα ρομπέρ

Μοσχάρι

- μοσχάρι μπλανκετ (βράζουμε το κρέας και το σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, γάλα, αυγά και χυμό λεμονιού)
- μοσχάρι φρικασέ (το βράζουμε σε νερό, προσθέτουμε καρότα, κρεμμύδια, βούτυρο, σέλινο, αλεύρι)
- δαμαλάκι βραστό με χόρτα

Αρνί:

- Αρνί βραστό με χόρτα (κρεμμύδια, πατάτες, καρότα, λάχανο, ρίζα σέλινου, μαϊντανό, κορν φλαουρ, γάλα, λεμόνι, βούτυρο)
- Αρνί στήθος βραστό (κρέας, πατάτες, κρεμμύδια, καρότα, ρίζες σέλινου, αυγολέμονο)
- Αρνί μπούτι βραστό με σάλτσα (αγγλικός τρόπος. Βράζουμε το κρέας με χόρτα)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Σούπα πασχαλινή 1ος τρόπος (πόδια αρνιού, κοιλιά, αλεύρι, εντόσθια, βούτυρο, άνηθο, ρύζι, αυγολέμονο. Προστίθεται γάλα μετά το αυγολέμονο και για λάβει κρεμώδη όψη. Συνηθίζεται επίσης και η προσθήκη γιαουρτιού αντί γάλακτος)
- Κονσομε οριενταλ (κονσομέ, ρύζι, αυγά σφικτά, μυαλά βρασμένα, κρουτόν, τυρί κασκαβάλι ή παρμεζάνα)
- Αρνί λαιμός και κότσια βραστά
- αρνιού ποδαράκια αυγολέμονο (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα που ετοιμάζουμε με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και βούτυρο
- μοσχαρίσια πόδια αυγολέμονο
- κεφαλή μοσχαριού αυγολέμονο (αφού βράσουμε την κεφαλή, την σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι ζωμό, αυγολέμονο και γάλα. Ψαχνά από μάγουλα, γλώσσα και μυαλό τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- πηκτή μοσχαριού (χρησιμοποιείται η κεφαλή ή μόνο τα πόδια του μοσχαριού)
- πόδια μοσχαρίσια δια σούπα αυγολέμονο
- πόδια μοσχαρίσια βραστά με σάλτσα βινεγκρέτ (για τη σάλτσα λάδι, ξύδι, αυγά, μαϊντανό)

- πόδια μοσχαρίσια με σάλτσα μπλανκέτ (λεπτές φέτες ψωμιού τηγανιτές σε βούτυρο, σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- γλώσσα βωδινή με κάππαρη
- χοίρου κεφαλή πηκτή
- Μυαλά βραστά
- Μυαλά βραστά με μαύρο βούτυρο
- Μυαλά βραστά με βούτυρο
- Μυαλά με σάλτσα κρέμα (μπεσαμελ με κρόκο, τηγανισμένο ψωμί, τυρί τριμμένο)
- Μυαλά με σάλτσα βινεγκρετ
- Μυαλά με σάλτσα ταρταρ
- Γλυκάδια βραστά (τα σερβίρουμε με βούτυρο)

Κρέας στη κατσαρόλα μαγειρεμένο με ή χωρίς λαχανικά:

Βοδινό:

- ροσμπιφ ξεκοκκαλισμένο (αφού ξεκοκαλιστεί, τυλίγεται σε ρολό και γίνεται στη κατσαρόλα κοκκινιστό με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο και ντομάτα, συνοδεύει την μακαρονάδα)
- στιφάδο (παρασκευάζεται με βωδινό κρέας διότι τα κρεμμύδια απαιτούν πολύωρη βράση. Χρειάζεται επίσης αρκετή ντομάτα, 1 φλιτζανάκι ξύδι, 2-3 σκελίδες σκόρδο, φύλλα δάφνης, 3-4 γαρύφαλλα)

Μοσχάρι:

- σέλινο με κρέας αυγολέμονο (βούτυρο, αλεύρι, σάλτσα αυγολέμονο, γάλα, σέλινα)
- μοσχάρι ραγού διάφορα χόρτα (κρέας, πατάτες, καρότα, φασόλια πράσινα, 3-4 ντομάτες, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, βούτυρο)
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγγέτο(βούτυρο ή πάχος, κρασί, ντομάτα, σπαγγέτι, τυρί τριμμένο)
- μοσχάρι με μπιζέλια πουρέ (βούτυρο ή πάχος χοιρινό, κρεμμύδι, κρασί, ντομάτα πελτέ, μαϊντανό, κρασί, νερό, κορν φλαουρ)
- μοσχάρι ραγού με αρακά (μοσχάρι, 2-3 κ. βούτυρο, νερό, ντομάτες, αρακά)
- μοσχάρι με μπιζέλια (καβουρδίζουμε το κρέας με κρεμμύδι και βούτυρο, νερό, ντομάτα, ζάχαρη, μπιζέλια)
- μοσχάρι λαιμός με μπιζέλια (βούτυρο, κρεμμύδια, μοσχάρι, ντομάτες, ζάχαρη, άνηθο, μπιζέλια)
- μοσχάρι φέτα μπραιζέ (βούτυρο, φέτα μοσχαριού, κρεμμύδι, 1-2 καρότα, ρίζες σέλινο, κρασί, ντομάτα πελτέ, ζαμπόν ή λαρδί)
- μοσχάρι νουα πρεντανιερ (βούτυρο, κρέας, καρότο, κρεμμύδι, φασολάκια πράσινα, κολοκυθάκια, αρακά, πατάτες, σέλινο, κρασί, κορν φλαουρ για τη σάλτσα)
- μοσχάρι φρικαντό (μοσχάρι κομμένο σε κομμάτια τα οποία λαρδώνουμε, τα αλευρώνουμε και τα τσιγαρίζουμε σε βούτυρο, βρέχουμε με κρασί, και λίγα χόρτα όπως κρεμμύδι, καρότα, ρίζες σέλινου και ντομάτα και σιγοβράζουμε)
- δαμαλάκι κατσαρόλας (βούτυρο ή πάχος χοιρινού, λεμόνι, κρασί άσπρο, ντομάτα)
- δαμαλάκι ραγού μελιτζάνες (2-3 κρεμμύδια, βούτυρο, ντομάτες, κρέας σε τεμάχια, μελιτζάνες, μαϊντανό, κορν φλαουρ)
- δαμαλάκι μπραιζέ (κοκκινίζουμε το κρέας στο τηγάνι με βούτυρο ή πάχος, το βάζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό και δάφνη, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, και σιγοψήνουμε)
- δαμαλάκι ραγού πατάτες (καβουρδίζουμε το κρέας με το κρεμμύδι και βούτυρο, προσθέτουμε νερό, και σιγοβράζουμε. Κόβουμε πατάτες, για να μη λιώσουν μπορούμε να στύψουμε λεμόνι)
- δαμαλάκι αντζέμ πιλάφι (καβουρδίζουμε τα τεμάχια κρέατος με κρεμμύδι και βούτυρο, ρίχνουμε νερό, ντομάτες, και σιγοψήνουμε. Περνάμε από το τρυπητήρι και μένουν τα κρεμμύδια και οι ντομάτες στο τρυπητό. Στο ζωμό ρίχνουμε το κρέας και το ρύζι μαζί με βούτυρο και αφήνουμε μέχρι να απορροφηθεί όλο το υγρό)
- δαμαλάκι με κυδώνια (κυδώνια, καβουρδίζουμε το κρέας με βούτυρο, προσθέτουμε νερό ώστε να καλυφτούν τα κυδώνια, ζάχαρη, αλάτι, και αφήνουμε να σιγοβράσει)

Χοιρινό

- Χοιρινό σέλινο αυγολέμονο (με βούτυρο)

Αρνί:

- αρνί εντράδα με διάφορα χόρτα (αρνί, πατάτες, φασόλια, κολοκυθάκια, μπιζέλια, κρεμμύδια, καρότα, ντομάτα, βούτυρο)
- αρνί με ντομάτες γλασέ (βούτυρο, κρασί, αλεύρι, αρνί, ντομάτες)
- αρνί τας κεμπάπ (βούτυρο, αρνί, κρεμμύδια, κρασί, ντομάτες, μαϊντανό. Τουρκικής ονομασίας, συνδυάζεται με πιλάφι)
- αρνί πλάτη κοκκινιστή με κρασί (βούτυρο, πλάτη αρνιού, λεμόνι, κρασί άσπρο)
- αρνί σπάλα γεμιστή (σπάλα γεμιστή, βούτυρο, λεμόνι, κρασί, ντομάτα)
- αρνί με φασόλια ξηρά (βούτυρο, κρεμμύδια, κρέας, αλεύρι, μαϊντανό, δυόσμο, φασόλια βρασμένα)
- αρνί με φασολάκια (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, φασολάκια, δένουμε με κορν φλαουρ)
- αρνί κατσαρόλας γαρνι (μπούτια αρνιού, βούτυρο ή πάχος, κρεμμύδι, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)
- αρνί με αγκινάρες αυγολέμονο (αρνί, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, αλεύρι, αγκινάρες, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, λεμόνι, αυγολέμονο. Μπορούμε να ρίξουμε στο αυγολέμονο γάλα ή γιαούρτι)

- αρνί αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, αρνί, αλεύρι, αντίδια, αυγολέμονο, κορν φλάουρ, γάλα για να γίνει η σάλτσα λευκότερη ή γιαούρτι. Μπορούμε να μη ρίξουμε καθόλου αυγολέμονο και να ρίξουμε μόνο γιαούρτι)
- φρικασέ αρνί (3-4 κρεμμύδια, 3-4 καρότα, ρίζες σέλινο, άνηθο, δάφνη, για τη σάλτσα αλεύρι, ζωμό φαγητού, γάλα, 1 κρόκο αυγού, ζωμό λεμονιού, κορν φλαουρ, γιαούρτι)
- φρικασέ με μαρούλια (κρέας, 4-5 κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, μαρούλια καθαρισμένα, άνηθο, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ)
- μελιτζάνες με κρέας (όπως εντράδες, με μελιτζάνες, ντομάτα φρέσκη ή πουρέ, μαϊντανό)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- μυαλά με βούτυρο σωτέ
- συκωτάκια μοσχαρίσια σωτέ (σάλτσα εσπανιολ, σωτάρουμε τα συκωτάκια στην κατσαρόλα, ρίχνουμε την σάλτσα, ανακατεύουμε, και σερβίρουμε)
- νεφρά σωτέ με σάλτσα (όπως συκωτάκια σωτέ)

Κιμάς

- ντολμάδες με φύλλα μαρουλιών (φύλλα μαρουλιών, κιμάς, ρύζι, κρεμμύδια, άνηθο, μαϊντανό, δυόσμο, φύλλα μαρουλιών, αυγό, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς χοιρινός, κρεμμύδια, ρύζι, 2 ασπράδια αυγού, λάχανο, βούτυρο, η άσπρη σάλτσα γίνεται με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και ζωμό από τους ντολμάδες)
- Ντολμάδες κλιματόφυλλα (κιμάς, κρεμμύδι, ασπράδι αυγού, βούτυρο, ρύζι, δυόσμο. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, χυμό λεμονιού και κρόκο αυγού)
- Μελιτζάνες γεμιστές (γέμιση με κιμά, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, βούτυρο, αφήνουμε να βράσουν στην κατσαρόλα, και δένουμε τη σάλτσα με κορν φλαουρ)
- Μαρούλια γεμιστά (σαλάτες, γέμιση με κιμά, ρύζι, ασπράδι αυγού, κρεμμύδι, βούτυρο για το ψήσιμο στη κατσαρόλα, σάλτσα άσπρη αυγολέμονο)
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (η γέμιση γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια σε βούτυρο, ρίχνουμε τον κιμά, ντομάτα, κρασί, γαλέτα, τα κουκουνάρια και λίγες σταφίδες, και κανέλα)
- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φυστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Γαλαντίνα με ζελέ (όπως γαλαντίνα πουλερικών)
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- Πιλάφι με κιμά (ο κιμάς γίνεται με βούτυρο, κρεμμύδια, ντομάτα, μαϊντανό)
- Μακαρόνια με κιμά
- Ραβιόλια ιταλικά(αλεύρι, τυρί τριμμένο, βούτυρο, κιμάς, αυγά, γαλέτα, σάλτσα ντομάτας, κρασί
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (κιμά, ρύζι, 3-4 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, 3-4 κουταλιές βούτυρο, μαϊντανό, 2 κρόκους, λεμόνι)
- Σουτζουκάκια με αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, 2-3 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, οι κρόκοι για το αυγολέμονο, φύλλα λάχανου άσπρα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Πουλιά γεμιστά με κιμά (όπως πουλιά γεμιστά, η γέμιση γίνεται με κιμά καβουρδισμένο με ντομάτα, κουκουνάρια, γαλέτα, κανέλα, βούτυρο)

Κρέας ψητό στο φούρνο:

Βοδινό:

- ροσμπιφ Αγγλικού τρόπου(ψήνεται στο φούρνο με ανάλογο λίπος, αλάτι, πιπέρι και νερό)
- φιλέτο βωδινό πρεντανιερ (το ψήνουμε χωρίς λιπαρή ύλη)

Μοσχάρι:

- μοσχάρι στήθος γεμιστό (η γέμιση γίνεται με γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδι, 1 αυγό, κουκουνάρια, ½ ποτήρι γάλα, μοσχοκάρυδο

Χοιρινό:

- γουρουνόπουλο ψητό φούρνου γεμιστό (η γέμιση γίνεται με ρύζι, 8-10 λουκάνικα καπνιστά, το αλείφουμε με λίπος χοιρινό)

Αρνί:

- λαμπριάτικο αρνί γεμιστό (βούτυρο, κρεμμυδάκια, γέμιση με ρύζι, εντόσθια, άνηθο, μαϊντανό, δυόσμο)
- αρνί φούρνου με ντομάτα (αρνί, πατάτες, λεμόνι, μαϊντανό, δυόσμο, βούτυρο)
- αρνί σέλα γεμιστή (σέλα αρνιού με το συκώτι, ρύζι, 1 κρεμμύδι, σταφίδες μαύρες και κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, βούτυρο)
- σέλα αρνιού γαρνί (βούτυρο ή πάχος)
- αρνί μπούτι στο χαρτί (λάδι, μαϊντανό, λεμόνι, σκόρδο, ρίγανη, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι, το ψήνουμε στο φούρνο. Μπορεί να προστεθεί τυρί φέτα τρίμματα όταν το τυλίγουμε στο χαρτί)
- αρνί στο χαρτί φούρνου (λάδι, ρίγανη, μαϊντανό, λαδόχαρτο, φέτα τυριού κασέρι είτε κεφαλίσιο)
- σέλα αρνιού πρεντανιερ (σέλα, καρότα, πατάτες, φασόλια, αρακά, βραστά, βούτυρο)
- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)

Κιμάς

- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- χοιρινό πατέ Βιεννουαζ (χοιρινός κιμάς, 1 αυγό, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, γαλέτα, δυόσμο, βούτυρο, κρασί άσπρο)
- ρουλώ ψητό με αυγά (κιμάς βωδινός ή δαμαλιού, χώνουμε αυγά σφιχτά στο κέντρο του ρουλώ, το τυλίγουμε στο αλεύρι και το βάζουμε στο ταψί)
- Αγκινάρες γεμιστές (κιμάς, κρεμμύδι, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, δυόσμο, 15 αγκινάρες)
- Ντομάτες γεμιστές με κιμά (ρύζι, κιμάς, δυόσμο, μαϊντανό, γαλέτα, βούτυρο)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)
- Μελιτζάνες γιαρίκ (ένα από τα φαγητά της ανατολικής μαγειρικής τηγανίζουμε τις μελιτζάνες με λάδι, τις βάζουμε σε ταψί, τις γεμίζουμε με κιμά, γαλέτα, τυρί τριμμένο και κανέλα. Τις περιλούουμε με βούτυρο ή λάδι και πουρέ ντομάτας και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τηγανίζουμε τις μελιτζάνες, τις στρώνουμε στο ταψί, βάζουμε μια στρώση κιμά, άλλη μια στρώση μελιτζάνες, κιμά και μπεσαμελ με 2 κρόκους, γαλέτα, βούτυρο και τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά με πατάτες (τηγανίζουμε τις πατάτες, τις στρώνουμε στο ταψί, από πάνω κιμά, μπεσαμέλ με 2 κρόκους, τυρί, γαλέτα, βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά κολοκυθο-ντομάτες(τηγανισμένες ντομάτας αφού τις αλευρώσουμε, τις στρώνουμε ανάμεικτα με κολοκύθια τηγανιτά, ο μουσακάς αποτελειώνει όπως οι άλλες μουσακάδες)
- Γαλόπουλο γεμιστό με κιμά (η γέμιση γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια στη κατσαρόλα με λίγο βούτυρο, ρίχνουμε τον κιμά, ρίχνουμε κρασί, ντομάτα πουρέ ή φρέσκες, νερό, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, γαλέτα ψιλή, κουκουνάρια και λίγες σταφίδες μαύρες)
- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Πατέ λαγού (γέμιση με χοιρινό κιμά, με κουκουνάρια ή φιστίκια, τρούφες, λαρδί, ζαμπόν, κονιάκ ή μαυροδάφνη)
- Πιλάφι μουσακά (πιλάφι με κιμά, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βουτυρωμένο ταψί, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (κιμάς, κρεμμύδια, κρασί, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ, γαλέτα, 2 αυγά)
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ (κιμάς, κρεμμύδια, κρασί, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ, γαλέτα, 2 αυγά)
- Κρεατοπιτάκια (ζύμη σφολιάτα με γέμιση με κιμά που καβουρδίζουμε σε βούτυρο με κρεμμύδι, προσθέτουμε κρασί άσπρο και ντομάτα)
- Κρεπ κανελόνια γεμιστά (αλεύρι, γάλα, 3 αυγά, γέμιση με κιμά, μπεσαμελ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Κεφτέδες φούρνου (κιμάς, αυγά, βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- αρνί κεφαλάκι ρηγανάτο (λάδι, ντομάτα, κεφαλάκι αρνιού, ρίγανη)
- μυαλά εις κόκκιγια (Γαλλική μαγειρική: μυαλά βραστά, μέσα σε κοκκίγια, μπεσαμέλ, βούτυρο, τυρί τριμμένο, γαλέτα)
- εντόσθια με ρίγανη (εκλέγουμε συκωτάκια αρνιού ή μοσχαριού, γλυκάδια, σπλήνα, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε ρίγανη και λάδι, και τα ψήνουμε στο φούρνο)
- εντόσθια αρνιών ριγανάτα (συκώτι, σπλήνα, καρδιά, γλυκάδια, μπόλια, λεμόνι ή ντομάτα, λάδι, ρίγανη)

Κρέας στο τηγάνι:

Βοδινό:

- μπιφτέκια τηγανιτά σωτέ (τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με βούτυρο)
- φιλε μινιόν μαδέρα (Γαλλική μαγειρική: τα φιλετάκια αλευρώνονται, τηγανίζονται με βούτυρο, και σβήνονται με μαδέρα ή μαυροδάφνη, λίγη ντομάτα και κρασί άσπρο, και σάλτσα εσπανιολ)
- φιλε τουρνεντο καρνω (Γαλλική μαγειρική: φέτες βωδινού φιλέτου που τηγανίζονται με βούτυρο και σερβίρονται επάνω από κρουτόν η βάση αγκινάρας, περιχύνουμε με σάλτσα εσπανιολ με μαδέρα και τρούφα)

Μοσχάρι:

- μοσχάρι με ντομάτες (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε το κρέας με βούτυρο όπως το καπαμά, τα βάζουμε στη κατσαρόλα και ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι και δουλεύουμε με κουτάλα μέχρι να πάρει καστανό χρώμα. Ρίχνουμε κρασί και νερό, προσθέτουμε ντομάτες, ζάχαρη)
- μοσχάρι καπαμά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με βούτυρο τα μέρη του κρέατος. Βάζουμε στο τηγάνι αλεύρι, και ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα. Ρίχνουμε κρασί άσπρο, νερό, ντομάτα, γαρύφαλλα, κανέλα. Αφήνουμε να μειωθεί η σάλτσα.)
- κοτολέτες μοσχαριού σωτέ (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με βούτυρο ή πάχος χοιρινό ή ανάμεικτα. Τις βγάζουμε από το τηγάνι, ρίχνουμε σε αυτό άσπρο κρασί και λίγο αλάτι, και αφού πάρει 2-3 βράσεις, περιλούουμε με τη σάλτσα τις κοτολέτες)

- κοτολέτες μοσχαριού πανέ (πανάρουμε τις κοτολέτες με αυγά και γαλέτα, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα)
- κοτολέτες μοσχαριού με τυρί (πασπαλίζουμε με τυρί τριμμένο και από τις δυο πλευρές τις κοτολέτες, τις πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Σνίτσελ Βιεννέζικα (φέτες μοσχαριού, αλευρώνονται και τηγανίζονται σε βούτυρο ή πάχος)
- Φιλέ νουαζετ μορναι (Γαλλική μαγειρική: αλευρώνουμε τα φιλέτα και τα τηγανίζουμε με βούτυρο, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, λίγη παρμεζάνα, ζαμπόν, και γαλέτα και τα βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο λιωμένο, συνοδεύουμε με πάτους αγκινάρας, και μπιζέλια)
- Φιλέ μινιον νεσελρωδ (Γαλλική μαγειρική: όπως τα νουαζέτ και τουρνεντό, ετοιμάζουμε γαρνιτούρα πουρέ από κάστανα, κρουτόν, σάλτσα εσπανιολ με μαδέρα, τρούφες, πουρέ πατάτες με ντομάτα, βούτυρο)
- Φιλέ μινιον νισουαζ (Γαλλική μαγειρική: ετοιμάζονται ανάλογα με φιλετάκια Τουρνεντό, αγκινάρες γεμισμένες με ψίχες ντομάτας γλασέ, και κρουτόν. Σερβίρονται με σάλτσα ντεμί γκλας στην οποία προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)

Χοιρινό

- Χοιρινές μπριζόλες σωτέ (τις αλευρώνουμε της ψήνουμε στο τηγάνι σε βούτυρο και ντεγλασάρουμε το τηγάνι με κρασί και τις περιλούουμε με τη σάλτσα)
- Χοιρινές μπριζόλες ζαρντινιέρ (7-8 μπριζόλες, 4-5 πατάτες, 4-5 καρότα, 2-3 ρέβες ή λάχανο, 1 γούλα σέλινο, 2-3 ντομάτες, 3-4 κρεμμύδια, πουρέ ντομάτες, κρασί άσπρο. Κόβουμε τα λαχανικά σε στενές λωρίδες, τα στρώνουμε στη κατσαρόλα και από πάνω θέτουμε τις μπριζόλες τις οποίες έχουμε αλευρώσει και τηγανίσει σε βούτυρο. Ρίχνουμε στ κατσαρόλα το κρασί, τον πουρέ ντομάτες, νερό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Χοιρινές μπριτζόλες πανέ (τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Γουρουνόπουλο με λάδι (τεμαχίζουμε το γουρουνόπουλο σε 4-6 κομμάτια και τις τηγανίζουμε σε λάδι. Θέτουμε στη βάση της κατσαρόλας καλάμια λεπτά ώστε να σχηματιστεί μια σχάρα, στην οποία ακουμπάμε τα τεμάχια του κρέατος για να μην αγγίζουν στο πάτο της κατσαρόλας. Ρίχνουμε το λάδι, 2 ποτήρια κρασί άσπρο, κλείνουμε το καπάκι και αφήνουμε να σιγοψηθεί)

Αρνί:

- αρνί καπαμάς (αλευρώνουμε το κρέας, το τηγανίζουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε αλεύρι και ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, προσθέτουμε κρασί άσπρο, ντομάτα, κανέλα, γαρύφαλλα, σκεπάζουμε και αφήνουμε να πάρουν βράσει. Ο εν λόγω καπαμάς είναι γνωστός ως Μοραΐτικος. Υπάρχει και ο Λεβαντίνικος ο οποίος παρασκευάζεται με χόρτα και αυγολέμονο και μοιάζει με το φρικασέ)
- αρνί στήθος πανέ (τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- αρνί σκορδοστούμπι ζακυνθινό (κόβουμε σε φέτες τεμάχια αρνιού ή μοσχαριού, τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με λάδι. Σε κατσαρόλα βάζουμε σκόρδα, μαϊντανό, τι κρέας, λάδι, ξύδι, κρασί άσπρο, ντομάτες ή πουρέ και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- αρνί κοτολέτες με γαλέττα (το πανάρισμα γίνεται με αυγό, φριτούρα)
- αρνί κοτολέττες στο χαρτί (τις αλευρώνουμε, τις τηγανίζουμε σε φριτούρα, τις γεμίζουμε με γέμιση με ζαμπόν με κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί, βούτυρο, τις τυλίγουμε στο χαρτί και τις βάζουμε στο φούρνο για 10΄)
- αρνί κοτολέττες βιλερουά (τις σωτάρουμε πρώτα στο τηγάνι με βούτυρο, τις βουτάμε σε σάλτσα μπεσαμέλ με τυρί τριμμένο, τις πανάρουμε σε γαλέτα και αυγό και της τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- αρνιού ποδαράκια πανέ (φριτούρα)
- πόδια μοσχαρίσια τηγανιτά πανέ (φριτούρα)
- μυαλά τηγανιτά με αυγά (με βούτυρο)
- μυαλά τηγανιτά με γαλέτα πανέ (φριτούρα)
- μυαλά σουφλέ (φριτούρα)
- συκωτάκια μοσχαρίσια τηγανιτά (κομμένα σε λωρίδες, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο και λάδι ανάμεικτα)
- συκωτάκια μοσχαρίσια μαρινάτα (κόβουμε και τηγανίζουμε με λάδι, τα βάζουμε σε πιατέλα, και στο τηγάνι προσθέτουμε λάδι, αλεύρι, παίρνει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, νερό, ντομάτα, δεντρολίβανο και περιχύνουμε τα συκωτάκια)
- συκωτάκια με σάλτσα (συκωτάκι αρνιού, βούτυρο, κρασί άσπρο, αλεύρι, ξύδι, νερό, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα συκωτάκια σε βούτυρο και κάνουμε μια σάλτσα με το βούτυρο το αλεύρι, και το κρασί)
- συκωτάκια με πατάτες γαρνιτούρα (αλευρώνονται και τηγανίζονται με βούτυρο, συνδυάζονται με πατάτες βιενουάζ)
- γλυκάδια τηγανιτά αρνιού (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- μπουρεκάκια με μυαλά (γέμιση με μυαλά βραστά, αυγό, τυρί τριμμένο, τυλίγονται με φύλλο και τηγανίζονται)

Κιμάς

- μπιφτέκια κοπανιστά (κόβουμε το κρέας σε κιμά, το ραντίζουμε με γάλα, το ζυμώνουμε, πλάθουμε τα μπιφτέκια, τα τηγανίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με 1 αυγό μάτι επάνω σε κάθε μπιφτέκι και πουρέ από πατάτες ή σπανάκι)
- Μελιτζάνες κροκιέτες (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι, τις αλείφουμε με κιμά τις τυλίγουμε όπως τις κρέπες, τις πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας αν θέλουμε)

- Κεφτέδες τηγανιτοί (κιμάς, ψίχα ψωμί, 2-3 κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, 2 αυγά, γαλέτα, αλεύρι, τα τηγανίζουμε με βούτυρο ή λάδι ή ανάμεικτα, ή λίπος μαγειρικό)
- Κεφτέδες με γαλέτα πανέ (φριτούρα)
- Κεφτέδες με σάλτσα (τηγανίζουμε τους κεφτέδες σε λάδι ή βούτυρο, η σάλτσα γίνεται με αλεύρι, κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί, ντομάτα πουρέ, ξύδι, ζάχαρη)
- Κεφτεδάκια φρικασέ (κιμάς, ψίχα ψωμί, 1-2 κρεμμύδια, μαϊντανό, τυρί, 2 ασπράδια αυγού, για τη σάλτσα κρεμμύδια, ξύδι, γάλα, 2 κρόκους, βούτυρο)
- Κεφτέδες με σάλτσα ντομάτα (τηγανιτοί κεφτέδες, σάλτσα με κρασί, στην οποία προσθέτουμε τους κεφτέδες)
- Σουτζουκάκια Σμυρνέικα (κιμάς, αυγά, σκόρδο, κύμινο, τα πλάθουμε σε κεφτέδες και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο, τα βάζουμε στην κατσαρόλα, με κρασί, σάλτσα ντομάτας, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)

Κρέας στη σούβλα ή σουβλάκια:

Μοσχάρι:

- Σουβλάκια από μοσχάρι (ψαχνά μοσχαριού, γλυκάδια, λάδι, ρίγανη, λεμόνι)

Χοιρινό

- γουρουνόπουλο σούβλας (το αλείφουμε με λάδι μέχρι να ψηθεί)

Αρνί:

- αρνί της σούβλας
- σουβλάκια από αρνί (κρέας από μπουτάκι, 5-6 γλυκάδια, 4-5 νεφρά, λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμυδάκι ψιλό)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- σουβλάκια από εντόσθια (συκωτάκια, νεφρά, γλυκάδια, σπλήνα, αλάτι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμύδι, λάδι, λεμόνι)
- σουβλάκια από αρνί (κρέας από μπουτάκι, 5-6 γλυκάδια, 4-5 νεφρά, λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμυδάκι ψιλό)
- Σουβλάκια από μοσχάρι (ψαχνά μοσχαριού, γλυκάδια, λάδι, ρίγανη, λεμόνι)

Κρέας στη σχάρα:

Βοδινό:

- μπιφτέκια σχάρας (μπιφτέκι σημαίνει βωδινή φέτα τρυφερή, αφού τα αλείψουμε με λιωμένο βούτυρο, τα ψήνουμε στη σχάρα)
- μπιφτεκ αμερικαιν (βωδινό φιλέτο, φέτες από γλώσσα καπνιστή, φέτες ντομάτας αλευρωμένες και τηγανισμένες)

Μοσχάρι:

- κοτολέτες μοσχάρι πανέ σχάρας (τις πανάρουμε αλλά αντί για αυγά βάζουμε βούτυρο. Λιώνουμε το βούτυρο στη φωτιά, και σε αυτό βουτάμε τις κοτολέτες και έπειτα στη γαλέτα. Τις ψήνουμε στη σχάρα)

Χοιρινό

- Χοιρινό κόντρα φιλέτο

Αρνί:

- αρνί κοτολέτες πανέ σχάρας (για πανάρισμα αντί αυγού βάζουμε βούτυρο λιωμένο)

Κιμάς:

- Μπιτοκ σχάρας (Γαλλική μαγειρική: ζυμώνουμε τον κιμά με κρεμμύδια μαϊντανό, πλάθουμε μπιφτέκια, τα τυλίγουμε με μπέικον και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Κρεπινετ σχάρας (Γαλλική μαγειρική: ένα είδος κεφτέδων περιτυλιγμένων στην μπόλια χοίρου ή αρνιού, στον κιμά προστίθεται ρίγανη, πλάθονται σε μακρουλό σχήμα και ψήνονται στη σχάρα)
- Κεφτέδες σχάρας (κιμάς, κρεμμύδι, μαϊντανός, βούτυρο ή λάδι)

Ζαμπόν-αλλαντικά

- αρνί κοτολέττες στο χαρτί (τις αλευρώνουμε, τις τηγανίζουμε τις γεμίζουμε με γέμιση με ζαμπόν με κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί, βούτυρο, τις τυλίγουμε στο χαρτί και τις βάζουμε στο φούρνο για 10΄)
- μοσχάρι φέτα μπραιζέ (βούτυρο, φέτα μοσχαριού, κρεμμύδι, 1-2 καρότα, ρίζες σέλινο, κρασί, ντομάτα πελτέ, ζαμπόν ή λαρδί)
- μους ζαμπόν με ζελέ (γαλλική μαγειρική: ζαμπόν, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγί, ζελέ, τρούφες)
- μικρά μους ζαμπόν (γαλλική μαγειρική: ζαμπόν, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγί, ζελέ, τρούφες)
- ζαμπόν με ζελέ (γαλλική μαγειρική: ζαμπόν που σερβίρεται με ζελέ γύρω γύρω)
- ζαμπόν (γαλλική μαγειρική:)
- ζαμπόν γλασέ (γαλλική μαγειρική: Αφού βράσει το ζαμπόν, το κρυώνουμε, το πασπαλίζουμε με ζάχαρη, και το βάζουμε στη σχάρα να πάρει ξανθό χρώμα)
- ζαμπόν με ζελέ(γαλλική μαγειρική)
- ζαμπόν ζεστό γαρνιρισμένο(γαλλική μαγειρική:)
- γαλαντίνα πουλερικών(Γαλλική μαγειρική: 1 όρνιθα, κιμά από μοσχάρι, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φιστίκια, τρούφες, γάλα, κονιάκ)
- πατέ λαγού (Γαλλική μαγειρική: 1 λαγό, χοιρινό κιμά, λαρδί, ζαμπόν, κονιάκ, τρούφες, φιστίκια, κουκουνάρια, για την ζύμη: αλεύρι, πάχος χοιρινό, νερό, 2 κρόκους)
- Αυγά του φούρνου (βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν ή σαλάμι, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, γαλέτα)

- Ζαμπόν με αυγά αγγλοαμερικάνικα (τηγανιτά με ωμό ζαμπόν: πατροπαράδοτο πρωινό των Άγγλων)
- Κονσομέ φλωρεντίν (κονσομέ, μαυροδάφνη, γλώσσα καπνιστή ή ζαμπόν, μπιζέλια, φύλλα σπανακιού)
- Σάλτσα Ναπολιταιν(κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο, κρασί μαυροδάφνη, ζαμπόν, ντομάτες)
- Ρυζότο παριζιέν (ρύζι, βούτυρο, ζαμπόν, παρμεζάνα, τυρί, λίγα μανιτάρια, τρούφες, ζωμό, ζαφορά)
- Πιλάφι ο-γκρατεν (γάλα, βούτυρο, αλεύρι για μπεσαμέλ, πιλάφι, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, βούτυρο, γαλέτα)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Βολ-ο βαν γεμιστό (η γέμιση που συνηθίζεται είναι η φινανσιερ: ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά, γλυκάδια, μανιτάρια, μπεσαμελ, 2-3 κρόκους αυγών, βούτυρο)
- Κροκέτες παριζιεν (γέμιση είναι με εναπομείναντα ψημένο κρέας, μπεσαμελ με κρόκους αυγών, μανιτάρια, ζαμπόν, τρούφες, γαλέτα και αυγά)
- Κροκέτες με ρύζι
- σάντουιτς
- σάντουιτς Μαλακώφ
- Καναπέ με ζαμπόν(1 φέτα ψωμί, βούτυρο, ζαμπόν, μουστάρδα)
- Καναπέ ιβανοε (μαύρο ψωμί, ζαμπόν, βούτυρο, μουστάρδα)
- Καναπέ μπακάρα (άσπρο ψωμί, βούτυρο με γαλλική μουστάρδα, ζαμπόν, τρούφα ή κοκκινογούλι)
- κοτοπηττάκια (γέμιση από ψαχνά πουλερικά, ζαμπόν, σάλτσα μπεσαμελ)
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν
- Μικρά ρισόλ (γέμιση από κρέας ψητό, ζαμπόν, μπεσαμελ)
- Σαλάτα ιταλική (όπως ρωσική σαλάτα, εκτός από παντζάρια, προσθέτουμε ζαμπόν, ψαχνά ρέγκας και σαρδέλας, ψίχα ντομάτας, μαγιονέζα, 3-4 αυγά σφιχτά, μαρούλια ραντισμένα με ξύδι)
- Φιλέ νουαζετ μορναι (αλευρώνουμε τα φιλέτα και τα τηγανίζουμε, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, λίγη παρμεζάνα, ζαμπόν, και γαλέτα και τα βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο λιωμένο, συνοδεύουμε με πάτους αγκινάρας, και μπιζέλια)
- Πέρδικες σαλμί (γίνονται και στο φούρνο: βούτυρο, αλεύρι, χόρτα διάφορα, ντομάτα, κρουτόν, κορν φλαουρ, μανιτάρια, ή ζαμπόν)
- Φασιανοί σαλμί (γίνονται όπως οι πέρδικες σαλμί)

Λουκάνικα

- Λάχανο ξινό με λουκάνικα βραστά
- Ομελέτα με λουκάνικα (8 αυγά, 5-6 λουκάνικα, 1 κρεμμύδι, βούτυρο)
- Σούπα λάχανο με λουκάνικα (όπως η προηγούμενη, απλά προσθέτουμε λουκάνικα και μπέικον)
- Λουκάνικα τηγανιτά (πρώτα τα βράζουμε και έπειτα τα τηγανίζουμε σε βούτυρο ή πάχος)
- Λουκάνικα βραστά –αλα-Γερμανικά
- γουρουνόπουλο ψητό φούρνου γεμιστό (η γέμιση γίνεται με ρύζι, 8-10 λουκάνικα καπνιστά, το αλείφουμε με λίπος χοιρινό)
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα (ντομάτα, λουκάνικα τα οποία καβουρδίζουμε με κρεμμύδι, κρασί, μαϊντανό, λιωμένο βούτυρο, τυρί, ασπράδια 2 αυγών, γαλέτα, σάλτσα μπεσαμελ)
- Λάχανο γεμιστό με μπέικον (το γεμίζουμε με μπέικον ή λουκάνικα καπνιστά, το περιχύνουμε με λίπος χοιρινό ή βούτυρο λιωμένο και το βράζουμε σε αλατισμένο νερό.)

Ζελατίνα

- ζελές ζωμού κρέατος (γαλλική μαγειρική: ζωμός κρέατος, κύβους, ζελατίνα)
- ζελές ψαριών (γαλλική μαγειρική: ζωμός ψαριών, ζελατίνα)
- φουα γκρα με ζελέ (γαλλική μαγειρική: φουα γκρα, ζελατίνα)
- μους φουα γκρα (γαλλική μαγειρική: φουα γκρα, βούτυρο φρέσκο, κρέμα σαντιγί, τρούφες, ζελέ κρέατος)
- μους φουα γκρα απλούν (γαλλική μαγειρική: φουα γκρα χοιρινό ή λεμπερ βουρστ, βούτυρο, ζελέ λιωμένο)
- μους ζαμπόν με ζελέ (γαλλική μαγειρική: ζαμπον, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγυ, ζελέ, τρούφες)
- μικρά μους ζαμπον (γαλλική μαγειρική: ζαμπον, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγυ, ζελέ, τρούφες)
- ζαμπον με ζελέ (γαλλική μαγειρική: ζαμπόν που σερβίρεται με ζελέ γύρω γύρω)
- Γαλαντίνα με ζελέ (γαλλική μαγειρική: ετοιμάζεται γαλαντίνα πουλερικών και σερβίρεται με ζελέ)
- Πατέ λαγού (γαλλική Μαγειρική: εμποτίζεται με ζελέ)
- Αυγά με ζελέ(Γαλλική μαγειρική: στη μαγιονέζα προστίθεται λίγη ζελατίνα λιωμένη)
- Αυγά κρύα ποσέ (Γαλλική μαγειρική: σπάζουμε τα αυγά εντός κατσαρόλας με βραστό νερό, προσέχοντας να μην σπάσει ο κρόκος. Τα βάζουμε σε σκεύος με ζελέ και τα αφήνουμε στο ψυγείο)
- αστακός μαγιονέζα (βραστός αστακός που σερβίρεται με μαγιονέζα, σαλάτα ρώσικη, αυγά σφιχτά και αγγουράκια τουρσί. Στη μαγιονέζα προστίθεται ζελατίνα, λεμόνι, και την αραιώνουμε με γάλα για να πάρει άσπρο χρώμα αντί μπεζ)
- τεμπάλ από γαρίδες (αστακός ή γαρίδες βραστές, κάνουμε ζελέ με ζωμό από τις γαρίδες, με 5 φύλλα ζελατίνας για κάθε φλιτζάνι, 2-3 κύβους ξηρού ζωμού, κρασί άσπρο)
- ζελές πρόχειρος για γαρνίρισμα (κύβους ξηρού ζωμού, φύλλα ζελατίνας, νερό)
- βωδινό πηκτή ή αρνί
- Φιλέτα ψαριού με μαγιονέζα (τα βάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί, σκεπάζουμε με κρασί, και νερό, τα σερβίρουμε με μαγιονέζα στην οποία έχουμε προσθέσει φύλλα ζελατίνας για να γίνει πιο σφικτή)

- Καναπέ μερυλανδ (βούτυρο αλατισμένο με μουστάρδα γαλλική, ψαχνά στήθους γαλοπούλας ή όρνιθας βραστής, ζελέ)

Γλώσσα καπνιστή

- Γλώσσα βωδινή καπνιστή κονσέρβα
- Σαλάτα μπωκαιρ (ρίζες σέλινο, μήλα ξινά, γλώσσα καπνιστή, πατάτες βραστές, τρούφες, λαδόξυδο, κρασί άσπρο)
- Σαλάτα πικ νικ (πατάτες βραστές, πατάτες βραστές, αγγουράκια τουρσί, γλώσσα καπνιστή, αυγά, σπαράγγια, μαρούλια, κράκερς του κουτιού)
- Κονσομέ φλωρεντίν (κονσομέ, μαυροδάφνη, γλώσσα καπνιστή ή ζαμπόν, μπιζέλια, φύλλα σπανακιού)
- μπιφτεκ αμερικαιν (βωδινό φιλέτο, φέτες από γλώσσα καπνιστή, φέτες ντομάτας αλευρωμένες και τηγανισμένες)
- Καναπέ γκουρμέ (άσπρο ψωμί, γλώσσα καπνιστή, σάλτσα αγγλική, ζελέ κοπανισμένο, βούτυρο)

Σαλάμι

- Καναπέ Φρανκφούρτ (Μαύρο ψωμί, βούτυρο, μουστάρδα γαλλική, σαλάμι γερμανικό που λέγεται Λέμπερ Βύρστ)
- Αυγά του φούρνου (βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν ή σαλάμι, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, γαλέτα)
- μους φουα γκρα απλούν (γαλλική μαγειρική: φουα γκρα χοιρινό ή λεμπερ βουρστ, βούτυρο, ζελέ λιωμένο)

μπέικον

- Σαλάτα μποεμιεν (πουρέ από φακές, πατάτες βραστές, φασολάκια βραστά, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, μπέικον τηγανιτό)
- Αυγά με μπέικον (τηγανίζουμε τα αυγά και έπειτα το μπέικον στο ίδιο τηγάνι)
- Λαγός με σάλτσα (αφού μαριναριστεί σε ξύδι με νερό και λαχανικά, αλευρώνεται και τηγανίζεται σε λάδι και βούτυρο, και στη συνέχεια το βάζουμε στη κατσαρόλα. Στο τηγάνι ρίχνουμε αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να γίνει καστανό χρώμα, ρίχνουμε κρασί και τη σάλτσα αυτή τη ρίχνουμε στη κατσαρόλα. Προσθέτουμε και χοιρινό καπνιστό ή αλλιώς μπέικον. Ρίχνουμε επίσης κονιάκ και κρουτόν)
- Μπιτοκ σχάρας (Γαλλική μαγειρική: ζυμώνουμε τον κιμά με κρεμμύδια μαϊντανό, πλάθουμε μπιφτέκια, τα τυλίγουμε με μπέικον και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Λάχανο γκλασέ γαρνιτούρα (αφού βράσουμε 1 άσπρο λάχανο 2-3 φορές το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί καπνιστό-μπέικον, βούτυρο, και ντομάτα)
- Λάχανο γεμιστό με μπέικον (το γεμίζουμε με μπέικον ή λουκάνικα καπνιστά, το περιχύνουμε με λίπος χοιρινό ή βούτυρο λιωμένο και το βράζουμε σε αλατισμένο νερό.)
- Σούπα λάχανο με λουκάνικα (όπως η προηγούμενη, απλά προσθέτουμε λουκάνικα και μπέικον)
- Καναπέ μπακονέτ (μυζήθρα ζυμωμένη με αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αλείφονται με αυτή τη δόση φρυγανιές, βάζουμε και μπέικον καπνιστό)

2. ΚΥΝΗΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστά:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Γαλοπούλα βραστή
- Γαλοπούλα πιλάφι μιλανέζ (βράζουμε τη γαλοπούλα και τη συνοδεύουμε με πιλάφι και σάλτσα μιλανέζ)
- Όρνιθα βραστή (όταν πάρει βράση, προσθέτουμε 1-2 κρεμμύδια, καρότα, μαϊντανό, σέλινο, πατάτες, με το ζωμό κάνουμε αυγολέμονο ή άλλο)
- Όρνιθα πιλάφι μπραιζε (την βράζουμε πρώτα για να χρησιμοποιήσουμε το ζωμό για σούπα, και μετά την αλείφουμε με λεμόνι και την κάνουμε μπραιζέ στη κατσαρόλα χρησιμοποιώντας περισσότερη ντομάτα και κρασί)
- Όρνιθα πιλάφι ινδιέν –με σάλτσα κάρρυ (από τον ζωμό της όρνιθας για γίνει το πιλάφι, και η σάλτσα γίνεται όπως η μιλανέζα αλλά προσθέτουμε κάρυ)
- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φιστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Γαλαντίνα με ζελέ
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- Καναπέ μερυλανδ (βούτυρο αλατισμένο με μουστάρδα γαλλική, ψαχνά στήθους γαλοπούλας ή όρνιθας βραστής, ζελέ)

Πουλιά

- Πουλιά με αυγολέμονο σάλτσα (αφού τα βράσουμε, τα σερβίρουμε με σάλτσα αυγολέμονο, η οποία γίνεται με 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό των πουλιών, γάλα και λεμόνι)
- Πουλιά με μαγιονέζα (αφού τα βράσουμε, τα σερβίρουμε με μαγιονέζα και σφιχτά αυγά)

Στη κατσαρόλα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- Γάλος ή γαλοπούλα κατσαρόλας (με αρκετό βούτυρο ή πάχος)

- Γαλόπουλο με ντομάτα (το αλείφουμε με λεμόνι, το κοκκινίζουμε στο βούτυρο, προσθέτουμε το κρεμμύδι, το κρασί και την ντομάτα και αφήνουμε να σιγοβράσει)
- Γαλοπούλα κοκκινιστή κατσαρόλας(αλείφουμε με λεμόνι την γαλοπούλα, την κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε το κρεμμύδι, καρότο, σέλινο, μαϊντανό, κρασί άσπρο, λίγο νερό και ντομάτα, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και σιγοψήνουμε)
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (την αλείφουμε με λεμόνι και την κοκκινίζουμε με βούτυρο ή λίπος, ρίχνουμε κρασί άσπρο και ντομάτα, 1 καρότο, και σιγοψήνουμε. Μπορούμε να προσθέσουμε λίγο κορν φλαουρ για να γίνει η σάλτσα πιο πηχτή)
- Όρνιθα κοκκινιστή κατσαρόλας (λεμόνι για να την αλείψουμε, βούτυρο, κρεμμύδι, καρότο, σέλινο, μαϊντανό, κρασί άσπρο, ντομάτα)
- Όρνιθα μπραιζέ (λεμόνια για να την αλείψουμε, βούτυρο ή λίπος, κρασί άσπρο, ντομάτα, καρότο, μαϊντανό, σέλινο, κρεμμύδι, κορν φλαουρ)

Πουλιά

- Πουλιά με ντομάτα (γίνεται όπως το γαλόπουλο με ντομάτα)
- Πουλιά κοκοτ (αλείφομε με λεμόνι τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε τα κρεμμύδια, και το αλεύρι, το κρασί και τη ντομάτα, και σιγοψήνουμε)
- Πουλιά γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- Πουλιά γεμιστά με κιμά (όπως πουλιά γεμιστά, η γέμιση γίνεται με κιμά καβουρδισμένο με ντομάτα, κουκουνάρια, γαλέτα, κανέλα, βούτυρο)
- Πουλιά πιλάφι (τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο, ρίχνουμε νερό να μισοκαλυφτούν, ντομάτα και τα βράζουμε. Με το ζωμό κάνουμε πιλάφι)
- Πουλιά ατζέμ πιλάφι (τα κόβουμε σε τεμάχια, τα καβουρδίζουμε σε βούτυρο, και κρεμμύδια, ρίχνουμε λίγο νερό και ντομάτα. Όταν βράσουν σχεδόν προσθέτουμε και το ρύζι)
- Πουλιά με μπάμιες (βούτυρο, 2 πουλιά, μπάμιες)
- Πουλιά γεμιστά με ρύζι
- Πουλιά με μπιζέλια (βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, μπιζέλια, σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με 2 κρόκους αυγού, κορν φλαουρ διαλυμένο σε νερό τα οποία ρίχνουμε στην κατσαρόλα)
- Πουλιά φρικασέ (πουλιά, βούτυρο, αλεύρι, νερό, άνηθο, κρεμμύδια, σέλινο, 2 κρόκους αυγών, ζωμό λεμονιού)
- Πουλιά στιφάδο (πουλιά, βούτυρο, κρασί άσπρο, ξύδι, ντομάτα, ζάχαρη, δάφνη, γαρύφαλλα, νερό, κρεμμυδάκια)
- Πουλιά μπλανκετ (2 πουλιά, βούτυρο, 3-4 κρεμμύδια, 2 φλιτζάνια γάλα, 2 κουταλιές αλεύρι, 1-2 κρόκους, ζωμό λεμονιού)
- Πουλιά σάλτσα καρύδια (όπως πουλιά μπλανκέτ, στο τέλος όταν πυκνωθεί η σάλτσα και προστεθεί το γάλα με τους κρόκους και το κορν φλαουρ, προσθέτουμε 1 φλιτζάνι καρύδια κοπανισμένα στο γουδί)
- Πάπια με μπάμιες (παπιά, μπάμιες, ντομάτα, κρασί, ζάχαρη, βούτυρο, κορν φλαουρ)
- Πάπια μπραιζέ (τα τρίβουμε με λεμόνι, βούτυρο, ψιλά χόρτα, κρασί άσπρο, ντομάτα, δάφνη, γαρύφαλλα, μπαχάρι)
- Πιτσούνια σαλμί με ελιές (βούτυρο, κρασί, πράσινες ελιές, πιτσούνια)
- Πιτσούνια γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- Πιτσούνια με ντομάτα (βούτυρο, ζάχαρη, ντομάτες, κρασί)
- Πιτσούνια με κρασί (βούτυρο, μαύρο κρασί, ντομάτα, ζάχαρη, κανέλα)
- Μπεκάτσες σαλμί (βούτυρο, κρασί, μπεκάτσες)
- Μπεκάτσες με ντομάτα (βούτυρο, κρεμμύδι, αλεύρι, κρασί, δάφνη, ντομάτες, κρουτόν)
- Πέρδικες σαλμί (γίνονται και στο φούρνο: βούτυρο, αλεύρι, χόρτα διάφορα, ντομάτα, κρουτόν, κορν φλαουρ, μανιτάρια, ή ζαμπόν)
- Αγριόπαπιες σαλμί(βούτυρο, καρότα, ψιλά χόρτα, μαύρο κρασί, ντομάτα)
- Κυνήγι πιλάφι (βούτυρο, ντομάτα, πιλάφι)
- Τσίχλες με σάλτσα (βούτυρο, ντομάτα πουρέ, τσίχλες, κρουτόν)
- Ορτύκια πιλάφι (καβουρδίζουμε με βούτυρο, κρεμμύδι ψιλό, ρύζι)
- Ορτύκια με ντομάτα (όταν δεν είναι πολύ παχιά, πολύ ντομάτα, λίγο κρασί, κρουτόν)
- Τρυγόνια με σάλτσα (γίνονται στη κατσαρόλα με βούτυρο και ντομάτα και κρασί όταν είναι μεγάλης ηλικίας)
- Φασιανοί σαλμί (γίνονται όπως οι πέρδικες σαλμί)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο & γαλοπούλα

- Γαλοπούλα ψητή (την σκεπάζουμε με βουτυρόχαρτο)
- Γαλόπουλα μικρά ψητά
- Γάλος γεμιστός με κάστανα(γίνεται και στην κατσαρόλα)

- Γαλόπουλο γεμιστό με κιμά (καλύπτουμε με βουτυρωμένο χαρτί και βάζουμε και λίγες πατάτες στο ταψί)
- Κοτόπηττα (με βούτυρο, τυρί, γάλα, 2 όρνιθες, φύλλα μπακλαβά, 5-6 αυγά, κρεμμύδια)
- κοτοπηττάκια (γέμιση από ψαχνά πουλερικά, ζαμπόν, σάλτσα μπεσαμελ)
- Καπόνια ψητά

πουλιά

- Χήνα με κάστανα και μήλα (βούτυρο, μήλα, κάστανα, ζάχαρη, χήνα)
- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Πέρδικες ψητές (τις λαρδώνουμε και τις ψήνουμε)
- Ορτύκια με σταφίδες (βούτυρο, κρουτόν, μπουγιον, σταφίδες φρέσκες ξανθές ή σταφύλια ψιλόρογα)
- Φραγκόκοτες ψητές (ψήνονται όπως τα πουλερικά του ίδιου μεγέθους)
- Φασιανοί (κοινώς φαζάνι, γίνονται όπως οι πέρδικες ψητές)

Κυνήγια –ζώα

- Λαγός με σκορδαλιά (το ψήσιμό του γίνεται στο φούρνο ή στη κατσαρόλα με λάδι, προσθέτουμε και λίγο ξύδι ή ντομάτα)
- Ζαρκάδι ψητό(πρώτα μαρινάρεται σε ξύδι και χορταρικά)
- Αγριόχοιρος ψητός

Στο τηγάνι:

- Πουλιά μαρέγκο (2 πουλιά, λάδι, αλεύρι, ντομάτες, κρασί, δάφνη, σκόρδο, φρέσκο βούτυρο. Πρώτα αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα πουλιά στο λάδι, και έπειτα τα σιγοβράζουμε στη κατσαρόλα με ντομάτα, σκόρδο και κρασί)
- Πουλιά τηγανιτά (τα μαρινάρουμε πρώρα σε λάδι με κρασί, τα αλευρώνουμε, τα πανάρουμε με αυγό και γαλέτα, και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πουλιά κατσαρόλας με σάλτσα (κοκκινίζουμε στο τηγάνι τα πουλιά με βούτυρο ή πάχος χοιρινό, τα βγάζουμε από το τηγάνι και ρίχνουμε σε αυτό κρεμμύδι, αλεύρι, λίγο ακόμα βούτυρο, κρασί, ντομάτα, και μαϊντανό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Πουλιά πανέ τηγανιτά (αφού τα βράσουμε με 1-2 κρεμμύδια και μαϊντανό ή σέλινο, τα κόβουμε σε 4 τεμάχια, τα αλευρώνουμε, τα πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τα τηγανίζουμε)

Κυνήγια –ζώα

- Λαγός φούρνου (αφού τον αλευρώσουμε και τον τηγανίσουμε με λάδι, τηγανίζουμε και κρεμμύδια στο ίδιο λάδι, τα ρίχνουμε στον λαγό, ρίχνουμε και τηγανίζουμε με μισό λάδι, μισό βούτυρο, ή μόνο με λάδι. Ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι, το ανακατεύουμε να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε 1 ποτήρι κρασί, και το περνάμε στη κατσαρόλα με δάφνη, πουρέ ντομάτας, κρεμμυδάκια μισοτηγανισμένα στο τηγάνι, και το κουνέλι. Σερβίρουμε με κρουτόν, κορν φλαουρ αν χρειαστεί και φρέσκο βούτυρο)
- Κουνέλι στιφάδο(αφού τα μαρινάρουμε με ξύδι, το αλευρώνουμε και το κρασί, ξύδι, δάφνη, σκόρδα και το βάζουμε στο φούρνο)
- Αγριόχοιρος στιφάδο (γίνεται όπως κουνέλι αλλά δεν μαρινάρουμε στο ξύδι
- Ζαρκάδι στιφάδο
- Κουνέλι κρασάτο (αφού μαριναριστεί, το αλευρώνουμε και το τηγανίζουμε. Στρώνουμε σε κατσαρόλα τα κρεμμύδια, μαϊντανό, δάφνη, μπαχάρια, τα κομμάτια του κουνελιού, φέτες ντομάτες, και μουστάρδα. Το τηγάνι το σβήνουμε με κρασί μαύρο και άσπρο και πελτέ ντομάτας. Όταν πάρουν βράση, τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κουνέλι με ντομάτες (τα αλευρώνουμε και τα τηγανίζουμε με λάδι, και έπειτα τα βάζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδια, κρασί, ντομάτα πελτέ, δάφνη, ζάχαρη, λάδι. Προσθέτουμε και ντομάτες σε φέτες που έχουμε αλευρώσει και τηγανίσει στο ίδιο τηγάνι)
- Λαγός με σάλτσα (αφού μαριναριστεί σε ξύδι με νερό και λαχανικά, αλευρώνεται και τηγανίζεται σε λάδι και βούτυρο, και στη συνέχεια το βάζουμε στη κατσαρόλα. Στο τηγάνι ρίχνουμε αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να γίνει καστανό χρώμα, ρίχνουμε κρασί και τη σάλτσα αυτή τη ρίχνουμε στη κατσαρόλα. Προσθέτουμε και χοιρινό καπνιστό ή αλλιώς μπέικον. Ρίχνουμε επίσης κονιάκ και κρουτόν)
- Πατέ λαγού(Γαλλική μαγειρική: τηγανίζουμε τον λαγό με πάχος χοιρινού)
- Φιλετάκια λαγού σάλτσα μαδέρα (Γαλλική μαγειρική: τα ραντίζουμε με κρασί ή κονιάκ, τα σωτάρουμε στο τηγάνι με βούτυρο, και τα σερβίρουμε με σάλτσα με μαυροδάφνη, κονρ φλαουρ και κύβους ζωμού. Βάζουμε σε κάθε φιλέτο 1 μανιτάρι, κρουτόν, και πουρέ πατάτας με ντομάτα)
- Φιλέ μινιον λαγού προβενσάλ (Γαλλική μαγειρική: κόβονται σε λεπτές φέτες και ετοιμάζονται στη προηγούμενη συνταγή-βούτυρο. Περιχύνονται με σάλτα προβενσάλ)

Σχάρας:

- Πουλιά σχάρας με γαλέτα (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο ή πάχος χοιρινού και κατόπιν σε γαλέτα και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Πιτσούνια μικρά σχάρας με γαλέττα (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο, τα τυλίγουμε σε γαλέτα και τα ψήνουμε)
- Ορτύκια σχάρας (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο, τα τυλίγουμε σε γαλέτα, και τα ψήνουμε στη σχάρα)

Στη σούβλα:

- Τρυγόνια σούβλας (περιβρέχονται με βούτυρο λιωμένο)

Φουά γκρά

- φουα γκρα με ζελέ (Γαλλική μαγειρική)
- φουα γκρα νατυρελ (Γαλλική μαγειρική)
- μους φουα γκρα (Γαλλική μαγειρική: φουα γκρα, βούτυρο φρέσκο, κρέμα σαντιγί, τρούφες, ζελέ κρέατος)
- Κονσομέ ροσίνι (κονσομέ, μαυροδάφνη, προφιτερόλ γεμισμένα με φάρσα φουα-γκρα, εστραγκόν)
- Καναπέ βικτωρία (ταρτελέτες σε σχήμα βαρκούλας, γεμίζονται με φουα γκρα δουλεμένο με βούτυρο, προσθέτοντας ψαχνά άσπρα πουλερικών κοπανισμένα)
- Καναπέ στρασμπουργζ(ψωμί άσπρο, ζελέ, φουα γκρά)
- Καναπέ ζεφυρ (δόση φουα γκρά δουλεμένο με βούτυρο, με αυτό αλείφουμε φέτες άσπρο ψωμί και γαρνίρουμε με κρέμα σαντιγύ χωρίς ζάχαρη)
- Καναπέ μπριτζ (άσπρο ψωμί, βούτυρο, φουα γκρά, ασπράδι του αυγού, τρούφα ή αγγουράκι πράσινο)

3. ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Μπακαλιάρος βραστός με μαγιονέζα (ξαλμυρίζουμε τα κομμάτια, τα βράζουμε, τα στραγγίζουμε και τα σερβίρουμε με μαγιονέζα ή ταρτάρ)
- Γαλέος βραστός (συνοδεύεται με μαγιονέζα ή ταρταρ)
- Ρήνα ή σαλάχι (σερβίρονται με λαδολέμονο)
- Κακαβιά ψαρόσουπα (ψάρια, κρεμμύδια, φέτες ντομάτας, λάδι)
- Ψάρι μπουγιαμπές σούπα (πετρόψαρα, 1-2 αστακούς, γαρίδες ή καβούρια, καρότα, μαϊντανό, σκόρδο, λάδι, λεμόνι, ζαφορά)
- Ψαροπίλαφο Κυβέλης (πετρόψαρα, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, λάδι ή βούτυρο, το πιλάφι γίνεται με το ζωμό από τα βρασμένα ψάρια, και με το υπόλοιπο ζωμό γίνεται μια σάλτσα όπως μπεσαμέλ)
- Ψάρι μαγιονέζα
- Ψάρια με σούπα κρέμα (βράζουμε το ψάρι, η σούπα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό ψαριών, 2-3 αυγά για αυγολέμονο, λεμόνι, βούτυρο)
- Ψάρι φέτες βραστές ολλανταιζ (σερβίρουμε με βούτυρο, και σάλτσα ολλανταιζ)
- Ψάρι φέτα βραστή με σάλτσα κρέμα (για την κρέμα: βούτυρο, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους αυγών, ζωμό ψαριού, λεμόνι)
- Φιλέτα γλώσσας νορμαντ (γαλλική μαγειρική: φιλέτα γλώσσας, ντομάτες, μανιτάρια, κρασί, βούτυρο, σάλτσα νορμαντ)
- Φιλέτα γλώσσας στανλευ (γαλλική μαγειρική: φιλέτα γλώσσας, μανιτάρια, κρασί, βούτυρο, σάλτσα κρέμα, Worcestershire sauce, τρούφες)

Στη κατσαρόλα:

- Χέλι με σάλτσα (2-3 χέλια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρεμμύδια, κρασί άσπρο)
- Μπακαλιάρος γιαχνί (μπακαλιάρος ξαλμυρισμένος, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό)
- Ψάρι κατσαρόλας (3-4 κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, πελτές ντομάτα, σκόρδο, κρασί άσπρο, προσθέτουμε τα ψάρια, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Ψάρι φέτες γιαχνί (ψάρι, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, μαϊντανό, άνηθο, πιπεριά κόκκινη, σκόρδο)
- Μπουγιαμπές με σάλτσα (λάδι, ψάρια, κρεμμύδια, πατάτες, ζαφορά. Αυγολέμονο)

Στη σχάρα:

- Χέλι σχάρας (τα αλείφουμε με λάδι και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπακαλιάρος λαδολέμονο(αφού ξαλμυρίσουν ψήνονται στη σχάρα και περιλούονται με λαδολέμονο)
- Ξιφίας σουβλάκια σχάρας (σερβίρεται με λαδολέμονο)
- Ψάρι σχάρας με σάλτσα ραβιγκότ (αλατίζουμε, περιλούουμε με λάδι)
- Σκάρος ψητός σχάρας (λαδολέμονο, μουστάρδα, μαϊντανό)
- Μπαρμπούνια σχάρας

Στο τηγάνι:

- Χέλι τηγανιτό (αφαιρούμε το δέρμα, το αλατίζουμε, στύβουμε λεμόνι, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε)
- Τσίροι τηγανιτοί (αφαιρούμε τα κεφάλια, τους μουσκεύουμε σε νερό και ξύδι, ετοιμάζουμε κουρκούτι με αλεύρι και νερό, βάζουμε και μπέικιν πάουντερ, τα τυλίγουμε στο χυλό, και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (τον ξαλμυρίζουμε και τον τυλίγουμε σε κουρκούτι και έπειτα τηγανίζουμε σε λάδι)
- Γαλέος τηγανιτός
- Ψάρια μπαρμπουνάκια πανέ τηγανιτά
- Ψάρια μαρινάτα (μέσα στο τηγάνι με λάδι όπου έχουμε τηγανίσει τα ψάρια, προσθέτουμε και άλλο λάδι, και αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, πελτέ ντομάτας, ζάχαρη, και αφήνουμε να βράσει η σάλτσα)
- Ψάρι σαβόρε ζεστό (φέτες χονδρών ψαριών ή μικρά ψάρια. Τηγανίζουμε τα ψάρια και στο τηγάνι, προσθέτουμε ακόμα λάδι, αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, νερό, κρασί, ντομάτα πουρέ, σκόρδο, ζάχαρη, δεντρολίβανο, και αφήνουμε τη σάλτσα να βράσει)
- Ψάρι φέτες τηγανιτές (συναγρίδα ή σφυρίδα, λάδι)
- Ψάρι φέτες πανέ (τις πανάρουμε με αυγό και γαλέτα και τηγανίζουμε σε λάδι)

- Ψάρι μαγιάτικο τηγανιτό(αλεύρωμα, τηγάνισμα σε λάδι)
- Κροκέτες από ψάρι (ψαχνά ψαριού βρασμένου, 2 φλιτζάνια γάλα, 4κ. της σούπας βούτυρο, αλεύρι, για μπεσαμελ, τυρί τριμμένο το οποίο βάζουμε μέσα στη μπεσαμελ, 2 αυγά, γαλέτα για τηγάνισμα)
- Φιλέτα μπακαλιάρων πανέ (πανάρουμε με αυγά και γαλέτα, τηγανίζουμε σε λάδι ή πάχος και λάδι. Τα κόκαλα και τα κεφάλια μπορούν να χρησιμοποιηθούν για σούπα αυγολέμονο ή ντομάτας)
- Φιλέτα ψαριών τηγανιτά σουφλέ (ρίχνουμε λεμόνι και τα τηγανίζουμε τυλίγοντας τα σε πάστα τηγανίσματος: αλεύρι, 2 κρόκους, κρασί άσπρο, ασπράδια χτυπημένα σε μαρέγκα)
- Γλώσσες πανέ τηγανιτές (αυγό, γαλέτα, φριτούρα)
- Φιλέτα ψαριού κολμπερ (γαλλική μαγειρική: τηγανίζουμε τα φιλέτα με φριτούρα, τα σερβίρουμε με βούτυρο της σαρδέλας ανακατεύοντας βούτυρο με πάστα σαρδέλας από σωληνάριο)

Στο φούρνο:

- Τσίροι σαλάτα (αφαιρούμε τις κεφαλές, τους σκίζουμε, τους μουσκεύουμε, τους τυλίγουμε με φύλλο χονδρού χαρτιού και τους ψήνουμε στο φούρνο. Τους σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, μαϊντανό)
- Μπακαλιάρος φούρνου (μπακαλιάρος ξαλμυρισμένος, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, φέτες ντομάτας)
- Ξιφίας φούρνου με ντομάτες (όπως για γιαχνί, λάδι, ντομάτες σε κάθε φέτα)
- Ψάρι φούρνου Σπετσιώτικο (σφυρίδα ή λαυράκι, λάδι, ντομάτα, μαϊντανό, σκόρδο, γαλέτα, κρασί άσπρο)
- Ψάρι φούρνου με κρασί (μεγάλο ψάρι, 2 φλιτζάνια νερό, 2 φλιτζάνια κρασί, μουστάρδα)
- Ψάρι πλακί(στύβουμε λεμόνι, κόβουμε κρεμμύδια, σπανάκι, ξινήθρα, μαϊντανό, λάδι, κρασί, νερό, ντομάτα, χόρτα, σκόρδο)
- Ψάρι οριεντάλ (το βάζουμε στο ταψί και περιχύνουμε με σάλτσα που έχουμε ετοιμάσει στην κατσαρόλα με λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί)
- Φιλέτα γλώσσας Φλωρεντίν (γαλλική μαγειρική: γλώσσες, σπανάκι, κρασί, παρμεζάνα, γαλέτα, μπεσαμελ)
- Φιλέτα γλώσσας Αιγυπτιακά (Γαλλική μαγειρική: γλώσσες, μελιτζάνες τηγανιτές, αφαιρούμε την ψίχα, τις γεμίζουμε με γέμιση με τσιγαρισμένο κρεμμύδι σε βούτυρο, μανιτάρια, κρασί, σάλτσα εσπανιολ, την ψίχα της μελιτζάνας, γαλέτα. Κάνουμε ποσέ τα φιλέτα και τα επιθέτουμε πάνω από κάθε μελιτζάνα, τα καλύπτουμε με μπεσαμελ, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο, και γίνονται ω-γκραταίν)
- Ψάρι ποσέ με κρασί (γαλλική μαγειρική: στρώνουμε τα φιλέτα σε βουτυρωμένο ταψί, τα αλείφουμε με λιωμένο βούτυρο, ρίχνουμε κρασί και τα θέτουμε στο φούρνο)
- Φιλέτα ψαριού με μαγιονέζα (τα βάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί, σκεπάζουμε με κρασί, και νερό, τα σερβίρουμε με μαγιονέζα στην οποία έχουμε προσθέσει φύλλα ζελατίνας για να γίνει πιο σφικτή)

Σημείωση: 7 συνταγές με ψάρια αναφέρονται ως γαλλικές συνταγές.

Κονσέρβας:

- Ντομάτες γεμιστές κρύες ή μαρινιερ (Γαλλική μαγειρική: μαγιονέζα, τόνο σε κονσέρβα, αγγουράκια τουρσί, φιλέτα σαρδέλας, μαϊντανό, κρεμμύδι ψιλό, λεμόνι, φρέσκο βούτυρο ως γαρνιτούρα)
- Σάλτσα νισουαζ (σάλτσα βικτωρία προσθέτουμε πάστα σαρδέλας από σωληνάρια και μαϊντανό)
- Σαλάτα ιταλική (όπως ρωσική σαλάτα, εκτός από παντζάρια, προσθέτουμε ζαμπόν, ψαχνά ρέγκας και σαρδέλας, ψίχα ντομάτας, μαγιονέζα, 3-4 αυγά σφιχτά, μαρούλια ραντισμένα με ξύδι)
- Αυγά προβενσαλ (βράζονται και κόβονται σε φέτες, επάνω σε κάθε αυγό βάζουμε 1 φιλέτο σαρδέλας ή ρέγκας τυλιγμένο σε ελιά Καλαμών, βάζουμε και ζελέ και μαϊντανό ή κάρδαμο)
- Σαλάτα μποεμ (διάφορα χορταρικά βραστά, φακή, κάππαρη, αγγουράκια, παντζάρια, ξύδι, μαγιονέζα, ψαχνά ρέγκας,)
- Σαλάτα ζανετ (ντομάτες για γέμισμα, σαλάτα ρωσική με ψαχνά ρέγκας, μαρούλια, μαγιονέζα, καρύδια ή παντζάρια)
- Σαλάτα Κάρμεν (σαλάτα Αμερικάνικου τρόπου: γεμίζουμε μια ντομάτα με ελιές, φιλέτα ρέγκας, πατάτες βρασμένες, λαδόξυδο, σερβίρεται με μαρουλόφυλλα)
- Καναπέ με σαρδέλα (βούτυρο σαρδέλας: δουλεύουμε τα ψαχνά από 2-3 σαρδέλες, τα περνούμε από σήτα και τα αναμειγνύουμε με βούτυρο)
- Καναπέ αρλεκεν (πάστα σαρδέλλας, μουστάρδα, βούτυρο)
- Καναπέ αμπασαντερ (φέτες μαύρο ψωμί, βούτυρο, πουρέ σαρδέλας, ρίζα χρένου, σολομός καπνιστός)
- Καναπέ ναπολιταιν (ψωμί μαύρο και άσπρο, βούτυρο, βούτυρο σαρδέλας, βούτυρο με μουστάρδα γαλλική)
- Μακαρόνια σάλτσα σαρδέλλας (λάδι ή βούτυρο, τυρί, 1 σωληνάριο πάστα σαρδέλας ή 6-8 σαρδέλες βαρελιού)
- Καναπέ ερσιλια (μαύρο ψωμί, ρώσικη σαλάτα, αγγουράκια τουρσί, μπιζέλια, φιλέτα ρέγκας, ασπράδια από σφιχτά αυγά, μαγιονέζα, σφιχτούς κρόκους αυγών περασμένους από μηχανή πουρέ)
- Καναπέ ντιαμπλοτεν (φρυγανιές άσπρου ψωμιού, με στρώση σαλάτας ως εξής: τουρσιά διάφορα, καπνισμένα φιλέτα ρέγκας και σαρδέλας ανακατεμένα με μαγιονέζα, μουστάρδα, κόκκινο πιπέρι, επάνω από τη σαλάτα σάλτσα κέτσαπ)

Καπνιστά:

- Καναπέ αμπασαντερ (φέτες μαύρο ψωμί, βούτυρο, πουρέ σαρδέλας, ρίζα χρένου, σολομός καπνιστός)

4. ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Ωμά:

- Στρείδια αμερικαιν κοκτειλ (στρείδια ωμά, κέτσαπ)

Βραστά:

- Μους γαρίδες (γαρίδες βραστές ή καραβιδάκια ή αστακό, σάλτσα μπεσαμέλ, βούτυρο φρέσκο, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- Γαρνιτούρα ματελο (30 ουρές γαρίδων, 25-30 μύδια, σωταρισμένα με άσπρο κρασί και ανακατεμένα με σάλτσα ματελο. Χωριστά ανάλογες πατάτες βρασμένες και σωταρισμένες με βούτυρο φρέσκο. Σερβίρεται μόνο με ψάρια)
- αστακός με απλή σάλτσα (αφού βράσουμε τον αστακό και κρυώσει, τον περιχύνουμε με σάλτσα με εντόσθια αστακού, σκόνη μουστάρδα, ζωμό λεμονιού, νερό, αλάτι και λάδι)
- αστακός μαγιονέζα (βραστός αστακός που σερβίρεται με μαγιονέζα, σαλάτα ρώσικη, αυγά σφιχτά και αγγουράκια τουρσί. Στη μαγιονέζα προστίθεται ζελατίνα, λεμόνι, και την αραιώνουμε με γάλα για να πάρει άσπρο χρώμα αντί μπεζ)
- γαρίδες βραστές
- καραβίδες μικρές (βράζονται και σερβίρονται κρύες με λαδολέμονο ή μαγιονέζα)
- τεμπάλ από γαρίδες (αστακός ή γαρίδες βραστές, κάνουμε ζελέ με ζωμό από τις γαρίδες, με 5 φύλλα ζελατίνας για κάθε φλιτζάνι, 2-3 κύβους ξηρού ζωμού, κρασί άσπρο)
- μύδια γεμιστά (τα γεμίζουμε με ρύζι, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια, και τα βάζουμε να βράσουν με νερό, λεμόνι και πιπέρι)
- κταπόδι βραστό τουρσί (βράζουμε το κταπόδι, το στραγγίζουμε και το βάζουμε στο ξύδι)
- κταπόδι φρέσκο βραστό
- Σαλάτα γαρίδες (γαρίδες βρασμένες, κρασί άσπρο, λαδολέμονο, πατάτες βρασμένες, αγγουράκια τουρσί, μουστάρδα, αυγά σφιχτά, μαρούλι σαλάτα)
- Σαλάτα καραβιδάκια (καραβίδες βραστές, αυγά σφιχτά, σέλινα γούλες, μαρούλια, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, πατάτες βραστές, αντίδια, μαγιονέζα)
- Σαλάτα ραβιγκότ (σαλάτα γαρίδες με μουστάρδα σε αλοιφή, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά, μαρούλι, ντομάτες, χαβιάρι μαύρο ή μπρικ, κράκερς)
- Ψάρι μπουγιαμπές σούπα(πετρόψαρα, 1-2 αστακούς, γαρίδες ή καβούρια, καρότα, μαϊντανό, σκόρδο, λάδι, λεμόνι, ζαφορά)
- Καναπέ καρντινάλ (καραβιδάκια βρασμένα, σάλτσα ταρτάρ, ψωμί)

Στη κατσαρόλα:

- Αστακός αλ' αμερικαίν (αφού βράσουμε τον αστακό, τον ρίχνουμε σε σάλτσα που ετοιμάζουμε με λάδι, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, κονιάκ, μαϊντανό, καρότα, δάφνη, κόκκινο πιπέρι, βούτυρο)
- Αστακός πιλάφι (αστακός βραστός, λάδι, ντομάτα, κρεμμύδι, ρύζι, κρεμμυδάκι, καρότα, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, δάφνη)
- Γαρίδες με σάλτσα (2 φλιτζάνια κρεμμύδια, 3-4 μεγάλες ντομάτες, 2 ποτήρια κρασί, βούτυρο ή λαδί, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Το φαγητό μπορεί να φαγωθεί και κρύο, αν μαγειρευτεί μόνο με λάδι)
- Μύδια πιλάφι (ξύνουμε τα μύδια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι, κρεμμύδι, κρασί, νερό, ντομάτα, σκεπάζουμε, ρίχνουμε το ρύζι, και σιγοβράζουμε)
- Σουπιές γιαχνί (καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια στο λάδι, προσθέτουμε κρασί, μαϊντανό, νερό, μελάνι, και μπορούμε να ρίξουμε μυρώνια ή σπανάκι)
- Καλαμαράκια γεμιστά (ρύζι, κρεμμύδι, λάδι, καλαμαράκια)
- Καλαμαράκια γιαχνί (όπως οι σουπιές)
- Κταπόδι κρασάτο (κρεμμύδι, λάδι, χταπόδι, κρασί μαύρο, ντομάτα, αλατοπίπερο)
- Χταπόδι στιφάδο (όπως κταπόδι κρασάτο, προσθέτουμε αρκετά κρεμμυδάκια στιφάδο, 2 φύλλα δάφνης)
- Κταπόδι γιαχνί(κρεμμύδι, λάδι, χταπόδι, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα)
- Κταπόδι πιλάφι με ντομάτες (βράζουν τα πλοκάμια, γιαχνίζουμε με κρεμμύδια, λάδι, νερό, ντομάτα πουρέ, ρύζι)

Στο φούρνο:

- Αστακός καρντιναλ-ο-γκρατεν (αφού βράσουμε τον αστακό, αφαιρούμε το καβούκι, το ψαχνό της ουράς το βάζουμε σε ταψί, τον σκεπάζουμε με μπεσαμέλ με κόκκινο πιπέρι στην οποία έχει προστεθεί πουρέ ντομάτας βρασμένος με λίγο νερό, βούτυρο, και ζάχαρη, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο και το γκρατινάρουμε)
- Αστακός κοκκίγια ο-γκρατέν (όπως η συνταγή αστακού Καρντινάλ, απλά ανακατεύουμε με τα ψαχνά του αστακού λίγα αυγά σφιχτά, κομμένα σε μπεσαμέλ με ντομάτα, ψήνονται δε μέσα στα κοκκίγια)
- Στρείδια στο φούρνο (με βούτυρο)

Στο τηγάνι:

- Μύδια τηγανιτά(βγάζουμε τα μύδια από το καβούκι, τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με λάδι. Επίσης μπορούμε να τα κάνουμε πανέ με αυγό και γαλέτα)
- Σουπιές τηγανιτές (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι)
- Καλαμαράκια τηγανιτά (τηγανίζονται με λάδι αφού πρώτα αλευρωθούν)

- Στρείδια τηγανιτά (όπως τα μύδια τηγανιτά)

Χαβιάρι διάφορων ειδών

- Χαβιαρόγλωσσες γιουβέτσι (αφού τις ξαλμυρίσουμε, τις λιώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι. Το σβήνουμε με νερό και ντομάτα και περιχύνουμε διάφορα λαχανικά τουρλού και ψήνουμε στο φούρνο)
- Πατατοκεφτέδες με χαβιαρόγλωσσες (το χαβιάρια γίνεται όπως η προηγούμενη συνταγή, το ανακατεύουμε με ντομάτα, αλεύρι, και τα πλάθουμε σε κεφτέδες και τους τηγανίζουμε σε ζεστό λάδι)
- Ταραμοκεφτέδες (ταραμά, ψίχα ψωμιού, αλεύρι, μαϊντανό, άνηθο, κρεμμύδι, δυόσμο, λάδι)
- Ταραμοσαλάτα (ταραμάς, ψίχα ψωμιού βρεγμένη ή πατάτες, 3 φλιτζάνια λάδι, λεμόνι, ξύδι, μαϊντανό)
- Χαβιαροσαλάτα (χαβιάρι μαύρο, ψίχα ψωμιού, λάδι, λεμόνι, νερό)
- Σάντουιτς μαλακώφ(τυρί, ζαμπόν, χαβιάρι μαύρο)
- Σάντουιτς με χαβιάρι μαύρο(2 φέτες ψωμί με μαύρο χαβιάρι)
- Καναπε μοσκοβιτ (μαύρο ψωμί, βούτυρο, μαύρο χαβιάρι)
- Καναπέ με χαβιάρι μαύρο (1 φέτα ψωμί με μαύρο χαβιάρι)
- Χαβιαρόγλωσσες φούρνου(ξαλμυρίζουμε τις χαβιαρόγλωσσες, κόβουμε αρκετά κρεμμύδια τα οποία τα τσιγαρίζουμε με λάδι, τα στρώνουμε σε ταψάκι, βάζουμε τις γλώσσες από πάνω, κρεμμύδια και φέτες ντομάτας, πασπαλίζουμε με μαϊντανό και γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο)
- Σαλάτα ραβιγκότ (σαλάτα γαρίδες με μουστάρδα σε αλοιφή, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά, μαρούλι, ντομάτες, χαβιάρι μαύρο ή μπρικ, κράκερς)

5. ΑΥΓΑ

Βραστά:

- Αυγά βραστά
- Αυγά ποσσέ
- Αυγά με ζελέ (Γαλλική μαγειρική: αυγά σφιχτά, μαγιονέζα, ψωμί, ζελέ)
- Αυγά προβενσαλ (βράζονται και κόβονται σε φέτες, επάνω σε κάθε αυγό βάζουμε 1 φιλέτο σαρδέλας ή ρέγκας τυλιγμένο σε ελιά Καλαμών, βάζουμε και ζελέ και μαϊντανό ή κάρδαμο)
- Αυγά κρύα ποσέ (σπάζουμε τα αυγά εντός κατσαρόλας με βραστό νερό, προσέχοντας να μην σπάσει ο κρόκος. Τα βάζουμε σε σκεύος με ζελέ και τα αφήνουμε στο ψυγείο)
- Αυγά γεμιστά μιμόζα (αυγά σφιχτά, μαύρο ψωμί, γέμιση από διάφορα είδη)
- Αυγά ολόκληρα κρύα (αυγά σφιχτά, τα γεμίζουμε με δόση πατάτας ως πουρέ, ανακατωμένη με κρόκους, μουστάρδα, βούτυρο, αγγουράκια τουρσί)
- Αυγά σοφρουά (αυγά σφιχτά τα οποία κόβουμε σε φέτες, και τα σερβίρουμε με φέτες ντομάτας, μαγιονέζα, μαϊντανό)
- Σαλάτα έπσυ (κουνουπίδι βρασμένο, πουρέ πατάτας, μαγιονέζα, ξύδι, πιπέρι, 8-10 αυγά, ντομάτες, μαρούλι)
- Σαλάτα ζανετ (ντομάτες για γέμισμα, σαλάτα ρωσική με ψαχνά ρέγκας, μαρούλια, μαγιονέζα, καρύδια ή παντζάρια)
- Σαλάτα ιταλική (όπως ρωσική σαλάτα, εκτός από παντζάρια, προσθέτουμε ζαμπόν, ψαχνά ρέγκας και σαρδέλας, ψίχα ντομάτας, μαγιονέζα, 3-4 αυγά σφιχτά, μαρούλια ραντισμένα με ξύδι)
- Σαλάτα νέβα (πατάτες, καρότα, μήλα ξυνά, παντζάρια βρασμένα, αλάτι, πιπέρι, λαδόξυδο, σάλτσα αγγλική, μαγιονέζα, αυγά σφιχτά, μαρούλια, ξύδι)
- Σαλατα τριανόν (σπαράγγια, πατάτες βραστές, σέλινα ρίζες, αυγά σφιχτά, μαγιονέζα, κετσαπ ή τσίλυ, μαρούλια)
- Σαλάτα πικ νικ (πατάτες βραστές, πατάτες βραστές, αγγουράκια τουρσί, γλώσσα καπνιστή, αυγά, σπαράγγια, μαρούλια, κράκερς του κουτιού)
- Σαλάτα γαρίδες (γαρίδες βρασμένες, κρασί άσπρο, λαδολέμονο, πατάτες βρασμένες, αγγουράκια τουρσί, μουστάρδα, αυγά σφιχτά, μαρούλι σαλάτα)
- Σαλάτα καραβιδάκια (καραβίδες βραστές, αυγά σφιχτά, σέλινα γούλες, μαρούλια, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, πατάτες βραστές, αντίδια, μαγιονέζα)
- Σαλάτα ραβιγκότ (σαλάτα γαρίδες με μουστάρδα σε αλοιφή, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά, μαρούλι, ντομάτες, χαβιάρι μαύρο ή μπρικ)
- Σαλάτα αγγούρια (αγγούρι, μαρουλόφυλλα, λαδόξυδο, αυγά σφικτά, σαλάτα ρώσικη ή αγγουροντοματοσαλάτα με την οποία γεμίζονται τα αγγούρια)
- Σαλάτα ρωσική (πατάτες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, μπιζέλια, παντζάρια, καρότα, κάππαρη, αγγουράκια τουρσί, 3-4 αυγά σφιχτά, σάλτσα μαγιονέζα)
- Σαλάτα αρλεκεν (σαλάτα ρώσικη, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα)

Στη κατσαρόλα:

- Αυγά φορμέ (βουτυρώνουμε μικρές φόρμες, και σε κάθε μια σπάμε 1 αυγό, τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βραστό νερό την οποία σκεπάζουμε για να μη φεύγει ο ατμός. Ξεφορμάρουμε και περιλούουμε τα αυγά με σάλτσα ντομάτας και κρουτόν)

Σάλτσες

- Σάλτσα άσπρη αυγολέμονο
- Σάλτσα Ολλανταίζ (βούτυρο, 4 κρόκους, ξύδι, νερό. Η προσθήκη αλευριού, γάλακτος γίνεται σε περίπτωση που θέλουμε να εξοικονομήσουμε βούτυρο)

- Σάλτσα ολλανδαίζ απλή
- Σάλτσα μουσελίν (όπως η Ολλανδαίζ, με περισσότερο αλεύρι και ασπράδια αυγών σε μαρέγκα)
- Σάλτσα μπεαρναιζ (ολλανταίζ, εστραγκόν)
- Σάλτσα εκαρλάτ (ολλανταίζ, πουρέ ντομάτας, ζωμό, χρώμα μπρετόν)
- Σάλτσα βινεγκρετ (λαδόξιδο, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, μαϊντανός, 1 αυγό σφιχτό)
- Σάλτσα μαγιονέζα
- Σάλτας ρωσική (μαγιονέζα με χαβιάρι μαύρο, σάλτσα Worcestershire, χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα κίτρινη (μαγιονέζα, κρόκους αυγών βρασμένους, κρασί άσπρο)
- Σάλτσα πράσινη (μαγιονέζα, χρώμα πράσινο ή μαϊντανό)
- Σάλτσα μουσκεταιρ (μαγιονέζα, ψιλό κρεμμύδι βρασμένο με κρασί άσπρο, πράσινα φύλλα φρέσκων κρεμμυδιών, μαϊντανό, ξύδι)
- Σάλτσα μαγιονέζα μουσελίν (μαγιονέζα, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- Σάλτσα ανταλούζ (μαγιονέζα, ντομάτα πουρέ, πιπεριές πράσινες)
- Σάλτσα ταρταρ (μαγιονέζα, τουρσιά ψιλά, μαϊντανό)
- Σάλτσα νορμαν

Σούπες

- ψαρόσουπα
- Κονσομέ κολμπερ (κονσομέ όπως ανωτέρω, χόρτα julienne, 1 αυγό ποσέ)
- Κονσομε οριενταλ (κονσομέ, ρύζι, αυγά σφικτά, μυαλά βρασμένα, κρουτόν, τυρί κασκαβάλι ή παρμεζάνα)
- Σούπα φάρος (κριθάρι, γάλα, 1-2 κρόκους, παρμεζάνα ελληνική)
- Κρεμ βελουτέ (ζωμός, βούτυρο, αλεύρι, 2 φλιτζάνια γάλα, 3-4 κρόκοι, βούτυρο φρέσκο)
- Κρεμ παρμαντιε (4-5 πατάτες, 1 κρεμμύδι, ζωμό κρέατος, αλεύρι, βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους)
- Κρεμ ντε ρι
- Κρεμ σουμπιζ
- Κρεμ ντ'ορζ
- Κρεμ ντυμπαρυ
- Κρεμ νισουαζ(μισή κρέμα βελουτέ, μισή πουρέ ντομάτας, πολύ γάλα, βούτυρο και μπιζέλια)
- Κρεμ ντ' ασπερζ
- Κρεμ ντε τοματ

Στο φούρνο:

- Αυγά ο γκρατέν (8 αυγά, 4 φλιτζάνια γάλα, 5 κουταλιές αλεύρι για μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Αυγά μπεσαμέλ (αυγά, μπεσαμέλ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Αυγά του φούρνου (βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, ή σαλάμι, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, γαλέτα)

Στο τηγάνι:

- Αυγά τηγανιτά (με λάδι)
- Ζαμπόν με αυγά αγγλοαμερικάνικα (τηγανιτά με ωμό ζαμπόν: πατροπαράδοτο πρωινό των Άγγλων)
- Αυγά με μπέκον
- Αυγά με ρέγκα (βάζουμε λάδι στο τηγάνι και όταν κάψει ρίχνουμε τα ψαχνά της ρέγκας και σπάζουμε πάνω σε αυγά τα αυγά)
- μυαλά τηγανιτά με αυγά
- Αυγά ομελέτα (με βούτυρο, αυγά, γάλα ή νερό)
- Ομελέτα με ντομάτα
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες βρασμένες, κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο, ρίχνουμε και τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε, μετά ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά με τριμμένο τυρί)
- Ομελέτα με λουκάνικα (8 αυγά, 5-6 λουκάνικα, 1 κρεμμύδι, βούτυρο)
- Ομελέτα με ρύζι (αυγά, ντομάτες, ρύζι βρασμένο, βούτυρο)
- Ομελέτα με παρμεζάνα ή άλλο τυρί (8 αυγά, τυρί τριμμένο, βούτυρο λιωμένο, γάλα ή νερό
- Ομελέτα παρμαντιε (2-3 πατάτες, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βούτυρο, με αυτή τη γέμιση γεμίζουμε την ομελέτα)

Κροκιέτες

- Πατάτες κροκιέτες (πατάτες, τυρί τριμμένο, 2 κρόκους αυγών, γαλέτα και 1 αυγό ολόκληρο και 2 ασπράδια για το πανάρισμα, βούτυρο, φριτούρα)
- Κροκέτες παριζιεν (γέμιση είναι με εναπομείναντα ψημένο κρέας, μπεσαμελ με κρόκους αυγών, μανιτάρια, ζαμπόν, τρούφες, γαλέτα και αυγά)
- Κροκιέτες με ρύζι (ρύζι, βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, 2 αυγά και γαλέτα)
- Κροκιέτες με κρέας ψητό (μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, κρέας ψητό ή βραστό, αυγά και γαλέτα)

Διάφορα

- Σουφλέ με τυρί (γάλα, αλεύρι, 6 αυγά, βούτυρο, τυρί ξυστό, αλάτι, μοσχοκάρυδο
- Κολοκυθοκεφτέδες
- Κοτόπηττα

- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Χορτόπηττα με αυγά (σπανάκι, κρεμμυδάκια, άνηθο, μυρώνια, ζάχαρη, κανέλα, 5 αυγά, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά)
- Τυρόπιτα (φέτα, μπεσαμέλ, βούτυρο, αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- γιορκσαερ πουτιγκ
- Ψωμάκια μπύρας (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, αυγά, μαγιά φρέσκη, αλάτι και μοσχοκάρυδο)
- Σάντουιτς Μαλακωφ (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι, μαγιά φρέσκη)
- Μικρά πιροσκί(ζύμη με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι)
- Μικρά τατελετ (η ζύμη γίνεται από αλεύρι, βούτυρο, αλάτι, 1 κρόκο αυγού, νερό και μπέικιν πάουντερ
- Μπατον σαλέ (γίνονται από ζύμη όπως για ταρτελέτες. Αφού πλάσουμε πούρα, αλείφονται με αυγό και ψήνονται στο φούρνο)
- Αρνί στήθος βραστό (κρέας, πατάτες, κρεμμύδια, καρότα, ρίζες σέλινου, αυγολέμονο)
- αρνιού ποδαράκια αυγολέμονο (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα που ετοιμάζουμε με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και βούτυρο
- μοσχαρίσια πόδια αυγολέμονο
- κεφαλή μοσχαριού αυγολέμονο (αφού βράσουμε την κεφαλή, την σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι ζωμό, αυγολέμονο και γάλα. Ψαχνά από μάγουλα, γλώσσα και μυαλό τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- πόδια μοσχαρίσια δια σούπα αυγολέμονο
- σέλινο με κρέας αυγολέμονο
- Χοιρινό σέλινο αυγολέμονο (με βούτυρο)
- αρνί με αγκινάρες αυγολέμονο (αρνί, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, αλεύρι, αγκινάρες, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, λεμόνι, αυγολέμονο. Μπορούμε να ρίξουμε στο αυγολέμονο γάλα ή γιαούρτι)
- αρνί αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, αρνί, αλεύρι, αντίδια, αυγολέμονο, κορν φλάουρ, γάλα για να γίνει η σάλτσα λευκότερη ή γιαούρτι. Μπορούμε να μη ρίξουμε καθόλου αυγολέμονο και να ρίξουμε μόνο γιαούρτι)
- Λαχανολοντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας
- Πουλιά με αυγολέμονο σάλτσα
- μοσχάρι μπλανκετ (βράζουμε το κρέας και το σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, γάλα, αυγά και χυμό λεμονιού
- πόδια μοσχαρίσια με σάλτσα μπλανκέτ (λεπτές φέτες ψωμιού τηγανιτές σε βούτυρο, σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- πουλιά μπλανκέτ
- φρικασέ αρνί (3-4 κρεμμύδια, 3-4 καρότα, ρίζες σέλινο, άνηθο, δάφνη, για τη σάλτσα αλεύρι, ζωμό φαγητού, γάλα, 1 κρόκο αυγού, ζωμό λεμονιού, κορν φλαουρ, γιαούρτι)
- φρικασέ με μαρούλια (κρέας, 4-5 κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, μαρούλια καθαρισμένα, άνηθο, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ)
- Λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς χοιρινός, κρεμμύδια, ρύζι, 2 ασπράδια αυγού, λάχανο, βούτυρο, η άσπρη σάλτσα γίνεται με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και ζωμό από τους ντολμάδες)
- Ντολμάδες κλιματόφυλλα (κιμάς, κρεμμύδι, ασπράδι αυγού, βούτυρο, ρύζι, δυόσμο. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, χυμό λεμονιού και κρόκο αυγού)
- Πιλάφι με πουλερικά (όρνιθα ή καπόνι, γάλο κτλ., βούτυρο, ρύζι, ζωμό δια πιλάφι, γάλα, 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι για σάλτσα)
- Μακαρόνια παστίτσιο (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, γαλέτα, 3 αυγά, γάλα για μπεσαμέλ, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (κιμάς, κρασί, βούτυρο, κρεμμύδια, 2 αυγά, γαλέτα, τυρί τριμμένο, κρέμα μπεσαμελ)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρονια παστίτσιο με τυρί φέτα (βούτυρο, μακαρόνια, τυρί φέτα, 4 αυγά, τυρί τριμμένο, φύλλα μπακλαβά)
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ (φύλλα μπακλαβά, κιμάς, αυγά, γαλέτα, μπεσαμέλ)
- Μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο(μακαρόνια, τυρί, αυγά, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, μπεσαμελ)
- Μακαρόνια παστίτσιο ντομάτα (πουρέ ντομάτας, ζάχαρη, τυρί, 3 αυγά, μπεσαμέλ, βούτυρο, γαλέτα)
- Πάστα νουγι (γάλα, αλεύρι, αυγά, βούτυρο)
- Ραβιόλια ιταλικά(αλεύρι, τυρί, βούτυρο, κιμά, αυγά, γαλέτα, σάλτσα ντομάτας, κρασί)
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα (ντομάτα, λουκάνικα τα οποία καβουρδίζουμε με κρεμμύδι, κρασί, μαϊντανό, λιωμένο βούτυρο, τυρί, ασπράδια 2 αυγών, γαλέτα, σάλτσα μπεσαμελ)
- Κνόκκυ με πατάτα (πατάτες που βράζονται, γίνονται πουρέ, προσθέτονται 2 αυγά, 3-4 φλιτζάνια αλεύρι, πλάθουμε χοντρά μπαστούνια, τα βράζουμε και τα σερβίρουμε όπως τα μακαρόνια με τυρί τριμμένο, και σάλτσα ντομάτας)
- Κρεπ γεμιστές (αλεύρι, γάλα, νερό, 2 αυγά, μπεικιν πάουντερ)

- Κρεπ κανελόνια γεμιστά (αλεύρι, γάλα, 3 αυγά, γέμιση με κιμά, μπεσαμελ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Φρυγανιές φούρνου (ζυμώνουμε άσπρο τυρί με γάλα, πιπέρι και αλείφουμε τις φέτες ψωμιού, τις περιχύνουμε με χτυπημένα αυγά, ανακατωμένα με λίγο γάλα, και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπουρεκάκια με κιμά (στον κιμά προσθέτουμε γαλέτα, τυρί και 1 αυγό, απλώνουμε φύλλα μπακλαβά, βάζουμε τη γέμιση, τα τυλίγουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπουρεκάκια με τυρί (η γέμιση γίνεται με τυρί και αυγό ή τυρί και μπεσαμελ και αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Μπουρεκάκια με μυαλά
- Μπουρεκάκια σπανακόπηττας
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν
- Πατάτες πατατοκεφτέδες (πατάτες, 2 αυγά, τυρί τριμμένο, αλεύρι, πλάθουμε σε κεφτέδες, τους τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τηγανίζουμε τις μελιτζάνες, τις στρώνουμε στο ταψί, βάζουμε μια στρώση κιμά, άλλη μια στρώση μελιτζάνες, κιμά και μπεσαμελ με 2 κρόκους, γαλέτα, βούτυρο και τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά με πατάτες (τηγανίζουμε τις πατάτες, τις στρώνουμε στο ταψί, από πάνω κιμά, μπεσαμέλ με 2 κρόκους, τυρί, γαλέτα, βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά κολοκυθο-ντομάτες(τηγανισμένες ντομάτας αφού τις αλευρώσουμε, τις στρώνουμε ανάμεικτα με κολοκύθια τηγανιτά, ο μουσακάς αποτελειώνει όπως οι άλλες μουσακάδες)
- Μυαλά με σάλτσα κρέμα (μπεσαμελ με κρόκο, τηγανισμένο ψωμί, τυρί τριμμένο)
- μυαλά εις κόκκιγια (μυαλά βραστά, μέσα σε κοκκίγια, μπεσαμέλ, βούτυρο, τυρί τριμμένο, γαλέτα)

6. ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

ΓΑΛΑ

- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- Χορτόπηττα με αυγά (σπανάκι, κρεμμυδάκια, άνηθο, μυρώνια, ζάχαρη, κανέλα, 5 αυγά, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά)
- Τυρόπιτα (φέτα, μπεσαμέλ, βούτυρο, αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- γιορκσαερ πουτιγκ (3φλιτζ. αλεύρι, 3 φλιτζ. γάλα, 3 αυγά, 4 κουταλ. μπεικιν πατισέρ, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο, βούτυρο ή λίπος χοιρινό, ψήνουμε στο φούρνο και σερβίρεται με ροσμπιφ αγγλικού τρόπου)
- ψωμάκια της μπύρας (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, γάλα, αυγά, βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο, μαγιά φρέσκη)
- Σάντουιτς Μαλακωφ (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι, μαγιά φρέσκη)
- Μικρά πιροσκί(ζύμη με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι)
- Αρνί βραστό με χόρτα (κρεμμύδια, πατάτες, καρότα, ρίζα σέλινου, μαϊντανό, κορν φλαουρ, γάλα, λεμόνι, βούτυρο)
- σουφλέ με τυρί
- Πάστα νουγι (γάλα, αλεύρι, αυγά, βούτυρο)
- Κρεπ γεμιστές (αλεύρι, γάλα, νερό, 2 αυγά, μπεικιν πάουντερ)
- Κρεπ κανελόνια γεμιστά (αλεύρι, γάλα, 3 αυγά, γέμιση με κιμά, μπεσαμελ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Φρυγανιές φούρνου (ζυμώνουμε άσπρο τυρί με γάλα, πιπέρι και αλείφουμε τις φέτες ψωμιού, τις περιχύνουμε με χτυπημένα αυγά, ανακατωμένα με λίγο γάλα, και ψήνουμε στο φούρνο)

Πουρέδες

- Πουρέ σπανάκι (σπανάκι, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ πατάτες (πατάτες, γάλα, βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ μπιζέλια ξηρά (μπιζέλια, βούτυρο, αλάτι, γάλα)
- Κάστανα πουρέ

Σούπες

- Σούπα φάρος (κριθάρι, ρίχνουμε γάλα ώστε να ασπρίσει η σούπα και μετά ρίχνουμε το αυγολέμονο)
- Κρεμ βελουτέ (ζωμός, βούτυρο, αλεύρι, 2 φλιτζάνια γάλα, 3-4 κρόκοι, βούτυρο φρέσκο)
- Κρεμ παρμαντιε (4-5 πατάτες, 1 κρεμμύδι, ζωμό κρέατος, αλεύρι, βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους)
- Κρεμ ντε ρι (ρύζι, γάλα, 2-3 κρόκους, βούτυρο)
- Κρεμ σουμπιζ (κρεμμύδια άσπρα, μπεσαμελ, 2-3 κρόκους, βούτυρο, λίγο γάλα, κρέμα ρουαγιάλ)
- Κρεμ ντ'ορζ (κριθάρι, κρόκους, γάλα, βούτυρο)
- Κρεμ ντυμπαρυ (κρέμα βελουτέ, κουνουπίδι, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ, βούτυρο, κρουτον)
- Κρεμ νισουαζ(μισή κρέμα βελουτέ, μισή πουρέ ντομάτας, πολύ γάλα, βούτυρο και μπιζέλια)
- Κρεμ ντ' ασπερζ(κρέμα βελουτέ, σπαράγγια)
- Κρεμ ντε τοματ

Σάλτσες

- Σάλτσα άσπρη με γάλα (μπεσαμέλ: γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, μοσχοκάρυδο)

- Σάλτσα ολλανδαίζ απλή (βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους, αλεύρι, ζωμό λεμονιού)
- Σάλτσα νορμαν (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό ψαριών, γάλα ή κρέμα γάλακτος, 2 κρόκους, λεμόνι)
- Σάλτσα ζουανβιλ (σάλτσα νορμαν, 1-2 κρόκοι, βούτυρο, χρησιμοποιείται βούτυρο αστακού ή γαρίδας ή χρωματίζεται με κόκκινο χρώμα)
- Σάλτσα καρντινάλ (σάλτσα μπεσαμέλ με ζωμό ψαριών και γάλακτος, 1-2 κρόκοι, βούτυρο, βούτυρο αστακού ή χρώμα ρόζ, ψαχνά από γαρίδες ή αστακό, τρούφα)
- Σάλτσα ναντυα (όπως ζουανβιλ, προστίθενται μανιτάρια και ουρές γαρίδων)
- Σάλτσα βικτώρια(μπεσαμελ, πουρές ντομάτας, βούτυρο, μανιτάρια, γαρίδες)
- Σάλτσα νισουαζ (σάλτσα βικτωρία προσθέτουμε πάστα σαρδέλας από σωληνάρια και μαϊντανό)
- Σάλτσα μπεεντ αγγλική (γάλα, 1 κρεμμύδι με γαρύφαλλα, αφαιρούμε το κρεμμύδι όταν βράσει το γάλα, ψίχα ψωμιού τριμμένη, κρέμα γάλακτος)

Διάφορα μαγειρευτά

- Αρνί στήθος βραστό (κρέας, πατάτες, κρεμμύδια, καρότα, ρίζες σέλινου, αυγολέμονο)
- αρνιού ποδαράκια αυγολέμονο (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα που ετοιμάζουμε με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και βούτυρο
- μοσχαρίσια πόδια αυγολέμονο
- κεφαλή μοσχαριού αυγολέμονο (αφού βράσουμε την κεφαλή, την σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, αυγολέμονο και γάλα. Ψαχνά από μάγουλα, γλώσσα και μυαλό τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- πόδια μοσχαρίσια δια σούπα αυγολέμονο
- σέλινο με κρέας αυγολέμονο
- Χοιρινό σέλινο αυγολέμονο (με βούτυρο)
- αρνί με αγκινάρες αυγολέμονο (αρνί, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, αλεύρι, αγκινάρες, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, λεμόνι, αυγολέμονο. Μπορούμε να ρίξουμε στο αυγολέμονο γάλα ή γιαούρτι)
- αρνί αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, αρνί, αλεύρι, αντίδια, αυγολέμονο, κορν φλάουρ, γάλα για να γίνει η σάλτσα λευκότερη ή γιαούρτι. Μπορούμε να μη ρίξουμε καθόλου αυγολέμονο και να ρίξουμε μόνο γιαούρτι)
- Λαχανολοντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας
- Πουλιά με αυγολέμονο σάλτσα
- μυαλά εις κόκκιγια (μυαλά βραστά, μέσα σε κοκκίγια, μπεσαμέλ, βούτυρο, τυρί τριμμένο, γαλέτα)
- μοσχάρι μπλανκετ (βράζουμε το κρέας και το σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, γάλα, αυγά και χυμό λεμονιού
- πόδια μοσχαρίσια με σάλτσα μπλανκέτ (λεπτές φέτες ψωμιού τηγανιτές σε βούτυρο, σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- πουλιά μπλανκέτ
- γλώσσα βωδινή με κάππαρη(Σάλτσα άσπρη με κάππαρη: 3-4 κουταλιές βούτυρο, 4-5 κουταλιές αλεύρι, ζωμό, γάλα, αλάτι, δουλεύουμε με σύρμα., προσθέτουμε βούτυρο, ρίχνουμε και την κάππαρη)
- φρικασέ αρνί (3-4 κρεμμύδια, 3-4 καρότα, ρίζες σέλινο, άνηθο, δάφνη, για τη σάλτσα αλεύρι, ζωμό φαγητού, γάλα, 1 κρόκο αυγού, ζωμό λεμονιού, κορν φλαουρ, γιαούρτι)
- φρικασέ με μαρούλια (κρέας, 4-5 κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, μαρούλια καθαρισμένα, άνηθο, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ)
- Λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς χοιρινός, κρεμμύδια, ρύζι, 2 ασπράδια αυγού, λάχανο, βούτυρο, η άσπρη σάλτσα γίνεται με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και ζωμό από τους ντολμάδες)
- Ντολμάδες κλιματόφυλλα (κιμάς, κρεμμύδι, ασπράδι αυγού, βούτυρο, ρύζι, δυόσμο. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, χυμό λεμονιού και κρόκο αυγού)
- Μελιτζάνες πουρέ με κεμπάπ
- Κολοκυθάκια γεμιστά με ρύζι
- Σπαράγγια ογκραταίν(μπεσαμελ)
- Σπαράγγια σάλτσα κρέμα(μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ογκρατεν (μπεσαμέλ)
- Κολοκυθάκια ογκρατεν (μπεσαμέλ)
- Ντομάτες γεμιστές με κρέμα (μπεσαμελ)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμελ)
- Κασολετ φινασιερ (μπεσαμέλ)
- Γάλος γεμιστός με κάστανα (η γέμιση γίνεται ως εξής: αφού βράσουμε τα κάστανα, τα σοτάρουμε με βούτυρο και κρεμμυδάκι, προσθέτουμε και γάλα, κανέλα, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες και γαλέτα)
- Πουλιά γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- πουλιά με κρέμα (2 πουλιά, βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο. Το γιαούρτι προστίθεται αντί κρέμας ξινής)
- πουλιά σάλτσα καρύδια
- Γαλοπούλα πιλάφι μιλανέζ

- όρνιθα πιλάφι μιλανέζα
- Όρνιθα πιλάφι ινδιέν –με σάλτσα κάρρυ (από τον ζωμό της όρνιθας για γίνει το πιλάφι, και η σάλτσα γίνεται όπως η μιλανέζα αλλά προσθέτουμε κάρυ)
- Πιτσούνια γεμιστά (όπως πουλιά γεμιστά)
- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φυστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Γαλαντίνα με ζελέ
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- Ομελέτα με παρμεζάνα ή άλλο τυρί (8 αυγά, τυρί τριμμένο, βούτυρο λιωμένο, γάλα ή νερό
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τις πατάτες)
- Πιλάφι με πουλερικά (όρνιθα ή καπόνι, γάλο κτλ., βούτυρο, ρύζι, ζωμό δια πιλάφι, γάλα, 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι για σάλτσα)
- Πιλάφι ο-γκρατεν (γάλα, βούτυρο, αλεύρι για μπεσαμέλ, πιλάφι, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, βούτυρο, γαλέτα)
- Πιλάφι μουσακά (πιλάφι με κιμά, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βουτυρωμένο ταψί, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, γαλέτα, 3 αυγά, γάλα για μπεσαμέλ, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (κιμάς, κρασί, βούτυρο, κρεμμύδια, 2 αυγά, γαλέτα, τυρί τριμμένο, κρέμα μπεσαμελ)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ (φύλλα μπακλαβά, κιμάς, αυγά, γαλέτα, μπεσαμέλ)
- Μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο(μακαρόνια, τυρί, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, μπεσαμελ)
- Μακαρόνια παστίτσιο ντομάτα (πουρέ ντομάτας, ζάχαρη, τυρί, 3 αυγά, μπεσαμέλ, βούτυρο, γαλέτα)
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα (ντομάτα, λουκάνικα τα οποία καβουρδίζουμε με κρεμμύδι, κρασί, μαϊντανό, λιωμένο βούτυρο, τυρί, ασπράδια 2 αυγών, γαλέτα, σάλτσα μπεσαμελ)
- Κροκέτες παριζιεν (γέμιση είναι με εναπομείναντα ψημένο κρέας, μπεσαμελ με κρόκους αυγών, μανιτάρια, ζαμπόν, τρούφες, γαλέτα και αυγά)
- Κροκιέτες με κρέας ψητό (μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, κρέας ψητό ή βραστό, αυγά και γαλέτα)
- Κοκκίγια γκρατινέ
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τηγανίζουμε τις μελιτζάνες, τις στρώνουμε στο ταψί, βάζουμε μια στρώση κιμά, άλλη μια στρώση μελιτζάνες, κιμά και μπεσαμελ με 2 κρόκους, γαλέτα, βούτυρο και τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά με πατάτες (τηγανίζουμε τις πατάτες, τις στρώνουμε στο ταψί, από πάνω κιμά, μπεσαμέλ με 2 κρόκους, τυρί, γαλέτα, βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά κολοκυθο-ντομάτες(τηγανισμένες ντομάτας αφού τις αλευρώσουμε, τις στρώνουμε ανάμεικτα με κολοκύθια τηγανιτά, ο μουσακάς αποτελειώνει όπως οι άλλες μουσακάδες)
- Μυαλά με σάλτσα κρέμα (μπεσαμελ με κρόκο, τηγανισμένο ψωμί, τυρί τριμμένο)

ΓΙΑΟΥΡΤΙ

- φρικασέ αρνί (3-4 κρεμμύδια, 3-4 καρότα, ρίζες σέλινο, άνηθο, δάφνη, για τη σάλτσα αλεύρι, ζωμό φαγητού, γάλα, 1 κρόκο αυγού, ζωμό λεμονιού, κορν φλαουρ, γιαούρτι)
- Σούπα πασχαλινή 1^{ος} τρόπος (πόδια αρνιού, κοιλιά, αλεύρι, εντόσθια, βούτυρο, άνηθο, ρύζι, αυγολέμονο. Προστίθεται γάλα μετά το αυγολέμονο και για λάβει κρεμώδη όψη. Συνηθίζεται επίσης και η προσθήκη γιαουρτιού αντί γάλακτος)
- πουλιά με κρέμα (2 πουλιά, βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, γάλα, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο. Το γιαούρτι προστίθεται αντί κρέμας ξινής)
- Φρυγανιές φούρνου (ζυμώνουμε άσπρο τυρί με γάλα, πιπέρι και αλείφουμε τις φέτες ψωμιού, τις περιχύνουμε με χτυπημένα αυγά, ανακατωμένα με λίγο γάλα, και ψήνουμε στο φούρνο. Το τυρί μπορεί να αναμειχθεί με γιαούρτι)

ΤΥΡΙ

- αρνί μπούτι στο χαρτί (λάδι, μαϊντανό, λεμόνι, σκόρδο, ρίγανη, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι, το ψήνουμε στο φούρνο. Μπορεί να προστεθεί τυρί φέτα τρίμματα όταν το τυλίγουμε στο χαρτί)
- αρνί στο χαρτί φούρνου (λάδι, ρίγανη, μαϊντανό, λαδόχαρτο, φέτα τυριού κασέρι είτε κεφαλίσιο)
- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)
- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Χορτόπηττα με αυγά (σπανάκι, κρεμμυδάκια, άνηθο, μυρώνια, ζάχαρη, κανέλα, 5 αυγά, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά)
- Τυρόπιτα (φέτα, μπεσαμέλ, βούτυρο, αυγά, φύλλα μπακλαβά)

- κοτόπηττα
- Μπουρεκάκια με κιμά (στον κιμά προσθέτουμε γαλέτα, τυρί και 1 αυγό, απλώνουμε φύλλα μπακλαβά, βάζουμε τη γέμιση, τα τυλίγουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπουρεκάκια με τυρί (η γέμιση γίνεται με τυρί και αυγό ή τυρί και μπεσαμελ και αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Μπουρεκάκια σπανακόπηττας όχι νηστίσιμης
- Μπουρεκάκια με μυαλά
- Τυροπηττάκια
- σουφλέ με τυρί
- κασολέτ φινανσιερ (μπεσαμελ, ζαμπόν ή καπνιστό, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο)
- βελς-ραρεμπιτ (Αγγλοαμερικάνικα ορεκτικά: Γίνονται από ξενικά τυριά, τσέστερ, ολλανδικό, αμερικάνικο, ελβετικό, παρμεζάνα, αλλά και ελληνικά όπως κασέρι, Αγγράφων, Κρήτης. Βάζουμε τα τυριά σε κατσαρόλα με μπύρα, αφήνουμε σε σιγανή φωτιά να λιώσει, και το αλείφουμε σε ψωμί ή φρυγανιές)
- Αγκινάρες γεμιστές (κιμάς, κρεμμύδι, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, δυόσμο, 15 αγκινάρες)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)
- Ντομάτες γεμιστές με κρέμα (όπως οι ντομάτες γεμιστές με κιμά, προσθέτουμε από πάνω κρέμα μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, και βούτυρο)
- Κολοκυθάκια ογκρατέν
- Κολοκυθοκεφτέδες
- Αγκινάρες πανέ
- Κουνουπίδι ογκρατέν
- Σπαράγγια ογκρατέν
- Αυγά ο γκρατέν (8 αυγά, 4 φλιτζάνια γάλα, 5 κουταλιές αλεύρι για μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Αυγά μπεσαμέλ (αυγά, μπεσαμέλ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Αυγά του φούρνου (βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, ή σαλάμι, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, γαλέτα)
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες βρασμένες, κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο, ρίχνουμε και τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε, μετά ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά με τριμμένο τυρί)
- Ομελέτα με παρμεζάνα ή άλλο τυρί (8 αυγά, τυρί τριμμένο, βούτυρο λιωμένο, γάλα ή νερό
- Ομελέτα παρμαντιε (2-3 πατάτες, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βούτυρο, με αυτή τη γέμιση γεμίζουμε την ομελέτα)
- Σούπα φάρος (κριθάρι, γάλα, αυγολέμονο, παρμεζάνα ελληνική)
- Κονσομε οριενταλ (κονσομέ, ρύζι, αυγά σφικτά, μυαλά βρασμένα, κρουτόν, τυρί κασκαβάλι ή παρμεζάνα)
- Πατάτες κροκιέτες (πατάτες, τυρί τριμμένο, 2 κρόκους αυγών, γαλέτα και 1 αυγό ολόκληρο και 2 ασπράδια για το πανάρισμα, βούτυρο, φριτούρα)
- Πατάτες γεμιστές (ψήνουμε τις πατάτες στο φούρνο, τις αδειάζουμε, κάνουμε πουρέ το εσωτερικό προσθέτουμε τυρί, και βούτυρο, και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Ρυζότο παριζιέν (ρύζι, βούτυρο, ζαμπόν, παρμεζάνα, τυρί, λίγα μανιτάρια, τρούφες, ζωμό, ζαφορά)
- Πιλάφι ο-γκρατεν (γάλα, βούτυρο, αλεύρι για μπεσαμέλ, πιλάφι, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, βούτυρο, γαλέτα)
- Πιλάφι μουσακά (πιλάφι με κιμά, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βουτυρωμένο ταψί, γαλέτα)
- Μυαλά με σάλτσα κρέμα (μπεσαμελ με κρόκο, τηγανισμένο ψωμί, τυρί τρμμένο)
- Μακαρόνια παστίτσιο (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, γαλέτα, 3 αυγά, γάλα για μπεσαμέλ, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (κιμάς, κρασί, βούτυρο, κρεμμύδια, 2 αυγά, γαλέτα, τυρί τριμμένο, κρέμα μπεσαμελ)
- Μακαρόνια ναπολιταιν (μακαρόνια, τυρί παρμεζάνα, σάλτσα ντομάτας)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρονια παστίτσιο με τυρί φέτα (βούτυρο, μακαρόνια, τυρί φέτα, 4 αυγά, τυρί τριμμένο, φύλλα μπακλαβά)
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ (φύλλα μπακλαβά, κιμάς, αυγά, γαλέτα, μπεσαμέλ)
- Μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο(μακαρόνια, τυρί, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, μπεσαμελ)
- Μακαρόνια παστίτσιο ντομάτα (πουρέ ντομάτας, ζάχαρη, τυρί, 3 αυγά, μπεσαμέλ, βούτυρο, γαλέτα)
- Μακαρόνια νηστήσιμα (μακαρόνια, λάδι, κρεμμύδι, αλεύρι, κρασί, πουρέ ντομάτας, ζάχαρη, αντί τυριού συνηθίζεται αυγοτάραχο τριμμένο)
- Μακαρόνια με σάλτσα χόρτων (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, δάφνη)
- Μακαρόνια με ντομάτα (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, ντομάτα πελτές, κρεμμύδι)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ντομάτα, μακαρόνια)
- Μακαρόνια με λουκάνικα (τυρί, βούτυρο, 8-10 λουκάνικα, ντομάτα πελτές)
- Μακαρόνια σάλτσα σαρδέλλας (λάδι ή βούτυρο, τυρί, 1 σωληνάριο πάστα σαρδέλλας ή 6-8 σαρδέλες βαρελιού)
- Φιδές δια γαρνιτούρα (βούτυρο, φιδές, ελληνική παρμεζάνα)
- Πάστα νουγι (γάλα, αλεύρι, αυγά, βούτυρο)
- Ραβιόλια ιταλικά(αλεύρι, τυρί, βούτυρο, κιμά, αυγά, γαλέτα, σάλτσα ντομάτας, κρασί)

- Λαζάνια με τυρί (ή χυλοπίτες)
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα (ντομάτα, λουκάνικα τα οποία καβουρδίζουμε με κρεμμύδι, κρασί, μαϊντανό, λιωμένο βούτυρο, τυρί, ασπράδια 2 αυγών, γαλέτα, σάλτσα μπεσαμελ)
- Κροκιέτες με ρύζι (ρύζι, βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, 2 αυγά και γαλέτα)
- Κροκέτες με κρέας ψητό
- Κοκκίγια γκρατινέ
- Κρεπ κανελόνια γεμιστά (αλεύρι, γάλα, 3 αυγά, γέμιση με κιμά, μπεσαμελ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Πατάτες πατατοκεφτέδες (πατάτες, 2 αυγά, τυρί τριμμένο, αλεύρι, πλάθουμε σε κεφτέδες, τους τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τηγανίζουμε τις μελιτζάνες, τις στρώνουμε στο ταψί, βάζουμε μια στρώση κιμά, άλλη μια στρώση μελιτζάνες, κιμά και μπεσαμελ με 2 κρόκους, γαλέτα, βούτυρο και τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά με πατάτες (τηγανίζουμε τις πατάτες, τις στρώνουμε στο ταψί, από πάνω κιμά, μπεσαμέλ με 2 κρόκους, τυρί, γαλέτα, βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μελιτζάνες γιαρίκ (ένα από τα φαγητά της ανατολικής μαγειρικής. τηγανίζουμε τις μελιτζάνες με λάδι, τις βάζουμε σε ταψί, τις γεμίζουμε με κιμά, γαλέτα, τυρί τριμμένο και κανέλα. Τις περιλούουμε με βούτυρο ή λάδι και πουρέ ντομάτας και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά κολοκυθο-ντομάτες(τηγανισμένες ντομάτας αφού τις αλευρώσουμε, τις στρώνουμε ανάμεικτα με κολοκύθια τηγανιτά, ο μουσακάς αποτελειώνει όπως οι άλλες μουσακάδες)
- μυαλά εις κόκκιγια (μυαλά βραστά, μέσα σε κοκκίγια, μπεσαμέλ, βούτυρο, τυρί τριμμένο, γαλέτα)
- σαλάτα παλερμ (φασολάκια, πατάτες, καρότα, παρμεζάνα, αγγουράκια, μπιζέλια, μαγιονέζα, ντομάτες)
- Φιλέ νουαζετ μορναι (αλευρώνουμε τα φιλέτα και τα τηγανίζουμε, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, λίγη παρμεζάνα, ζαμπόν, και γαλέτα και τα βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο λιωμένο, συνοδεύουμε με πάτους αγκινάρας, και μπιζέλια)
- Φιλέτα γλώσσας Φλωρεντίν (γαλλική μαγειρική: γλώσσες, σπανάκι, κρασί, παρμεζάνα, γαλέτα, μπεσαμελ)
- Φιλέτα γλώσσας Αιγυπτιακά (Γαλλική μαγειρική: γλώσσες, μελιτζάνες τηγανιτές, αφαιρούμε την ψίχα, τις γεμίζουμε με γέμιση με τσιγαρισμένο κρεμμύδι σε βούτυρο, μανιτάρια, κρασί, σάλτσα εσπανιολ, την ψίχα της μελιτζάνας, γαλέτα. Κάνουμε ποσέ τα φιλέτα και τα επιθέτουμε πάνω από κάθε μελιτζάνα, τα καλύπτουμε με μπεσαμελ, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο, και γίνονται ω-γκραταίν)
- Αστακός καρντιναλ-ο-γκρατεν (αφού βράσουμε τον αστακό, αφαιρούμε το καβούκι, το ψαχνό της ουράς το βάζουμε σε ταψί, τον σκεπάζουμε με μπεσαμέλ με κόκκινο πιπέρι στην οποία έχει προστεθεί πουρέ ντομάτας βρασμένος με λίγο νερό, βούτυρο, και ζάχαρη, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο και το γκρατινάρουμε)
- Αστακός κοκκίγια ο-γκρατέν (όπως η συνταγή αστακού Καρντινάλ, απλά ανακατεύουμε με τα ψαχνά του αστακού λίγα αυγά σφιχτά, κομμένα σε μπεσαμέλ με ντομάτα, ψήνονται δε μέσα στα κοκκίγια)
- σάντουιτς
- σάντουιτς Μαλακώφ
- καναπέ
- Φρυγανιές φούρνου (ζυμώνουμε άσπρο τυρί με γάλα, πιπέρι και αλείφουμε τις φέτες ψωμιού, τις περιχύνουμε με χτυπημένα αυγά, ανακατωμένα με λίγο γάλα, και ψήνουμε στο φούρνο)
- Σάντουιτς(2 φέτες ψωμί, αλειμμένες με βούτυρο, με τυρί, ζαμπόν, χαβιάρι)
- Καναπέ μοντε καρλο (τυρί ροκφόρ, βούτυρο φρέσκο)
- Καναπέ μπακονέτ (**μυζήθρα** ζυμωμένη με αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αλείφονται με αυτή τη δόση φρυγανιές, βάζουμε και μπέικον καπνιστό)

ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

- σάλτσα Χρένου (τρίβουμε το χρένο, το βάζουμε σε σαλτσιέρα με αλάτι, ζάχαρη, ξύδι, ψίχα ψωμιού, και γάλα ή κρέμα γάλακτος ή ζεστό νερό. Συνοδεύει το ροσμπίφ)
- Σπαράγγια σάλτσα κρέμα (τα σερβίρουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, στην οποία προσθέτουμε ή κρέμα γάλακτος ή βούτυρο)
- Μους γαρίδες (Γαλλική μαγειρική: γαρίδες βραστές ή καραβιδάκια ή αστακό, σάλτσα μπεσαμέλ, βούτυρο φρέσκο, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- μους φουα γκρα (Γαλλική μαγειρική: φουα γκρα, βούτυρο φρέσκο, κρέμα σαντιγί, τρούφες, ζελέ κρέατος)
- μους ζαμπόν με ζελέ (Γαλλική μαγειρική: ζαμπόν, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγί, ζελέ, τρούφες)
- μικρά μους ζαμπόν (Γαλλική μαγειρική: ζαμπόν, μπεσαμελ, βούτυρο, κρέμα σαντιγί, ζελέ, τρούφες)
- Σάλτσα μαγιονέζα μουσελίν (μαγιονέζα, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- Σάλτσα μπεεντ αγγλική (γάλα, 1 κρεμμύδι με γαρύφαλα, αφαιρούμε το κρεμμύδι όταν βράσει το γάλα, ψίχα ψωμιού τριμμένη, κρέμα γάλακτος)
- Σάλτσα νορμαν

7. ΌΣΠΡΙΑ

Βραστά:

- Φασόλια ξηρά σαλάτα (φασόλια άσπρα σερβίρουμε με σάλτσα βινεγκρέτ)
- Σούπα ρεβίθια (παίρνουν βράση, κρεμμύδια ψιλά, λάδι)
- Σούπα φασόλια (κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ντομάτα, λάδι, αλεύρι)
- Σούπα φασόλια πουρέ (όπως η προηγούμενη, προσθέτουμε κρουτόν)
- Σαλάτα ρωσική (πατάτες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, μπιζέλια, παντζάρια, καρότα, κάππαρη, αγγουράκια τουρσί, 3-4 αυγά σφιχτά, σάλτσα μαγιονέζα)
- Σαλάτα αρλεκεν (σαλάτα ρώσικη, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα)
- Σαλάτα μποεμ (διάφορα χορταρικά βραστά, φακή, κάππαρη, αγγουράκια, παντζάρια, ξύδι, μαγιονέζα, ψαχνά ρέγκας)
- Σαλάτα μποεμιεν (πουρέ από φακές, πατάτες βραστές, φασολάκια βραστά, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, μπέικον τηγανιτό)
- Σαλάτα τόσκα (πουρέ φασόλια, φασολάκια, πατάτες, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, ρώσικη σαλάτα, ντομάτες)
- Σαλάτα ζανετ (ντομάτες για γέμισμα, σαλάτα ρωσική με ψαχνά ρέγκας, μαρούλια, μαγιονέζα, καρύδια ή παντζάρια)
- Σαλάτα ιταλική (όπως ρωσική σαλάτα, εκτός από παντζάρια, προσθέτουμε ζαμπόν, ψαχνά ρέγκας και σαρδέλας, ψίχα ντομάτας, μαγιονέζα, 3-4 αυγά σφιχτά, μαρούλια ραντισμένα με ξύδι)

Στη κατσαρόλα:

- αρνί με φασόλια ξηρά (βούτυρο, κρεμμύδια, κρέας, αλεύρι, μαϊντανό, δυόσμο, φασόλια βρασμένα)
- φασόλια ξερά γιαχνί
- φασόλια ξερά πλακί (κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, λάδι, μαϊντανό)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Σιτάλευρο

Ζύμη

- σουφλέ με τυρί
- γιορκσαερ πουτιγκ
- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)
- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- Κοτόπηττα
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Χορτόπηττα με αυγά (σπανάκι, κρεμμυδάκια, άνηθο, μυρώνια, ζάχαρη, κανέλα, 5 αυγά, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά)
- Τυρόπιτα (φέτα, μπεσαμέλ, βούτυρο, αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Κρεατοπιτάκια (ζύμη σφολιάτα με γέμιση με κιμά που καβουρδίζουμε σε βούτυρο με κρεμμύδι, προσθέτουμε κρασί άσπρο και ντομάτα)
- γαλέτα, βούτυρο)
- τυροπηττακια
- κοτοπηττάκια (γέμιση από ψαχνά πουλερικά, ζαμπόν, σάλτσα μπεσαμελ)
- Μπουρεκάκια με κιμά (στον κιμά προσθέτουμε γαλέτα, τυρί και 1 αυγό, απλώνουμε φύλλα μπακλαβά, βάζουμε τη γέμιση, τα τυλίγουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπουρεκάκια με μυαλά
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν (η γέμιση γίνεται με κοπανισμένο ζαμπόν ανακατωμένο με μπεσαμελ, 1-2 κρόκους)
- Μπουρεκάκια σπανακόπηττας (σπανάκι, κρεμμύδι, μυρώνια, λάδι, εάν δεν είναι για την σαρακοστή, προσθέτουμε τυρί φέτας, αυγά σφιχτά)
- Μπουρεκάκια με τυρί (η γέμιση γίνεται με τυρί και αυγό ή τυρί και μπεσαμελ και αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Πατέ λαγού (για την ζύμη: αλεύρι, πάχος χοιρινό, 2 κρόκους)
- Κνόκκυ με πατάτα (πατάτες που βράζονται, γίνονται πουρέ, προσθέτονται 2 αυγά, 3-4 φλιτζάνια αλεύρι, πλάθουμε χοντρά μπαστούνια, τα βράζουμε και τα σερβίρουμε όπως τα μακαρόνια με τυρί τριμμένο, και σάλτσα ντομάτας)
- Πάστα νουγι (γάλα, αλεύρι, αυγά, βούτυρο)
- Ραβιόλια ιταλικά(αλεύρι, τυρί, βούτυρο, κιμά, αυγά, γαλέτα, σάλτσα ντομάτας, κρασί)
- Ζύμη σφολιάτας (αλεύρι, μπέικιν πάουντερ, βούτυρο ή μαργαρίνη, νερό, αλάτι)
- πρόχειρη ζύμη σφολιάτα (βούτυρο, αλεύρι, 1 ασπράδι αυγού, νερό, αλάτι, μπέικιν)
- Βολ-ο-βαν (ζύμη σφολιάτα, αυγό χτυπημένο)
- Βολ-ο-βαν γεμιστό
- Πετι πατέ, πετι-μπουσέ και πετι βολ-ο βαν
- Κρεπ γεμιστές (αλεύρι, γάλα, νερό, 2 αυγά, μπέικιν πάουντερ)
- Κρεπ κανελόνια γεμιστά (αλεύρι, γάλα, 3 αυγά, γέμιση με κιμά, μπεσαμελ, τυρί,

- Σάντουιτς Μαλακωφ (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι, μαγιά φρέσκη)
- Μικρά πιροσκί(ζύμη με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι)
- Μπουσέ διάφορα (γίνονται με ζύμη σφολιάτας, γεμίζονται με ότι γέμιση θέλουμε)
- Κορνε διάφορα (γίνονται με πρόχειρη σφολιάτα, δίνουμε το σχήμα χωνιού, γεμίζονται με ότι γέμιση θέλουμε)
- Καναπέ παριζιεν (ταρτελετ σε σχήμα βαρκάκια με σαλάτα ρωσική, ψαχνά πουλερικών σε ζελέ)
- Μικρά τατελετ (η ζύμη γίνεται από αλεύρι, βούτυρο, αλάτι, 1 κρόκο αυγού, νερό και μπέικιν πάουντερ
- Μπατον σαλέ (γίνονται από ζύμη όπως για ταρτελέτες. Αφού πλάσουμε πούρα, αλείφονται με αυγό και ψήνονται στο φούρνο)
- Ψωμάκια μπύρας (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, αυγά, μαγιά φρέσκη, αλάτι και μοσχοκάρυδο)

Σάλτσες

- Σάλτσα άσπρη με γάλα (μπεσαμέλ: γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα εσπανιόλ (βούτυρο ή λίπος, αλεύρι, ζωμός κρέατος, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)
- Σάλτσα ντεμι γκλας (εσπανιόλ, κύβους ζωμού, κρασί άσπρο, βούτυρο)
- Σάλτσα μαδέρα (εσπανιολ, κρασί μαδέρας ή μαυροδάφνη)
- Σάλτσα πικαντ (εσπανιολ, αγγουράκια τουρσι, ξύδι, καγιέν, βούτυρο, εστραγκον)
- Σάλτσα πουαβραντ (εσπανιολ, ξύδι, κρεμμύδι, κρασί, δάφνη, μοσχοκάρυδο, βούτυρο)
- Σάλτσα μπορντελαιζ (κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί μαύρο, σάλτσα εσπανιολ, μεδούλι βωδινό βρασμένο)
- Σάλτσα ματελον (εσπανιολ, κρασί μαύρο, κρεμμύδι, δάφνη, ουσία σαρδέλας, βούτυρο)
- Σάλτσα πορτυγκεζ (κρασί άσπρο, σέλινο, δάφνη, γαρύφαλα, εσπανιολ, φλούδα πορτοκαλιού, χυμό πορτοκαλιού)
- Σάλτσα περιγκεζ(εσπανιολ, τρούφες, κρασί μαυροδάφνη)
- Σάλτσα φινανσιερ (εσπανιολ, τρούφες, μανιτάρια, βούτυρο)
- Σάλτσα ντομάτα (ντομάτα πουρέ, ζωμό, βούτυρο, αλεύρι, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, κορν φλαουρ, μαϊντανό, κύβους ζωμού)
- Σάλτσα προβανσαλ (σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, βούτυρο, σκόρδο, μαϊντανό)
- Σάλτσα σισιλιέν (εσπανιόλ, κρασί μαυροδάφνη, κρεμμύδια, φριτούρα, μαϊντανό)
- Σάλτσα ρομπερ (2 κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, εσπανιολ, μουστάρδα)
- Σάλτσα ολλανδαίζ απλή (βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους, αλεύρι, ζωμό λεμονιού)
- Σάλτσα μουσελίν (όπως η Ολλανδαίζ, με περισσότερο αλεύρι και ασπράδια αυγών σε μαρέγκα)
- Σάλτσα νορμαν (βούτυρο, αλεύρι, ζωμό ψαριών, γάλα ή κρέμα γάλακτος, 2 κρόκους, λεμόνι)
- Σάλτσα ζουανβιλ (σάλτσα νορμαν, 1-2 κρόκοι, βούτυρο, χρησιμοποιείται βούτυρο αστακού ή γαρίδας ή χρωματίζεται με κόκκινο χρώμα)
- Σάλτσα καρντινάλ (σάλτσα μπεσαμέλ με ζωμό ψαριών και γάλακτος, 1-2 κρόκοι, βούτυρο, βούτυρο αστακού ή χρώμα ρόζ, ψαχνά από γαρίδες ή αστακό, τρούφα)
- Σάλτσα ναντυα (όπως ζουανβιλ, προστίθενται μανιτάρια και ουρές γαρίδων)
- Σάλτσα βικτώρια(μπεσαμελ, πουρές ντομάτας, βούτυρο, μανιτάρια, γαρίδες)
- Σάλτσα νισουαζ (σάλτσα βικτωρία προσθέτουμε πάστα σαρδέλας από σωληνάρια και μαϊντανό)
- Σάλτσα ματελοτ (σάλτσα νορμαντ, αντί για γάλα βάζουμε ζωμό ψαριών και κρασί άσπρο, 1 -2 κρόκους, βούτυρο, μύδια βρασμένα)

Σούπες

- Κρεμ βελουτέ (ζωμός, βούτυρο, αλεύρι, 2 φλιτζάνια γάλα, 3-4 κρόκοι, βούτυρο φρέσκο)
- Κρεμ παρμαντιε (4-5 πατάτες, 1 κρεμμύδι, ζωμό κρέατος, αλεύρι, βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους)
- Κρεμ σουμπιζ (κρεμμύδια, αραιή βελουτέ, μπεσαμέλ, βούτυρο, 2-3 κρόκους, γάλα, κρέμα ρουαγιάλ)
- Κρεμ ντυμπαρυ(δόση βελουτέ, ρίχνουμε κουνουπίδι, κρεμμύδι)
- Κρεμ νισουαζ(μισή κρέμα βελουτέ, μισή πουρέ ντομάτας, πολύ γάλα, βούτυρο και μπιζέλια)
- Κρεμ ντ' ασπερζ
- Κρεμ ντε τοματ (βελουτέ στην οποία ρίχνουμε πελτέ ντομάτας, κρεμμύδι, σέλινο, γάλα, κορν φλαουρ, βούτυρο)

Μπουλουγούρι

- μπουλουγούρι πιλάφι (βούτυρο, μπλουγούρι, ζουμί, κρεμμύδι, νερό ή ζωμό)
- μπουλουγούρι γιουβέτσι (γίνεται όπως το κρέας αρνιού ή μοσχαριού στο φούρνο γκιουβέτσι με την διαφορά αντί για σπαγγέτο βάζουν μπουλουγούρι. Νοστιμότερο είναι με χοιρινό. Το μπουλουγούρι χρειάζεται πιο πολύ βούτυρο από το ρύζι και το σπαγγέτο)

Σιμιγδάλι

- Σούπα ντομάτα νηστίσιμη (ντομάτες, σιμιγδάλι, κρουτόν ή σκέτα ψωμάκια)

Ταπιόκα

- Κονσομέ αμπασαντερ (κονσομέ, κόκαλλα πουλερικών, ταπιόκα, τρούφες, μανιτάρια, ψαχνά πουλερικών, μαυροδάφνη)

Κριθάρι

- Κρεμ ντ'ορζ (κριθάρι, βούτυρο, 2 κρόκους, γάλα)
- Σούπα φάρος (κριθάρι, γάλα, 1-2 κρόκους, φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ελληνική)

Ψωμί:

- Φρυγανιές φούρνου (ζυμώνουμε άσπρο τυρί με γάλα, πιπέρι και αλείφουμε τις φέτες ψωμιού, τις περιχύνουμε με χτυπημένα αυγά, ανακατωμένα με λίγο γάλα, και ψήνουμε στο φούρνο)
- Σάντουιτς(2 φέτες ψωμί, αλειμμένες με βούτυρο, με τυρί, ζαμπόν, χαβιάρι)
- Καναπέ με ζαμπόν(1 φέτα ψωμί, βούτυρο, ζαμπόν, μουστάρδα)
- Καναπέ με χαβιάρι μαύρο (1 φέτα ψωμί με μαύρο χαβιάρι, βούτυρο)
- Καναπέ με σαρδέλα (βούτυρο σαρδέλας: δουλεύουμε τα ψαχνά από 2-3 σαρδέλες, τα περνούμε από σήτα και τα αναμειγνύουμε με βούτυρο)
- Καναπέ αρλεκεν (πάστα σαρδέλλας, μουστάρδα, βούτυρο)
- Καναπέ αμπασαντερ (φέτες μαύρο ψωμί, βούτυρο, πουρέ σαρδέλας, ρίζα χρένου, σολομός καπνιστός)
- Καναπέ ναπολιταιν (ψωμί μαύρο και άσπρο, βούτυρο, βούτυρο σαρδέλας, βούτυρο με μουστάρδα γαλλική)
- Καναπέ μερυλανδ (βούτυρο αλατισμένο με μουστάρδα γαλλική, ψαχνά στήθους γαλοπούλας ή όρνιθας βραστής, ζελέ)
- Καναπέ μοντε καρλο (τυρί ροκφόρ, βούτυρο φρέσκο)
- Καναπέ ιβανοε (μαύρο ψωμί, ζαμπόν, βούτυρο, μουστάρδα)
- Καναπέ ερσιλια (μαύρο ψωμί, ρώσικη σαλάτα, αγγουράκια τουρσί, μπιζέλια, φιλέτα ρέγκας, ασπράδια από σφιχτά αυγά, μαγιονέζα, σφιχτούς κρόκους αυγών περασμέμους από μηχανή πουρέ)
- Καναπέ ντιαμπλοτεν (φρυγανιές άσπρου ψωμιού, με στρώση σαλάτας ως εξής: τουρσιά διάφορα, καπνισμένα φιλέτα ρέγκας και σαρδέλας ανακατεμένα με μαγιονέζα, μουστάρδα, κόκκινο πιπέρι, επάνω από τη σαλάτα σάλτσα κέτσαπ)
- Καναπέ στρασμπουργζ(ψωμί άσπρο, ζελέ, φουα γκρά)
- Καναπέ ζεφυρ (δόση φουα γκρά δουλεμένο με βούτυρο, με αυτό αλείφουμε φέτες άσπρο ψωμί και γαρνίρουμε με κρέμα σαντιγύ χωρίς ζάχαρη)
- Καναπέ μπακάρα (άσπρο ψωμί, βούτυρο με γαλλική μουστάρδα, ζαμπόν, τρούφα ή κοκκινογούλι)
- Καναπέ γκουρμέ (άσπρο ψωμί, γλώσσα καπνιστή, σάλτσα αγγλική, ζελέ κοπανισμένο, βούτυρο)
- Καναπέ μπριτζ (άσπρο ψωμί, βούτυρο, φουα γκρά, ασπράδι του αυγού, τρούφα ή αγγουράκι πράσινο)
- Καναπέ Φρανκφούρτ (Μαύρο ψωμί, βούτυρο, μουστάρδα γαλλική, σαλάμι γερμανικό που λέγεται Λέμπερ Βύρστ)
- Καναπέ καρντινάλ (καραβιδάκια βρασμένα, σάλτσα ταρτάρ, ψωμί)
- Καναπε μοσκοβιτ (μαύρο ψωμί, βούτυρο, μαύρο χαβιάρι)
- Καναπέ μπακονέτ (μυζήθρα ζυμωμένη με αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αλείφονται με αυτή τη δόση φρυγανιές, βάζουμε και μπέικον καπνιστό)
- Καναπε ντόμινο (μαύρο ψωμί, σάλτσα αγγλική του μπουκαλιού, βούτυρο αλατισμένο, με λίγο βούτυρο με κακάο για να γίνει καστανί, με το οποίο κάνουν τα σημάδια)
- Καναπέ βικτωρία (ταρτελέτες σε σχήμα βαρκούλας, γεμίζονται με φουα γκρα δουλεμένο με βούτυρο, προσθέτοντας ψαχνά άσπρα πουλερικών κοπανισμένα)
- Καναπέ επικυρ (στρογγυλές φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο, κοπανισμένα άσπρα ψαχνά πουλερικών, σάλτσα μαγιονέζα πικάντικη, πασπαλισμένες με σφικτό κρόκο αυγού περασμένο από μηχανή πουρέ, τα ασπράδια ανακατεύονται με τα ψαχνά των πουλερικών, μπορούμε να βάλουμε και τρούφες)
- βελς-ραρεμπιτ (Αγγλοαμερικάνικα ορεκτικά: Γίνονται από ξενικά τυριά, τσέστερ, ολλανδικό, αμερικάνικο, ελβετικό, παρμεζάνα, αλλά και ελληνικά όπως κασέρι, Αγγράφων, Κρήτης. Βάζουμε τα τυριά σε κατσαρόλα με μπύρα, αφήνουμε σε σιγανή φωτιά να λιώσει, και το αλείφουμε σε ψωμί ή φρυγανιές)

Ως δευτερευέων συστατικό

- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φυστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Γαλαντίνα με ζελέ
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- πόδια μοσχαρίσια με σάλτσα μπλανκέτ (λεπτές φέτες ψωμιού τηγανιτές σε βούτυρο, σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- Αυγά με ζελέ
- Ταραμοσαλάτα (ταραμάς, ψίχα ψωμιού βρεγμένη ή πατάτες, 3 φλιτζάνια λάδι, λεμόνι, ξύδι, μαϊντανό)
- Χαβιαροσαλάτα (χαβιάρι μαύρο, ψίχα ψωμιού, λάδι, λεμόνι, νερό
- Ταραμοκεφτέδες (ταραμά, ψίχα ψωμιού, αλεύρι, μαϊντανό, άνηθο, κρεμμύδι, δυόσμο, λάδι)

Ζυμαρικά:

- Γαρνιτούρα ναπολιταίν (μακαρόνια Ναπολιταίν)
- Μακαρόνια παστίτσιο (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, γαλέτα, 3 αυγά, γάλα για μπεσαμέλ, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά
- Μακαρόνια ναπολιταιν (μακαρόνια, τυρί παρμεζάνα, σάλτσα ντομάτας)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρονια παστίτσιο με τυρί φέτα
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ
- Μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο

- Μακαρόνια παστίτσιο ντομάτα
- Μακαρόνια νηστήσιμα
- Μακαρόνια με σάλτσα χόρτων
- Μακαρόνια με ντομάτα
- Μακαρόνια με κιμά
- Μακαρόνια με λουκάνικα
- Μακαρόνια σάλτσα σαρδέλλας
- Φιδές δια γαρνιτούρα
- Λαζάνια με τυρί
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγγέτο(βούτυρο ή πάχος, κρασί, ντομάτα, σπαγγέτι, τυρί τριμμένο)
- Σούπα φιδές (μπορεί να γίνει αυγολέμονο ή με ντομάτα νηστείας ή μη αφού πρώτα ξανθίζεται κρεμμύδι με λάδι)
- Κονσομέ ζυαννιτα (κονσομέ, ντομάτες, φιδέ, κρέμα ρουαγιαλ)
- Σούπα σησαμάκι-ανθάκι-αστράκι (είτε αυγολέμονο, είτε με ντομάτα, με ζωμό κρέατος ή νερό και ντομάτα. Όταν γίνεται με νερό ξανθίζεται και κρεμμύδι. Όταν γίνεται αυγολέμονο, διαλύεται πρώτα λίγο κορν φλαουρ σε λίγο γάλα)
- Κονσομέ ζενουαζ (κονσομέ, μπιζέλια, πάστα ιταλική, μαϊντανό)

Ρύζι

- Κροκιέτες με ρύζι (ρύζι, βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, 2 αυγά και γαλέτα)
- Γαρνιτούρα μιλαναιζ
- Ρύζι πιλάφι(βούτυρο, ζωμό ή νερό)
- Ρύζι ατζέμ πιλάφι (κρέας πρόβειο ή αρνιού, βούτυρο, ρύζι, 1 κρεμμύδι, λίγη ντομάτα, αλάτι, πιπέρι. Αφού τσιγαρίζουμε το κρέας σε κομμάτια με βούτυρο και κρεμμύδι, ρίχνουμε όσο νερό χρειάζεται και το ανάλογο ρύζι και αφήνουμε να βράσει)
- Πιλάφι με συκωτάκια αρνιού (βούτυρο, ρύζι, κρασί, συκωτάκια, κρεμμύδι, μπελτέ, ζάχαρη, δάφνη, τα συκωτάκια τα τηγανίζουμε σε βούτυρο και κατόπιν τα ρίχνουμε στη σάλτσα)
- Πιλάφι με πουλερικά (όρνιθα ή καπόνι, γάλο κτλ., βούτυρο, ρύζι, ζωμό δια πιλάφι, γάλα, 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι για σάλτσα)
- Ψαροπίλαφο Κυβέλης (πετρόψαρα, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, λάδι ή βούτυρο, το πιλάφι γίνεται με το ζωμό από τα βρασμένα ψάρια, και με το υπόλοιπο ζωμό γίνεται μια σάλτσα όπως μπεσαμέλ)
- Ρύζι βρασμένο δια γαρνιτούρα (ρύζι, νερό, αλάτι, βούτυρο)
- Ρυζότο παριζιέν (ρύζι, βούτυρο, ζαμπόν, παρμεζάνα, τυρί, λίγα μανιτάρια, τρούφες, ζωμό, ζαφορά)
- Ρύζι μιλανέζα (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Γαλοπούλα πιλάφι μιλανέζ (βράζουμε τη γαλοπούλα και τη συνοδεύουμε με πιλάφι και σάλτσα μιλανέζ)
- Όρνιθα πιλάφι μπραιζε (την βράζουμε πρώτα για να χρησιμοποιήσουμε το ζωμό για σούπα, και μετά την αλείφουμε με λεμόνι και την κάνουμε μπραιζέ στη κατσαρόλα χρησιμοποιώντας περισσότερη ντομάτα και κρασί)
- Όρνιθα πιλάφι ινδιέν –με σάλτσα κάρρυ (από τον ζωμό της όρνιθας για γίνει το πιλάφι, και η σάλτσα γίνεται όπως η μιλανέζα αλλά προσθέτουμε κάρυ)
- Πιλάφι με γαρίδες (γαρίδες, ρύζι, λάδι, βούτυρο, ντομάτες, κρεμμύδι)
- Πιλάφι με αστακό (όπως πιλάφι με γαρίδες αλλά αντί γαρίδες βάζουμε αστακό)
- Πιλάφι γαρίδες ή αστακός με σάλτσα (αστακός ή γαρίδες, ρύζι, κρεμμύδια, βούτυρο και λάδι, κρασί, ντομάτες, ζουμί από το βράσιμο των γαρίδων, μαϊντανό, ζάχαρη)
- Πιλάφι ο-γκρατεν (γάλα, βούτυρο, αλεύρι για μπεσαμέλ, πιλάφι, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, βούτυρο, γαλέτα)
- Πιλάφι με ντομάτες γκλασέ (παρασκευάζεται το πιλάφι και από πάνω θέτουμε τις ντομάτες γκλασέ: ντομάτες, ζάχαρη, γαλέτα, βούτυρο ή λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)
- Πιλάφι με αυγολέμονο (για το αυγολέμονο, βούτυρο, 2-3 κουταλιές αλεύρι, γάλα, 1-2 κρόκους, ζωμό λεμονιού, βούτυρο)
- Πιλάφι με κιμά (ο κιμάς γίνεται με βούτυρο, κρεμμύδια, ντομάτα, μαϊντανό)
- δαμαλάκι αντζέμ πιλάφι (καβουρδίζουμε τα τεμάχια κρέατος με κρεμμύδι και βούτυρο, ρίχνουμε νερό, ντομάτες, και σιγοψήνουμε. Περνάμε από το τρυπητήρι και μένουν τα κρεμμύδια και οι ντομάτες στο τρυπητό. Στο ζωμό ρίχνουμε το κρέας και το ρύζι μαζί με βούτυρο και αφήνουμε μέχρι να απορροφηθεί όλο το υγρό)
- Πιλάφι μουσακά (πιλάφι με κιμά, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βουτυρωμένο ταψί, γαλέτα)
- Πιλάφι τας κεμπαπ (κρέας αρνιού ή μοσχαριού, κρεμμύδια, βούτυρο, ντομάτα, κρασί, νερό, ρύζι)
- Πιλάφι ιμαμ μπαιλντι (η σάλτσα: σωτάρουμε κρεμμύδια με βούτυρο, ρίχνουμε κρασί, ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, ζάχαρη, αφήνουμε να λιώσουν τα κρεμμύδια. Με τη σάλτσα αυτή περιχύνουμε το πιλάφι)
- Πιλάφι με κόκκινη κολοκύθα (ρύζι, κολοκύθα, λάδι ή βούτυρο, κρεμμύδι)
- Πιλάφι με ζωμό χόρτων (καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ρέβες, πράσο, αφού βράσουν στραγγίζουμε το ζωμό και τον χρησιμοποιούμε για το πιλάφι, προσθέτοντας το ανάλογο βούτυρο, περιλούουμε με σάλτσα ντομάτας ή μπεσαμέλ με τυρί τριμμένο)

- Αστακός πιλάφι (αστακός βραστός, λάδι, ντομάτα, κρεμμύδι, ρύζι, κρεμμυδάκι, καρότα, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, δάφνη)
- Μύδια πιλάφι (ξύνουμε τα μύδια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι, κρεμμύδι, κρασί, νερό, ντομάτα, σκεπάζουμε, ρίχνουμε το ρύζι, και σιγοβράζουμε)
- Κταπόδι πιλάφι με ντομάτες (βράζουν τα πλοκάμια, γιαχνίζουμε με κρεμμύδια, λάδι, νερό, ντομάτα πουρέ, ρύζι)
- Λάχανο ντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας (σταφίδες μαύρες, ρύζι, κρεμμύδι ψιλό, κουκουνάρια, μαϊντανό, άνηθο, βούτυρο ή χοιρινό λίπος, 2 αυγά. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, γάλα, ζωμό ντολμάδων, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- Λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς χοιρινός, κρεμμύδια, ρύζι, 2 ασπράδια αυγού, λάχανο, βούτυρο, η άσπρη σάλτσα γίνεται με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και ζωμό από τους ντολμάδες)
- Λαχανολοντολμάδες νηστήσιμοι (η γέμιση γίνεται με ρύζι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, λάδι, σταφίδες)
- Λαχανολοντολμάδες νηστίσιμοι
- ντολμάδες με φύλλα μαρουλιών
- Ντολμάδες κληματόφυλλα
- Ντομάτες γεμιστές με κιμά (ρύζι, κιμάς, δυόσμο, μαϊντανό, γαλέτα, βούτυρο)
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι(κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Ντομάτες γεμιστές με κρέμα (όπως οι ντομάτες γεμιστές με κιμά, προσθέτουμε από πάνω κρέμα μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, και βούτυρο)
- Ντομάτες γεμιστές με μελιτζάνες (λάδι, κρεμμύδια, μελιτζάνες, ρύζι, γαλέτα)
- Μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Κολοκυθάκια γεμιστά με ρύζι (ρύζι, κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, γαλέτα, 2 ασπράδια αυγών, βούτυρο, σάλτσα άσπρη αυγολέμονο)
- Γιαλαντζή ντολμάδες (κληματόφυλλα, γέμιση με ρύζι, λάδι, κρεμμύδι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, πιπέρι, λεμόνι)
- Μαρούλια γεμιστά (σαλάτες, γέμιση με κιμά, ρύζι, ασπράδι αυγού, κρεμμύδι, βούτυρο για το ψήσιμο στη κατσαρόλα, σάλτσα άσπρη αυγολέμονο)
- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)
- αρνί σέλα γεμιστή (σέλα αρνιού με το συκώτι, ρύζι, 1 κρεμμύδι, σταφίδες μαύρες και κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, βούτυρο)
- γουρουνόπουλο ψητό φούρνου γεμιστό (η γέμιση γίνεται με ρύζι, 8-10 λουκάνικα καπνιστά, το αλείφουμε με λίπος χοιρινό)
- λαμπριάτικο αρνί γεμιστό (βούτυρο, κρεμμυδάκια, γέμιση με ρύζι, εντόσθια, άνηθο, μαϊντανό, δυόσμο)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (κιμά, ρύζι, 3-4 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, 3-4 κουταλιές βούτυρο, μαϊντανό, 2 κρόκους, λεμόνι)
- Σουτζουκάκια με αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, 2-3 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, οι κρόκοι για το αυγολέμονο, φύλλα λάχανου άσπρα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Πουλιά γεμιστά με ρύζι
- μύδια γεμιστά (τα γεμίζουμε με ρύζι, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια, και τα βάζουμε να βράσουν με νερό, λεμόνι και πιπέρι)
- Καλαμαράκια γεμιστά (ρύζι, κρεμμύδι, λάδι, καλαμαράκια)
- Ψαρόσουπα
- Κονσομε οριενταλ (κονσομέ, ρύζι, αυγά σφικτά, μυαλά βρασμένα, κρουτόν, τυρί κασκαβάλι ή παρμεζάνα)
- Κρεμ ντε ρυ

8. ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

- Ντομάτες γεμιστές κρύες ή μαρινιερ (Γαλλική μαγειρική: μαγιονέζα, τόνο σε κονσέρβα, αγγουράκια τουρσί, φιλέτα σαρδέλας, μαϊντανό, κρεμμύδι ψιλό, λεμόνι, φρέσκο βούτυρο ως γαρνιτούρα)
- Ντομάτες ποταζερ (Γαλλική μαγειρική: αδειάζονται οι ντομάτες και γεμίζονται με ψίχα ντομάτας, αγγούρι, μαγιονέζα, πιπεριές πράσινες, μαϊντανό, κρεμμύδι ψιλό, αγγουράκια τουρσί)
- Σαλάτα γουωλντορφ (μαρούλι, μήλα, καρύδια, σέλινο, μαγιονέζα)
- Σαλάτα αγγούρια (αγγούρι, μαρουλόφυλλα, λαδόξυδο, αυγά σφικτά, σαλάτα ρώσικη ή αγγουροντοματοσαλάτα με την οποία γεμίζονται τα αγγούρια)

Βραστά:

- Λάχανο ξυνό με λουκάνικα βραστά
- Λάχανο γεμιστό με μπέικον (το γεμίζουμε με μπέικον ή λουκάνικα καπνιστά, το περιχύνουμε με λίπος χοιρινό ή βούτυρο λιωμένο και το βράζουμε σε αλατισμένο νερό.)
- Κολοκυθάκια βραστά σάλτσα (κολοκυθάκια βραστά, σάλτσα βινεγκρέτ)
- Φασόλια πράσινα με βούτυρο (βράζουμε τα φασόλια, τα περιλούουμε με βούτυρο ή με λάδι και ξύδι και μαϊντανό)
- Σπαράγγια (τα βράζουμε και σερβίρουμε με λαδολέμονο και μαϊντανό)

- Σπαράγγια σάλτσα κρέμα (τα σερβίρουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, στην οποία προσθέτουμε ή κρέμα γάλακτος ή βούτυρο)
- Σπαράγγια πολωναιζ (περιχύνουμε τα σπαράγγια με γαλέτα την οποία έχουμε ανακατέψει με βούτυρο στο τηγάνι, μέχρι να πάρει καστανό χρώμα)
- Μπιζέλια γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε, προσθέτουμε λίγη ζάχαρη, τα σερβίρουμε με βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με βούτυρο)
- Καρότα γκλασέ γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με ζάχαρη και κύβο μπουγιον και βούτυρο και αφήνουμε να γλασαρισθούν)
- Ρέβες γαρνιτούρα (τις βράζουμε και τις κάνουμε γκλασέ όπως και τα καρότα)
- Μαρουλάκια γκλασέ γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα στραγγίζουμε, ρίχνουμε βούτυρο, ζωμό)
- Λάχανο γκλασέ γαρνιτούρα (αφού βράσουμε 1 άσπρο λάχανο 2-3 φορές το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί, καπνιστό-μπέικον, βούτυρο, και ντομάτα)
- Κουνουπίδι γαρνιτούρα (βράζουμε το κουνουπίδι και το σερβίρουμε με βούτυρο, γαλέτα)
- Αγκινάρες γαρνιτούρα(με βούτυρο, λεμόνι, 1-2 κρεμμύδια)
- Κουκιά με σάλτσα γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε προσθέτουμε μπεσαμέλ και άνηθο)
- Γαρνιτούρα ζαρντινιερ (καρότα, ρέβες, πατάτες, μπιζέλια, φασόλια, κουνουπίδι, ζεματισμένα με βούτυρο)
- Γαρνιτούρα μασεντουαν (καρότα, ρέβες, πατάτες, αφού βράσουν τα σωτάρουμε με βούτυρο)
- Γαρνιτούρα μοντομορανσυ (αγκινάρες γεμιστές με μασεντουάν, 5-6 σπαράγγια περασμένα σε χαλκά από καρότο, περιλούουμε με σάλτσα ντεμι –γκλας, τα σπαράγγια με βούτυρο λιωμένο
- Σαλάτα ρωσική (πατάτες, φασόλια ξηρά, φασόλια πράσινα, μπιζέλια, παντζάρια, καρότα, κάππαρη, αγγουράκια τουρσί, 3-4 αυγά σφιχτά, σάλτσα μαγιονέζα)
- Σαλάτα αρλεκεν (σαλάτα ρώσικη, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα)
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα (βράζουμε τις πατάτες)
- Πατάτες σαλάτα (τις βράζουμε και τις σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Πατάτες βραστές με βούτυρο
- Σκορδαλιά (πατάτα βραστή, αμύγδαλα, σκόρδο, λάδι, ξύδι, νερό)
- Κνόκκυ με πατάτα (πατάτες που βράζονται, γίνονται πουρέ, προσθέτονται 2 αυγά, 3-4 φλιτζάνια αλεύρι, πλάθουμε χοντρά μπαστούνια, τα βράζουμε και τα σερβίρουμε όπως τα μακαρόνια με τυρί τριμμένο, και σάλτσα ντομάτας)
- Σαλάτα έπσυ (κουνουπίδι βρασμένο, πουρέ πατάτας, μαγιονέζα, ξύδι, πιπέρι, 8-10 αυγά, ντομάτες, μαρούλι)
- Σαλάτα ζανετ (ντομάτες για γέμισμα, σαλάτα ρωσική με ψαχνά ρέγκας, μαρούλια, μαγιονέζα, καρύδια ή παντζάρια)
- Σαλάτα ιταλική (όπως ρωσική σαλάτα, εκτός από παντζάρια, προσθέτουμε ζαμπόν, ψαχνά ρέγκας και σαρδέλας, ψίχα ντομάτας, μαγιονέζα, 3-4 αυγά σφιχτά, μαρούλια ραντισμένα με ξύδι)
- Σαλάτα μποεμ (διάφορα χορταρικά βραστά, φακή, κάππαρη, αγγουράκια, παντζάρια, ξύδι, μαγιονέζα, ψαχνά ρέγκας,)
- Σαλάτα μποεμιεν (πουρέ από φακές, πατάτες βραστές, φασολάκια βραστά, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, μπέικον τηγανιτό)
- Σαλάτα μπωκαιρ (ρίζες σέλινο, μήλα ξυνά, γλώσσα καπνιστή, πατάτες βραστές, τρούφες, λαδόξυδο, κρασί άσπρο)
- Σαλάτα νέβα (πατάτες, καρότα, μήλα ξυνά, παντζάρια βρασμένα, αλάτι, πιπέρι, λαδόξυδο, σάλτσα αγγλική, μαγιονέζα, αυγά σφιχτά, μαρούλια, ξύδι)
- σαλάτα παλερμ (φασολάκια, πατάτες, καρότα, παρμεζάνα, αγγουράκια, μπιζέλια, μαγιονέζα, ντομάτες)
- Σαλάτα πικαντ(πατάτες, λάδι, κρασί άσπρο, μουστάρδα, σάλτσα Yorkshire sauce, κρεμμύδι, πιπέρι, αλάτι, μαϊντανό)
- Σαλάτα τζοκευ (πατάτες, μήλα, καρότα, σπαράγγια, σάλτσα μαγιονέζα, σάλτσα αγγλική, 1-2 παντζάρια)
- Σαλατα τριανόν (σπαράγγια, πατάτες βραστές, σέλινα ρίζες, αυγά σφιχτά, μαγιονέζα, κετσαπ ή τσίλυ, μαρούλια)
- Σαλάτα Κάρμεν (γεμίζουμε μια ντομάτα με ελιές καλαμών, φιλέτα ρέγκας, πατάτες βρασμένες, λαδόξυδο, σερβίρεται με μαρουλόφυλλα)
- Σαλάτα πικ νικ (πατάτες βραστές, πατάτες βραστές, αγγουράκια τουρσί, γλώσσα καπνιστή, αυγά, σπαράγγια, μαρούλια, κράκερς του κουτιού)
- Σαλάτα γαρίδες (γαρίδες βρασμένες, κρασί άσπρο, λαδολέμονο, πατάτες βρασμένες, αγγουράκια τουρσί, μουστάρδα, αυγά σφιχτά, μαρούλι σαλάτα)
- Σαλάτα καραβιδάκια (καραβίδες βραστές, αυγά σφιχτά, σέλινα γούλες, μαρούλια, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, πατάτες βραστές, αντίδια, μαγιονέζα)
- Σαλάτα ραβιγκότ (σαλάτα γαρίδες με μουστάρδα σε αλοιφή, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά, μαρούλι, ντομάτες, χαβιάρι μαύρο ή μπρικ, κράκερς)

Σούπες

- Σούπα μπιζέλια ξηρά (βούτυρο, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ζωμό κρέατος, μπιζέλια, κορν φλάουρ ή αλεύρι, κρουτόν)
- Σούπα από χόρτα (Νηστίσιμος: πατάτες, καρότα, ρίζες σέλινο και μαϊντανό, κρεμμύδια, πράσο, ρέβες, ντομάτα, κορν φλαουρ, κρουτόν τηγανισμένα σε λάδι)

- Σούπα με κρεμμύδι (κρεμμύδι, βούτυρο, νερό, παρμεζάνα ή κασέρι, κρουτόν)
- Σούπα λάχανο (φύλλα λάχανου άσπρα, νερό, κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο λιωμένο, μαϊντανό, άνηθο, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Σούπα λάχανο με λουκάνικα (όπως η προηγούμενη, απλά προσθέτουμε λουκάνικα και μπέικον)
- Σούπα ντομάτα νηστίσιμη (ντομάτες, σιμιγδάλι, κρουτόν ή σκέτα ψωμάκια)
- Κρεμ παρμαντιε (4-5 πατάτες, 1 κρεμμύδι, ζωμό κρέατος, αλεύρι, βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους)
- Κρεμ σουμπιζ (κρεμμύδια άσπρα, μπεσαμελ, 2-3 κρόκους, βούτυρο, λίγο γάλα, κρέμα ρουαγιάλ)
- Κρεμ ντυμπαρυ (κρέμα βελουτέ, κουνουπίδι, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ, βούτυρο, κρουτον)
- Κρεμ νισουαζ(μισή κρέμα βελουτέ, μισή πουρέ ντομάτας, πολύ γάλα, βούτυρο και μπιζέλια)
- Κρεμ ντ' ασπερζ(κρέμα βελουτέ, σπαράγγια)

Στην κατσαρόλα:

- Μελιτζάνες με βούτυρο(κρεμμύδια, μελιτζάνες, βούτυρο, ντομάτα, νερό, μαϊντανό, αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Μελιτζάνες με λάδι (κρεμμύδια, μελιτζάνες, λάδι, ντομάτα, νερό, μαϊντανό, αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κολοκυθάκια γιαχνί (2-3 κρεμμύδια, λάδι, ντομάτες, κολοκυθάκια)
- Κολοκυθάκια με βούτυρο (κρεμμύδια, κολοκυθάκια, ντομάτα, βούτυρο, ντομάτα)
- Μπάμιες γιαχνί με λάδι ή με βούτυρο(2-3 κρεμμύδια, μπάμιες, λάδι, ντομάτες, μαϊντανό, αντί για λάδι μπορεί να χρησιμοποιηθεί βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα γιαχνί με λάδι ή βούτυρο (3-4 κρεμμύδια, 4-5 ντομάτες, φασόλια, Το λάδι μπορεί να αντικατασταθεί από το βούτυρο)
- Αγκινάρες λαδερές (αγκινάρες, λάδι, άνηθο, κρεμμύδι, 3-4 καρότα, αλεύρι, λεμόνι)
- Αγκινάρες με βούτυρο (όπως αγκινάρες λαδερές αλλά βάζουμε αντί λάδι βούτυρο και σερβίρουμε με αυγολέμονο)
- Κουνουπίδι με ντομάτα και λάδι ή βούτυρο
- Αγκινάρες με κουκιά (αγκινάρες, κουκιά, κρεμμύδι, κρεμμυδάκι φρέσκο, άνηθο, βούτυρο ή λάδι, αλεύρι, χυμό λεμονιού, σάλτσα αυγολέμονο με γάλα. Αντί για αυγολέμονο μπορούμε να προσθέσουμε σάλτσα ντομάτας, για τις ημέρες της νηστείας όποτε αντί βούτυρο θέτουμε λάδι)
- Γαρνιτούρα πρενσές (ίσες δόσεις σπαραγγιών και μπιζέλια σωταρισμένα με σάλτσα βελουτέ, συνάμα τρούφες σε φέτες και κεφαλές από μανιτάρια)
- Πατάτες βιενουαζ (αφού βράσουμε τις πατάτες, σωτάρουμε κρεμμύδι σε βούτυρο, και προσθέτουμε και τις πατάτες και τις αφήνουμε να σιγοψηθούν)

Πουρέδες

- Πουρέ σπανάκι (σπανάκι, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ πατάτες (πατάτες, γάλα, βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ μπιζέλια ξηρά (μπιζέλια, βούτυρο, αλάτι, γάλα)
- Πατάτες πουρέ με ντομάτα

Στο Φούρνο:

- Ντομάτες γεμιστές με γαλέτα (γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, δυόσμο)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί (λάδι, κρεμμύδια, ντομάτες, μαϊντανό, σκόρδο)
- Μελιτζάνες ψητές σαλάτα (τις ψήνουμε στο φούρνο, αφαιρούμε την επιδερμίδα, τις κάνουμε πουρέ, προσθέτουμε ντομάτες, λάδι, ξύδι, ρίγανη, μαϊντανό και σερβίρουμε.
- Μελιτζάνες πουρέ με κεμπάπ (αφού ψήσουμε τις μελιτζάνες στο φούρνο, κάνουμε πουρέ και τον ανακατεύουμε με γάλα και φρέσκο βούτυρο στην κατσαρόλα και σερβίρουμε με κρέας κεμπάπ)
- Μελιτζάνες οριενταλ (μοιάζει με τον μουσακά, αλλά περιέχει μόνο μελιτζάνες και σάλτσα ντομάτας. Οι μελιτζάνες αλευρώνονται και τηγανίζονται σε λάδι, και στη συνέχεια τοποθετούνται σε στρώσεις σε ταψί με σάλτσα ντομάτας και γαλέτα, και ψήνονται στο φούρνο)
- Μελιτζάνες παπουτσάκια (τηγανίζουμε πρώτα τις μελιτζάνες και τις γεμίζουμε με γέμιση από σοταρισμένα κρεμμύδια με βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, ζάχαρη, και γαλέτα. Σκεπάζουμε τις μελιτζάνες με μπεσαμέλ και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακάς νηστήσιμος από μελιτζανο-κιμά (γέμιση με κομμένες μελιτζάνες, πουρέ ντομάτας, κρασί άσπρο, γαλέτα, κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Κολοκυθάκια ογκρατέν (αλευρώνουμε τα κολοκυθάκια και τα τηγανίζουμε, τα στρώνουμε σε ταψί με δόσεις μπεσαμέλ και τυρί τριμμένο και γαλέτα, ραντίζουμε με βούτυρο λιωμένο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μπριάνι νηστήσιμο (πατάτες, κολοκυθάκια, μπάμιες, 3-4 κρεμμύδια, μαϊντανό, άνηθο, μερικές ντομάτες, σκόρδο, σε στρώσεις στο ταψί, λάδι, πασπαλίζουμε με γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κουνουπίδι ογκρατέν (βράζουμε το κουνουπίδι, το βαζούμε στο ταψί, το περιχύνουμε με μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, μοσχοκάρυδο και αυγό, βάζουμε από πάνω γαλέτα, το ψήνουμε στο φούρνο)
- Σπαράγγια ογκρατέν (σπαράγγια βραστά, μπεσαμέλ, τυρί, 2-3 κρόκους αυγών, γαλέτα, βούτυρο)
- Πατάτες μουσακά νηστίσιμες (1 κιλό πατάτες, 4-5 κρεμμύδια, 1 φλιτζάνι ντομάτα, κρασί άσπρο, γαλέτα ψιλή, μαϊντανό, λάδι, δυόσμο. Τις πατάτες τις τηγανίζουμε πρώτα)

- Πατάτες βραστές μουσακά (όπως η προηγούμενη συνταγή με τη διαφορά ότι δεν τηγανίζονται οι πατάτες απλά βράζονται)
- Πατάτες γεμιστές (ψήνουμε τις πατάτες στο φούρνο, τις αδειάζουμε, κάνουμε πουρέ το εσωτερικό προσθέτουμε τυρί, και βούτυρο, και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Σπανακόπηττα (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, 3- 4 φλιτζάνια λάδι, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Χαβιαρόγλωσσες γιουβέτσι (αφού τις ξαλμυρίσουμε, τις λιώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι. Το σβήνουμε με νερό και ντομάτα και περιχύνουμε διάφορα λαχανικά τουρλού και ψήνουμε στο φούρνο)

Στο τηγάνι:

- Μελιτζάνες τηγανιτές(αλευρώνουμε τις μελιτζάνες, τις τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μελιτζάνες οριενταλ
- Μελιτζάνες παπουτσάκια
- Μελιτζάνες με ντομάτες τηγανιτές (αλευρώνονται και οι μελιτζάνες και οι ντομάτες και τηγανίζονται με λάδι. Όταν τελειώσει το τηγάνισμα ρίχνουμε στο τηγάνι κρασί και μαϊντανό και αφήνουμε να πάρουν 2-3 βράσεις, και περιλούουμε με αυτό τα λαχανικά)
- Μελιτζάνες κροκιέτες (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι, τις αλείφουμε με κιμά τις τυλίγουμε όπως τις κρέπες, τις πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας αν θέλουμε)
- Μελιτζάνες γιαρίκ (ένα από τα φαγητά της ανατολικής μαγειρικής. τηγανίζουμε τις μελιτζάνες με λάδι, τις βάζουμε σε ταψί, τις γεμίζουμε με κιμά, γαλέτα, τυρί τριμμένο και κανέλα. Τις περιλούουμε με βούτυρο ή λάδι και πουρέ ντομάτας και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθοκεφτέδες (κολοκυθάκια, κρεμμύδια, γαλέτα, τυρί τριμμένο, αλεύρι, αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια, τα λιώνουμε σε πουρέ, προσθέτουμε τα αυγά, την γαλέτα, το τυρί και το κρεμμύδι το οποίο έχουμε ξανθίσει σε βούτυρο, τα πλάθουμε όπως τους κεφτέδες και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Αγκινάρες πανέ (αφού τις βράσουμε με νερό, λίγο λεμόνι και λίγο βούτυρο ή πάχος ή λάδι, τις πανάρουμε με γαλέτα, αυγό και τυρί και τις τηγανίζουμε όπως και τις κροκέτες)
- Αγκινάρες τηγανιτές (αφού βράσουμε τις αγκινάρες, τις βουτούμε σε ένα είδος κουρκούτι, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα ή λάδι)
- Κρεμμυδάκια γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα τηγανίζουμε με βούτυρο, ρίχνουμε ζάχαρη)
- Γαρνιτούρα παρμαντιε (κοφινάκια της φριτούρας σε σχήμα φωλιάς με πατάτες ψιλές ως σπίρτα. Την φωλιά αυτή τη γεμίζουμε με πατάτες και κροκέτες στρογγυλές)
- Πατάτες τηγανιτές (φριτούρα: βωδινό λίπος, λάδι, χοιρινό λίπος ή μαγειρική λίπη, πατάτες)
- Πατάτες κροκιέτες (πατάτες, τυρί τριμμένο, 2 κρόκους αυγών, γαλέτα και 1 αυγό ολόκληρο και 2 ασπράδια για το πανάρισμα, βούτυρο, φριτούρα)
- Πατάτες μουσακά νηστίσιμες (1 κιλό πατάτες, 4-5 κρεμμύδια, 1 φλιτζάνι ντομάτα, κρασί άσπρο, γαλέτα ψιλή, μαϊντανό, λάδι, δυόσμο. Τις πατάτες τις τηγανίζουμε πρώτα)
- Πατάτες φριτούρα-πομ-παγι (φριτούρα ή πάχος)
- Πατάτες πατατοκεφτέδες (πατάτες, 2 αυγά, τυρί τριμμένο, αλεύρι, πλάθουμε σε κεφτέδες, τους τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Μουσακάς νηστίσιμος με πατάτες(τηγανίζονται οι πατάτες στο λάδι, ρίχνουμε και τα κρεμμύδια για να κοκκινίσουν, έπειτα 2 φλιτζάνια νερό, ντομάτα, κρασί, μαϊντανό, σιγοβράζουν, προσθέτουμε γαλέτα. στρώνουμε στο ταψί δόσεις πατάτες, και τη γέμιση και από πάνω, την σάλτσα κρούστα, ένα είδος χυλού από αλεύρι, νερό που γίνεται σαν μπεσαμελ, πασπαλίζουμε με γαλέτα και μαϊντανό και ψήνουμε στο φούρνο)

Τουρσί:

- Μελιτζάνες μικρές τουρσί (τις χαράσουμε σταυροειδώς, τις θέτουμε στο ξύδι να βράσουν, λίγα κρεμμύδια, κόκκινη πιπεριά, σκόρδο, σέλινο)
- Πηχτή μοσχαριού (αγγουράκια τουρσί, σκόρδο, 2-3 αυγά σφιχτά)
- Χοίρου κεφαλή πηχτή(αγγουράκια τουρσί, 2-3 αυγά σφιχτά)
- Σάλτσα ταρταρ
- Σάλτσα βινεγκρετ
- Σάλτσα πικαντ (εσπανιολ, αγγουράκια τουρσι, ξύδι, καγιέν, βούτυρο, εστραγκον)
- Σαλάτα αρλεκεν (σαλάτα ρώσικη, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα)
- σαλάτα παλερμ (φασολάκια, πατάτες, καρότα, παρμεζάνα, αγγουράκια, μπιζέλια, μαγιονέζα, ντομάτες)
- Σαλάτα μποεμ (διάφορα χορταρικά βραστά, φακή, κάππαρη, αγγουράκια, παντζάρια, ξύδι, μαγιονέζα, ψαχνά ρέγκας,)
- Σαλάτα μποεμιεν (πουρέ από φακές, πατάτες βραστές, φασολάκια βραστά, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, μπέικον τηγανιτό)
- Σαλάτα γαρίδες (γαρίδες βρασμένες, κρασί άσπρο, λαδολέμονο, πατάτες βρασμένες, αγγουράκια τουρσί, μουστάρδα, αυγά σφιχτά, μαρούλι σαλάτα)
- Σαλάτα καραβιδάκια (καραβίδες βραστές, αυγά σφιχτά, σέλινα γούλες, μαρούλια, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, πατάτες βραστές, αντίδια, μαγιονέζα)

- Σαλάτα πικ νικ (πατάτες βραστές, αγγουράκια τουρσί, γλώσσα καπνιστή, αυγά, σπαράγγια, μαρούλια, κράκερς του κουτιού)

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ

Κάστανα

- Γάλος γεμιστός με κάστανα (η γέμιση γίνεται ως εξής: αφού βράσουμε τα κάστανα, τα σοτάρουμε με βούτυρο και κρεμμυδάκι, προσθέτουμε και γάλα, κανέλα, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες και γαλέτα)
- Χήνα με κάστανα και μήλα (βούτυρο, μήλα, κάστανα, ζάχαρη, χήνα)
- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Κάστανα γκλασέ γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε και τα καθαρίσουμε τα βάζουμε με ζάχαρη, βούτυρο και ζωμό κρέατος ή νερό να γλασαρισθούν)
- Γαρνιτούρα κλερμον (κάστανα γκλασέ, γεμίζουμε ταρτελέτ και περιλούουμε με σάλτσα ντεμι γκλάς)
- Κάστανα πουρέ (κάστανα, βούτυρο, αλάτι)

Κουκουνάρια

- Γαλόπουλο γεμιστό με κιμά (η γέμιση γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια στη κατσαρόλα με λίγο βούτυρο, ρίχνουμε τον κιμά, ρίχνουμε κρασί, ντομάτα πουρέ ή φρέσκες, νερό, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, γαλέτα ψιλή, κουκουνάρια και λίγες σταφίδες μαύρες)
- Πουλιά γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- Πουλιά γεμιστά με κιμά (όπως πουλιά γεμιστά, η γέμιση γίνεται με κιμά καβουρδισμένο με ντομάτα, κουκουνάρια, γαλέτα, κανέλα, βούτυρο)
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (η γέμιση γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια σε βούτυρο, ρίχνουμε τον κιμά, ντομάτα, κρασί, γαλέτα, τα κουκουνάρια και λίγες σταφίδες, και κανέλα)
- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Πιτσούνια γεμιστά (όπως πουλιά γεμιστά)
- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φυστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Γαλαντίνα με ζελέ
- μοσχάρι στήθος γεμιστό (η γέμιση γίνεται με γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδι, 1 αυγό, κουκουνάρια, ½ ποτήρι γάλα, μοσχοκάρυδο)
- Πατέ λαγού (γέμιση με χοιρινό κιμά, με κουκουνάρια ή φιστίκια, τρούφες, λαρδί, ζαμπόν, κονιάκ ή μαυροδάφνη)
- Λάχανο ντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας (σταφίδες μαύρες, ρύζι, κρεμμύδι ψιλό, κουκουνάρια, μαϊντανό, άνηθο, βούτυρο ή χοιρινό λίπος, 2 αυγά.)
- Λαχανολοντολμάδες νηστήσιμοι (η γέμιση γίνεται με ρύζι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, λάδι, σταφίδες)
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι(κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Γιαλαντζή ντολμάδες (κληματόφυλλα, γέμιση με ρύζι, λάδι, κρεμμύδι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, πιπέρι, λεμόνι)
- μύδια γεμιστά (τα γεμίζουμε με ρύζι, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια, και τα βάζουμε να βράσουν με νερό, λεμόνι και πιπέρι)
- Μουσακάς νηστήσιμος από μελιτζανο-κιμά (γέμιση με κομμένες μελιτζάνες, πουρέ ντομάτας, κρασί άσπρο, γαλέτα, κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)

Καρύδια

- Πουλιά σάλτσα καρύδια (όπως πουλιά μπλανκέτ, στο τέλος όταν πυκνωθεί η σάλτσα και προστεθεί το γάλα με τους κρόκους και το κορν φλαουρ, προσθέτουμε 1 φλιτζάνι καρύδια κοπανισμένα στο γουδί)
- Σκορδαλιά (Μπορεί να γίνει με βρασμένη πατάτα, καρύδια, λάδι, σκόρδο)
- Σαλάτα γουωλντορφ (μήλα αφράτα, καρύδια, μαρούλια, μαγιονέζα, σέλινα)
- Σαλάτα ζανετ (ντομάτες για γέμισμα, σαλάτα ρωσική με ψαχνά ρέγκας, μαρούλια, μαγιονέζα, καρύδια ή παντζάρια)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)

Φιστίκια

- Γαλαντίνα πουλερικών (1 όρνιθα, μοσχαρίσιος κιμάς, λαρδί, ζαμπόν, ψίχα ψωμιού, κουκουνάρια, φυστίκια, τρούφες, κονιάκ, γάλα)
- Πατέ λαγού (γέμιση με χοιρινό κιμά, με κουκουνάρια ή φιστίκια, τρούφες, λαρδί, ζαμπόν, κονιάκ ή μαυροδάφνη)

Αμύγδαλα

- Σκορδαλιά (μπορεί να γίνει με βρασμένη πατάτα, σκόρδο, λάδι, αμύγδαλα ζεματισμένα και ξεφλουδισμένα, ξύδι, νερό)

ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Μήλα

- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Σαλάτα γουωλντορφ (μήλα αφράτα, καρύδια, μαρούλια, μαγιονέζα, σέλινα)
- Σαλάτα μπωκαιρ (ρίζες σέλινο, μήλα ξινά, γλώσσα καπνιστή, πατάτες βραστές, τρούφες, λαδόξυδο, κρασί άσπρο)
- Σαλάτα νέβα (πατάτες, καρότα, μήλα ξινά, παντζάρια βρασμένα, αλάτι, πιπέρι, λαδόξυδο, σάλτσα αγγλική, μαγιονέζα, αυγά σφιχτά, μαρούλια, ξύδι)
- Σαλάτα τζοκευ (πατάτες, μήλα, καρότα, σπαράγγια, σάλτσα μαγιονέζα, σάλτσα αγγλική, 1-2 παντζάρια)

Κυδώνια

- δαμαλάκι με κυδώνια (κυδώνια, καβουρδίζουμε το κρέας με βούτυρο, προσθέτουμε νερό ώστε να καλυφτούν τα κυδώνια, ζάχαρη, αλάτι, και αφήνουμε να σιγοβράσει)

Σταφίδες

- Γαλόπουλο γεμιστό με κιμά
- Γάλος γεμιστός με κάστανα
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (η γέμιση γίνεται ως εξής: καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια σε βούτυρο, ρίχνουμε τον κιμά, ντομάτα, κρασί, γαλέτα, τα κουκουνάρια και λίγες σταφίδες, και κανέλα)
- Ορτύκια με σταφίδες (βούτυρο, κρουτόν, μπουγιον, σταφίδες φρέσκες ξανθές ή σταφύλια ψιλόρογα)
- Λάχανο ντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας (σταφίδες μαύρες, ρύζι, κρεμμύδι ψιλό, κουκουνάρια, μαϊντανό, άνηθο, βούτυρο ή χοιρινό λίπος, 2 αυγά)
- Λαχανολοντολμάδες νηστήσιμοι (η γέμιση γίνεται με ρύζι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, λάδι, σταφίδες)
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι(κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- μύδια γεμιστά (τα γεμίζουμε με ρύζι, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια, και τα βάζουμε να βράσουν με νερό, λεμόνι και πιπέρι)
- Μουσακάς νηστήσιμος από μελιτζανο-κιμά (γέμιση με κομμένες μελιτζάνες, πουρέ ντομάτας, κρασί άσπρο, γαλέτα, κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)

Ελιές

- Πιτσούνια σαλμί με ελιές (βούτυρο, κρασί, πράσινες ελιές, πιτσούνια)

ΛΙΠΗ

Λαρδί

- Γαλαντίνα πουλερικών
- Πατέ λαγού (γέμιση με χοιρινό κιμά, με κουκουνάρια ή φιστίκια, τρούφες, λαρδί, ζαμπόν, κονιάκ ή μαυροδάφνη)
- Πέρδικες ψητές (τις λαρδώνουμε και τις ψήνουμε)
- Φραγκόκοτες ψητές (ψήνονται όπως τα πουλερικά του ίδιου μεγέθους)
- Φασιανοί (κοινώς φαζάνι, γίνονται όπως οι πέρδικες ψητές)
- μοσχάρι φέτα μπραιζέ (βούτυρο, φέτα μοσχαριού, κρεμμύδι, 1-2 καρότα, ρίζες σέλινο, κρασί, ντομάτα πελτέ, ζαμπόν ή λαρδί)
- μοσχάρι φρικαντώ (μοσχάρι κομμένο σε κομμάτια τα οποία λαρδώνουμε, τα αλευρώνουμε και τα τσιγαρίζουμε σε βούτυρο, βρέχουμε με κρασί, και λίγα χόρτα όπως κρεμμύδι, καρότα, ρίζες σέλινου και ντομάτα και σιγοβράζουμε)

Πάχος χοιρινού

- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγγέτο(βούτυρο ή πάχος, κρασί, ντομάτα, σπαγγέτι, τυρί τριμμένο)
- μοσχάρι με μπιζέλια πουρέ (βούτυρο ή πάχος χοιρινό, κρεμμύδι, κρασί, ντομάτα πελτέ, μαϊντανό, κρασί, νερό, κορν φλαουρ)
- δαμαλάκι κατσαρόλας (βούτυρο ή πάχος χοιρινού, λεμόνι, κρασί άσπρο, ντομάτα)
- δαμαλάκι μπραιζέ (κοκκινίζουμε το κρέας στο τηγάνι με βούτυρο ή πάχος, το βάζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό και δάφνη, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, και σιγοψήνουμε)
- ροσμπιφ Αγγλικού τρόπου(ψήνεται στο φούρνο με ανάλογο λίπος, αλάτι, πιπέρι και νερό)
- σέλα αρνιού γαρνί (βούτυρο ή πάχος)
- Σνίτσελ Βιεννέζικα (φέτες μοσχαριού, αλευρώνονται και τηγανίζονται σε βούτυρο ή πάχος)
- αρνί κατσαρόλας γαρνι (μπούτια αρνιού, βούτυρο ή πάχος, κρεμμύδι, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)
- Πατέ λαγού (για την ζύμη: αλεύρι, πάχος χοιρινό, 2 κρόκους)
- κοτολέτες μοσχαριού σωτέ (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με βούτυρο ή πάχος χοιρινό ή ανάμεικτα. Τις βγάζουμε από το τηγάνι, ρίχνουμε σε αυτό άσπρο κρασί και λίγο αλάτι, και αφού πάρει 2-3 βράσεις, περιλούουμε με τη σάλτσα τις κοτολέτες)
- γουρουνόπουλο ψητό φούρνου γεμιστό (η γέμιση γίνεται με ρύζι, 8-10 λουκάνικα καπνιστά, το αλείφουμε με λίπος χοιρινό)

- Κεφτέδες τηγανιτοί (κιμάς, ψίχα ψωμί, 2-3 κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, 2 αυγά, γαλέτα, αλεύρι, τα τηγανίζουμε με βούτυρο ή λάδι ή ανάμεικτα, ή λίπος μαγειρικό)
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (την αλείφουμε με λεμόνι και την κοκκινίζουμε με βούτυρο ή λίπος, ρίχνουμε κρασί άσπρο και ντομάτα, 1 καρότο, και σιγοψήνουμε. Μπορούμε να προσθέσουμε λίγο κορν φλαουρ για να γίνει η σάλτσα πιο πηχτή)
- Όρνιθα μπραιζέ (λεμόνια για να την αλείψουμε, βούτυρο ή λίπος, κρασί άσπρο, ντομάτα, καρότο, μαϊντανό, σέλινο, κρεμμύδι, κορν φλαουρ)
- Γάλος ή γαλοπούλα κατσαρόλας (με αρκετό βούτυρο ή πάχος)
- Πουλιά σχάρας με γαλέτα (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο ή πάχος χοιρινού και κατόπιν σε γαλέτα και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Λάχανο γεμιστό με μπέικον (το γεμίζουμε με μπέικον ή λουκάνικα καπνιστά, το περιχύνουμε με λίπος χοιρινό ή βούτυρο λιωμένο και το βράζουμε σε αλατισμένο νερό.)
- Πατάτες φριτούρα-πομ-παγι (φριτούρα ή πάχος)
- Λάχανο ντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας (σταφίδες μαύρες, ρύζι, κρεμμύδι ψιλό, κουκουνάρια, μαϊντανό, άνηθο, βούτυρο ή χοιρινό λίπος, 2 αυγά)
- Σάλτσα εσπανιόλ (βούτυρο ή λίπος, αλεύρι, ζωμός κρέατος, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)

ΒΟΥΤΥΡΟ

Σάλτσες

- Σάλτσα άσπρη με κάππαρη(Σάλτσα άσπρη με κάππαρη: 3-4 κουταλιές βούτυρο, 4-5 κουταλιές αλεύρι, ζωμό, γάλα, αλάτι, δουλεύουμε με σύρμα., προσθέτουμε βούτυρο, ρίχνουμε και την κάππαρη)
- Σάλτσα άσπρη με γάλα (μπεσαμέλ: γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, μοσχοκάρυδο)
- Σάλτσα μιλανέζ
- Σάλτσα εσπανιόλ (βούτυρο ή λίπος, αλεύρι, ζωμός κρέατος, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)
- Σάλτσα ντεμι γκλας (εσπανιόλ, κύβους ζωμού, κρασί άσπρο, βούτυρο)
- Σάλτσα μαδέρα (εσπανιολ, κρασί μαδέρας ή μαυροδάφνη)
- Σάλτσα πικαντ (εσπανιολ, αγγουράκια τουρσι, ξύδι, καγιέν, βούτυρο, εστραγκον)
- Σάλτσα μπλανκετ
- Σάλτσα πουαβραντ (εσπανιολ, ξύδι, κρεμμύδι, κρασί, δάφνη, μοσχοκάρυδο, βούτυρο)
- Σάλτσα μπορντελαιζ (κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί μαύρο, σάλτσα εσπανιολ, μεδούλι βωδινό βρασμένο)
- Σάλτσα ματελον (εσπανιολ, κρασί μαύρο, κρεμμύδι, δάφνη, ουσία σαρδέλας, βούτυρο)
- Σάλτσα ματελοτ (σάλτσα νορμαντ, αντί για γάλα βάζουμε ζωμό ψαριών και κρασί άσπρο, 1 -2 κρόκους, βούτυρο, μύδια βρασμένα)
- Σάλτσα καρντινάλ (σάλτσα μπεσαμέλ με ζωμό ψαριών και γάλακτος, 1-2 κρόκοι, βούτυρο, βούτυρο αστακού ή χρώμα ρόζ, ψαχνά από γαρίδες ή αστακό, τρούφα)
- Σάλτσα ναντυα (όπως ζουανβιλ, προστίθενται μανιτάρια και ουρές γαρίδων)
- Σάλτσα βικτώρια (μπεσαμελ, πουρές ντομάτας, βούτυρο, μανιτάρια, γαρίδες)
- Σάλτσα πορτυγκεζ (κρασί άσπρο, σέλινο, δάφνη, γαρύφαλα, εσπανιολ, φλούδα πορτοκαλιού, χυμό πορτοκαλιού)
- Σάλτσα περιγκεζ(εσπανιολ, τρούφες, κρασί μαυροδάφνη
- Σάλτσα φινανσιερ (εσπανιολ, τρούφες, μανιτάρια, βούτυρο)
- Σάλτσα ντομάτα (ντομάτα πουρέ, ζωμό, βούτυρο, αλεύρι, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, κορν φλαουρ, μαϊντανό, κύβους ζωμού)
- Σάλτσα προβανσαλ (σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, βούτυρο, σκόρδο, μαϊντανό)
- Σάλτσα σισιλιέν (εσπανιόλ, κρασί μαυροδάφνη, κρεμμύδια, φριτούρα, μαϊντανό)
- Σάλτσα ρομπερ (2 κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, εσπανιολ, μουστάρδα)
- Σάλτσα ολλανδαίζ απλή (βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους, αλεύρι, ζωμό λεμονιού)
- Σάλτσα μουσελίν (όπως η Ολλανδαίζ, με περισσότερο αλεύρι και ασπράδια αυγών σε μαρέγκα)
- Σάλτσα Ολλανταίζ (βούτυρο, 4 κρόκους, ξύδι, νερό. Η προσθήκη αλευριού, γάλακτος γίνεται σε περίπτωση που θέλουμε να εξοικονομήσουμε βούτυρο)
- Σάλτσα μπεαρναιζ (ολλανταίζ, εστραγκόν)
- Σάλτσα εκαρλάτ (ολλανταίζ, πουρέ ντομάτας, ζωμό, χρώμα μπρετόν)
- Σάλτσα νορμαν
- Σάλτσα ζουανβιλ
- Σάλτσα νισουαζ (σάλτσα βικτωρία προσθέτουμε πάστα σαρδέλας από σωληνάρια και μαϊντανό)

Κρέας

- Μπορς ρωσικόν (βούτυρο, λάχανο, παντζάρια, πατάτες, σέλινο, ντομάτα, καρότα, κρεμμύδια, ξύδι, μαϊντανό)
- Κοσνομέ ρουαγιαλ (κονσομέ, κρέμα ρουαγιαλ: αυγά, γάλα, βούτυρο)
- Κονσομέ ζυλιεν (κονσομέ, καρότα, σέλινα, πατάτες, λάχανο, κρεμμύδι, κομμένα σε λωρίδες στο μέγεθος του σπίρτου, βούτυρο)
- μοσχάρι μπλανκετ (βράζουμε το κρέας και το σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, γάλα, αυγά και χυμό λεμονιού)

- μοσχάρι φρικασέ (το βράζουμε σε νερό, προσθέτουμε καρότα, κρεμμύδια, βούτυρο, σέλινο, αλεύρι)
- Αρνί βραστό με χόρτα (κρεμμύδια, πατάτες, καρότα, λάχανο, ρίζα σέλινου, μαϊντανό, κορν φλαουρ, γάλα, λεμόνι, βούτυρο)
- Σούπα πασχαλινή 1ος τρόπος (πόδια αρνιού, κοιλιά, αλεύρι, εντόσθια, βούτυρο, άνηθο, ρύζι, αυγολέμονο. Προστίθεται γάλα μετά το αυγολέμονο και για λάβει κρεμώδη όψη. Συνηθίζεται επίσης και η προσθήκη γιαουρτιού αντί γάλακτος)
- αρνιού ποδαράκια αυγολέμονο (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με άσπρη σάλτσα που ετοιμάζουμε με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και βούτυρο
- μοσχαρίσια πόδια αυγολέμονο
- κεφαλή μοσχαριού αυγολέμονο (αφού βράσουμε την κεφαλή, την σερβίρουμε με σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι ζωμό, αυγολέμονο και γάλα. Ψαχνά από μάγουλα, γλώσσα και μυαλό τα σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- πόδια μοσχαρίσια δια σούπα αυγολέμονο
- πόδια μοσχαρίσια με σάλτσα μπλανκέτ (λεπτές φέτες ψωμιού τηγανιτές σε βούτυρο, σάλτσα με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- γλώσσα βωδινή με κάππαρη
- Μυαλά βραστά με μαύρο βούτυρο
- Μυαλά βραστά με βούτυρο
- Γλυκάδια βραστά (τα σερβίρουμε με βούτυρο)
- σέλινο με κρέας αυγολέμονο (βούτυρο, αλεύρι, σάλτσα αυγολέμονο, γάλα, σέλινα)
- μοσχάρι ραγού διάφορα χόρτα (κρέας, πατάτες, καρότα, φασόλια πράσινα, 3-4 ντομάτες, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, βούτυρο)
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγγέτο(βούτυρο ή πάχος, κρασί, ντομάτα, σπαγγέτι, τυρί τριμμένο)
- μοσχάρι με μπιζέλια πουρέ (βούτυρο ή πάχος χοιρινό, κρεμμύδι, κρασί, ντομάτα πελτέ, μαϊντανό, κρασί, νερό, κορν φλαουρ)
- μοσχάρι ραγού με αρακά (μοσχάρι, 2-3 κ. βούτυρο, νερό, ντομάτες, αρακά)
- μοσχάρι με μπιζέλια (καβουρδίζουμε το κρέας με κρεμμύδι και βούτυρο, νερό, ντομάτα, ζάχαρη, μπιζέλια)
- μοσχάρι λαιμός με μπιζέλια (βούτυρο, κρεμμύδια, μοσχάρι, ντομάτες, ζάχαρη, άνηθο, μπιζέλια)
- μοσχάρι φέτα μπραιζέ (βούτυρο, φέτα μοσχαριού, κρεμμύδι, 1-2 καρότα, ρίζες σέλινο, κρασί, ντομάτα πελτέ, ζαμπόν ή λαρδί)
- μοσχάρι νουα πρεντανιερ (βούτυρο, κρέας, καρότο, κρεμμύδι, φασολάκια πράσινα, κολοκυθάκια, αρακά, πατάτες, σέλινο, κρασί, κορν φλαουρ για τη σάλτσα)
- μοσχάρι φρικαντώ (μοσχάρι κομμένο σε κομμάτια τα οποία λαρδώνουμε, τα αλευρώνουμε και τα τσιγαρίζουμε σε βούτυρο, βρέχουμε με κρασί, και λίγα χόρτα όπως κρεμμύδι, καρότα, ρίζες σέλινου και ντομάτα και σιγοβράζουμε)
- δαμαλάκι κατσαρόλας (βούτυρο ή πάχος χοιρινού, λεμόνι, κρασί άσπρο, ντομάτα)
- δαμαλάκι ραγού μελιτζάνες (2-3 κρεμμύδια, βούτυρο, ντομάτες, κρέας σε τεμάχια, μελιτζάνες, μαϊντανό, κορν φλαουρ)
- δαμαλάκι μπραιζέ (κοκκινίζουμε το κρέας στο τηγάνι με βούτυρο ή πάχος, το βάζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό και δάφνη, βούτυρο, κρασί, ντομάτα, και σιγοψήνουμε)
- δαμαλάκι ραγού πατάτες (καβουρδίζουμε το κρέας με το κρεμμύδι και βούτυρο, προσθέτουμε νερό, και σιγοβράζουμε. Κόβουμε πατάτες, για να μη λιώσουν μπορούμε να στύψουμε λεμόνι)
- δαμαλάκι αντζέμ πιλάφι (καβουρδίζουμε τα τεμάχια κρέατος με κρεμμύδι και βούτυρο, ρίχνουμε νερό, ντομάτες, και σιγοψήνουμε. Περνάμε από το τρυπητήρι και μένουν τα κρεμμύδια και οι ντομάτες στο τρυπητό. Στο ζωμό ρίχνουμε το κρέας και το ρύζι μαζί με βούτυρο και αφήνουμε μέχρι να απορροφηθεί όλο το υγρό)
- δαμαλάκι με κυδώνια (κυδώνια, καβουρδίζουμε το κρέας με βούτυρο, προσθέτουμε νερό ώστε να καλυφτούν τα κυδώνια, ζάχαρη, αλάτι, και αφήνουμε να σιγοβράσει)
- Χοιρινό σέλινο αυγολέμονο (με βούτυρο)
- αρνί εντράδα με διάφορα χόρτα (αρνί, πατάτες, φασόλια, κολοκυθάκια, μπιζέλια, κρεμμύδια, καρότα, ντομάτα, βούτυρο)
- αρνί με ντομάτες γλασέ (βούτυρο, κρασί, αλεύρι, αρνί, ντομάτες)
- αρνί τας κεμπάπ (βούτυρο, αρνί, κρεμμύδια, κρασί, ντομάτες, μαϊντανό. Τουρκικής ονομασίας, συνδυάζεται με πιλάφι)
- αρνί πλάτη κοκκινιστή με κρασί (βούτυρο, πλάτη αρνιού, λεμόνι, κρασί άσπρο)
- αρνί σπάλα γεμιστή (σπάλα γεμιστή, βούτυρο, λεμόνι, κρασί, ντομάτα)
- αρνί με φασόλια ξηρά (βούτυρο, κρεμμύδια, κρέας, αλεύρι, μαϊντανό, δυόσμο, φασόλια βρασμένα)
- αρνί με φασολάκια (βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, φασολάκια, δένουμε με κορν φλαουρ)
- αρνί κατσαρόλας γαρνι (μπούτια αρνιού, βούτυρο ή πάχος, κρεμμύδι, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, ντομάτα πουρέ)
- αρνί με αγκινάρες αυγολέμονο (αρνί, βούτυρο, 2 κρεμμύδια, αλεύρι, αγκινάρες, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, λεμόνι, αυγολέμονο. Μπορούμε να ρίξουμε στο αυγολέμονο γάλα ή γιαούρτι)

- αρνί αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, αρνί, αλεύρι, αντίδια, αυγολέμονο, κορν φλάουρ, γάλα για να γίνει η σάλτσα λευκότερη ή γιαούρτι. Μπορούμε να μη ρίξουμε καθόλου αυγολέμονο και να ρίξουμε μόνο γιαούρτι)
- φρικασέ με μαρούλια (κρέας, 4-5 κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, νερό, μαρούλια καθαρισμένα, άνηθο, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ)
- μελιτζάνες με κρέας (όπως εντράδες με βούτυρο, με μελιτζάνες, ντομάτα φρέσκη ή πουρέ, μαϊντανό)
- μυαλά με βούτυρο σωτέ
- συκωτάκια μοσχαρίσια σωτέ (σάλτσα εσπανιολ, σωτάρουμε τα συκωτάκια στην κατσαρόλα σε βούτυρο, ρίχνουμε την σάλτσα, ανακατεύουμε, και σερβίρουμε)
- νεφρά σωτέ με σάλτσα (όπως συκωτάκια σωτέ)
- ντολμάδες με φύλλα μαρουλιών (φύλλα μαρουλιών, κιμάς, ρύζι, κρεμμύδια, άνηθο, μαϊντανό, δυόσμο, φύλλα μαρουλιών, αυγό, βούτυρο, αυγολέμονο)
- Λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς χοιρινός, κρεμμύδια, ρύζι, 2 ασπράδια αυγού, λάχανο, βούτυρο, η άσπρη σάλτσα γίνεται με γάλα, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού και ζωμό από τους ντολμάδες)
- Ντολμάδες κλιματόφυλλα (κιμάς, κρεμμύδι, ασπράδι αυγού, βούτυρο, ρύζι, δυόσμο. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό, γάλα, χυμό λεμονιού και κρόκο αυγού)
- Μελιτζάνες γεμιστές (γέμιση με κιμά, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, βούτυρο, αφήνουμε να βράσουν στην κατσαρόλα, και δένουμε τη σάλτσα με κορν φλαουρ)
- Μαρούλια γεμιστά (σαλάτες, γέμιση με κιμά, ρύζι, ασπράδι αυγού, κρεμμύδι, βούτυρο για το ψήσιμο στη κατσαρόλα, σάλτσα άσπρη αυγολέμονο)
- Γαλαντίνα πουλερικών με γαρίδες(όπως γαλαντίνα πουλερικών αλλά ο κιμάς ζυμώνεται με αλατοπίπερο, ψίχα ψωμιού, γάλα, βούτυρο και προσθέτουμε και γαρίδες βρασμένες)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (κιμά, ρύζι, 3-4 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, 3-4 κουταλιές βούτυρο, μαϊντανό, 2 κρόκους, λεμόνι)
- Σουτζουκάκια με αυγολέμονο (κιμάς, ρύζι, 2-3 κρεμμύδια, 2 ασπράδια αυγών, οι κρόκοι για το αυγολέμονο, φύλλα λάχανου άσπρα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- μοσχάρι στήθος γεμιστό (η γέμιση γίνεται με γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδι, 1 αυγό, κουκουνάρια, ½ ποτήρι γάλα, μοσχοκάρυδο
- λαμπριάτικο αρνί γεμιστό (βούτυρο, κρεμμυδάκια, γέμιση με ρύζι, εντόσθια, άνηθο, μαϊντανό, δυόσμο)
- αρνί φούρνου με ντομάτα (αρνί, πατάτες, λεμόνι, μαϊντανό, δυόσμο, βούτυρο)
- αρνί σέλα γεμιστή (σέλα αρνιού με το συκώτι, ρύζι, 1 κρεμμύδι, σταφίδες μαύρες και κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, βούτυρο)
- σέλα αρνιού γαρνί (βούτυρο ή πάχος)
- σέλα αρνιού πρεντανιερ (σέλα, καρότα, πατάτες, φασόλια, αρακά, βραστά, βούτυρο)
- χοιρινό πατέ Βιεννουαζ (χοιρινός κιμάς, 1 αυγό, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, γαλέτα, δυόσμο, βούτυρο, κρασί άσπρο)
- Αγκινάρες γεμιστές (κιμάς, κρεμμύδι, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, δυόσμο, 15 αγκινάρες)
- Ντομάτες γεμιστές με κιμά (ρύζι, κιμάς, δυόσμο, μαϊντανό, γαλέτα, βούτυρο)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)
- Κεφτέδες φούρνου (κιμάς, αυγά, βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι)
- μυαλά εις κόκκιγια (Γαλλική μαγειρική: μυαλά βραστά, μέσα σε κοκκίγια, μπεσαμέλ, βούτυρο, τυρί τριμμένο, γαλέτα)
- μπιφτέκια τηγανιτά σωτέ (τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με βούτυρο)
- φιλε μινιόν μαδέρα (Γαλλική μαγειρική: τα φιλετάκια αλευρώνονται, τηγανίζονται με βούτυρο, και σβήνονται με μαδέρα ή μαυροδάφνη, λίγη ντομάτα και κρασί άσπρο, και σάλτσα εσπανιολ)
- φιλε τουρνεντο καρνω (Γαλλική μαγειρική: φέτες βωδινού φιλέτου που τηγανίζονται με βούτυρο και σερβίρονται επάνω από κρουτόν η βάση αγκινάρας, περιχύνουμε με σάλτσα εσπανιολ με μαδέρα και τρούφα)
- μοσχάρι με ντομάτες (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε το κρέας με βούτυρο όπως το καπαμά, τα βάζουμε στη κατσαρόλα και ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι και δουλεύουμε με κουτάλα μέχρι να πάρει καστανό χρώμα. Ρίχνουμε κρασί και νερό, προσθέτουμε ντομάτες, ζάχαρη)
- μοσχάρι καπαμά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με βούτυρο τα μέρη του κρέατος. Βάζουμε στο τηγάνι αλεύρι, και ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα. Ρίχνουμε κρασί άσπρο, νερό, ντομάτα, γαρύφαλλα, κανέλα. Αφήνουμε να μειωθεί η σάλτσα.)
- κοτολέτες μοσχαριού σωτέ (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με βούτυρο ή πάχος χοιρινό ή ανάμεικτα. Τις βγάζουμε από το τηγάνι, ρίχνουμε σε αυτό άσπρο κρασί και λίγο αλάτι, και αφού πάρει 2-3 βράσεις, περιλούουμε με τη σάλτσα τις κοτολέτες)
- Σνίτσελ Βιεννέζικα (φέτες μοσχαριού, αλευρώνονται και τηγανίζονται σε βούτυρο ή πάχος)
- Φιλέ νουαζετ μορναι (Γαλλική μαγειρική: αλευρώνουμε τα φιλέτα και τα τηγανίζουμε με βούτυρο, περιχύνουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, λίγη παρμεζάνα, ζαμπόν, και γαλέτα και τα βάζουμε στο φούρνο με βούτυρο λιωμένο, συνοδεύουμε με πάτους αγκινάρας, και μπιζέλια)
- Φιλέ μινιον νεσελρωδ (Γαλλική μαγειρική: όπως τα νουαζέτ και τουρνεντό, ετοιμάζουμε γαρνιτούρα πουρέ από κάστανα, κρουτόν, σάλτσα εσπανιολ με μαδέρα, τρούφες, πουρέ πατάτες με ντομάτα, βούτυρο)

- Φιλέ μινιον νισουαζ (Γαλλική μαγειρική: ετοιμάζονται ανάλογα με φιλετάκια Τουρνεντό, αγκινάρες γεμισμένες με ψίχες ντομάτας γλασέ, και κρουτόν. Σερβίρονται με σάλτσα ντεμί γκλας στην οποία προσθέτουμε σάλτσα ντομάτας)
- Χοιρινές μπριζόλες σωτέ (τις αλευρώνουμε της ψήνουμε στο τηγάνι σε βούτυρο και ντεγλασάρουμε το τηγάνι με κρασί και τις περιλούουμε με τη σάλτσα)
- Χοιρινές μπριζόλες ζαρντινιέρ (7-8 μπριζόλες, 4-5 πατάτες, 4-5 καρότα, 2-3 ρέβες ή λάχανο, 1 γούλα σέλινο, 2-3 ντομάτες, 3-4 κρεμμύδια, πουρέ ντομάτες, κρασί άσπρο. Κόβουμε τα λαχανικά σε στενές λωρίδες, τα στρώνουμε στη κατσαρόλα και από πάνω θέτουμε τις μπριζόλες τις οποίες έχουμε αλευρώσει και τηγανίσει σε βούτυρο. Ρίχνουμε στ κατσαρόλα το κρασί, τον πουρέ ντομάτες, νερό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- αρνί καπαμάς (αλευρώνουμε το κρέας, το τηγανίζουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε αλεύρι και ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, προσθέτουμε κρασί άσπρο, ντομάτα, κανέλα, γαρύφαλλα, σκεπάζουμε και αφήνουμε να πάρουν βράσει. Ο εν λόγω καπαμάς είναι γνωστός ως Μοραΐτικος. Υπάρχει και ο Λεβαντίνικος ο οποίος παρασκευάζεται με χόρτα και αυγολέμονο και μοιάζει με το φρικασέ)
- αρνί κοτολέττες στο χαρτί (τις αλευρώνουμε, τις τηγανίζουμε σε φριτούρα, τις γεμίζουμε με γέμιση με ζαμπόν με κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί, βούτυρο, τις τυλίγουμε στο χαρτί και τις βάζουμε στο φούρνο για 10΄)
- αρνί κοτολέττες βιλερουά (τις σωτάρουμε πρώτα στο τηγάνι με βούτυρο, τις βουτάμε σε σάλτσα μπεσαμέλ με τυρί τριμμένο, τις πανάρουμε σε γαλέτα και αυγό και της τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- μυαλά τηγανιτά με αυγά (με βούτυρο)
- συκωτάκια μοσχαρίσια τηγανιτά (κομμένα σε λωρίδες, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο και λάδι ανάμεικτα)
- συκωτάκια με σάλτσα (συκωτάκι αρνιού, βούτυρο, κρασί άσπρο, αλεύρι, ξύδι, νερό, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα συκωτάκια σε βούτυρο και κάνουμε μια σάλτσα με το βούτυρο το αλεύρι, και το κρασί)
- συκωτάκια με πατάτες γαρνιτούρα (αλευρώνονται και τηγανίζονται με βούτυρο, συνδυάζονται με πατάτες βιενουάζ)
- γλυκάδια τηγανιτά αρνιού (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- μπιφτέκια κοπανιστά (κόβουμε το κρέας σε κιμά, το ραντίζουμε με γάλα, το ζυμώνουμε, πλάθουμε τα μπιφτέκια, τα τηγανίζουμε με βούτυρο, σερβίρουμε με 1 αυγό μάτι επάνω σε κάθε μπιφτέκι και πουρέ από πατάτες ή σπανάκι)
- Κεφτέδες τηγανιτοί (κιμάς, ψίχα ψωμί, 2-3 κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, 2 αυγά, γαλέτα, αλεύρι, τα τηγανίζουμε με βούτυρο ή λάδι ή ανάμεικτα, ή λίπος μαγειρικό)
- Κεφτέδες με σάλτσα (τηγανίζουμε τους κεφτέδες σε λάδι ή βούτυρο, η σάλτσα γίνεται με αλεύρι, κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί, ντομάτα πουρέ, ξύδι, ζάχαρη)
- Κεφτεδάκια φρικασέ (κιμάς, ψίχα ψωμί, 1-2 κρεμμύδια, μαϊντανό, τυρί, 2 ασπράδια αυγού, για τη σάλτσα κρεμμύδια, ξύδι, γάλα, 2 κρόκους, βούτυρο)
- Κεφτέδες με σάλτσα ντομάτα (τηγανιτοί κεφτέδες, σάλτσα με κρασί, στην οποία προσθέτουμε τους κεφτέδες)
- Σουτζουκάκια Σμυρνέικα (κιμάς, αυγά, σκόρδο, κύμινο, τα πλάθουμε σε κεφτέδες και τα τηγανίζουμε σε βούτυρο, τα βάζουμε στην κατσαρόλα, με κρασί, σάλτσα ντομάτας, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- μπιφτέκια σχάρας (μπιφτέκι σημαίνει βωδινή φέτα τρυφερή, αφού τα αλείψουμε με λιωμένο βούτυρο, τα ψήνουμε στη σχάρα)
- κοτολέτες μοσχάρι πανέ σχάρας (τις πανάρουμε αλλά αντί για αυγά βάζουμε βούτυρο. Λιώνουμε το βούτυρο στη φωτιά, και σε αυτό βουτάμε τις κοτολέτες και έπειτα στη γαλέτα. Τις ψήνουμε στη σχάρα)
- αρνί κοτολέτες πανέ σχάρας (για πανάρισμα αντί αυγού βάζουμε βούτυρο λιωμένο)
- Κεφτέδες σχάρας (κιμάς, κρεμμύδι, μαϊντανός, βούτυρο ή λάδι)

Πουλερικά

- Όρνιθα βραστή μπραιζε (την βράζουμε πρώτα για να χρησιμοποιήσουμε το ζωμό για σούπα, και μετά την αλείφουμε με λεμόνι και την κάνουμε μπραιζέ στη κατσαρόλα χρησιμοποιώντας περισσότερη ντομάτα και κρασί)
- Όρνιθα πιλάφι ινδιέν –με σάλτσα κάρρυ (από τον ζωμό της όρνιθας για γίνει το πιλάφι, και η σάλτσα γίνεται όπως η μιλανέζα αλλά προσθέτουμε κάρυ)
- Πουλιά με αυγολέμονο σάλτσα (αφού τα βράσουμε, τα σερβίρουμε με σάλτσα αυγολέμονο, η οποία γίνεται με 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι, ζωμό των πουλιών, γάλα και λεμόνι)
- Γάλος ή γαλοπούλα κατσαρόλας (με αρκετό βούτυρο ή πάχος)
- Γαλόπουλο με ντομάτα (το αλείφουμε με λεμόνι, το κοκκινίζουμε στο βούτυρο, προσθέτουμε το κρεμμύδι, το κρασί και την ντομάτα και αφήνουμε να σιγοβράσει)
- Γαλοπούλα κοκκινιστή κατσαρόλας(αλείφουμε με λεμόνι την γαλοπούλα, την κοκκινίζουμε με βούτυρο, προσθέτουμε το κρεμμύδι, καρότο, σέλινο, μαϊντανό, κρασί άσπρο, λίγο νερό και ντομάτα, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και σιγοψήνουμε)
- Όρνιθα γεμιστή με κιμά (την αλείφουμε με λεμόνι και την κοκκινίζουμε με βούτυρο ή λίπος, ρίχνουμε κρασί άσπρο και ντομάτα, 1 καρότο, και σιγοψήνουμε. Μπορούμε να προσθέσουμε λίγο κορν φλαουρ για να γίνει η σάλτσα πιο πηχτή)
- Όρνιθα κοκκινιστή κατσαρόλας (λεμόνι για να την αλείψουμε, βούτυρο, κρεμμύδι, καρότο, σέλινο, μαϊντανό, κρασί άσπρο, ντομάτα)

- Όρνιθα μπραιζέ (λεμόνια για να την αλείψουμε, βούτυρο ή λίπος, κρασί άσπρο, ντομάτα, καρότο, μαϊντανό, σέλινο, κρεμμύδι, κορν φλαουρ)
- Πουλιά με ντομάτα (γίνεται όπως το γαλόπουλο με ντομάτα)
- Πουλιά κοκοτ (αλείφομε με λεμόνι τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε σε βούτυρο, προσθέτουμε τα κρεμμύδια, και το αλεύρι, το κρασί και τη ντομάτα, και σιγοψήνουμε)
- Πουλιά γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- Πουλιά γεμιστά με κιμά (όπως πουλιά γεμιστά, η γέμιση γίνεται με κιμά καβουρδισμένο με ντομάτα, κουκουνάρια, γαλέτα, κανέλα, βούτυρο)
- Πουλιά πιλάφι (τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο, ρίχνουμε νερό να μισοκαλυφτούν, ντομάτα και τα βράζουμε. Με το ζωμό κάνουμε πιλάφι)
- Πουλιά ατζέμ πιλάφι (τα κόβουμε σε τεμάχια, τα καβουρδίζουμε σε βούτυρο, και κρεμμύδια, ρίχνουμε λίγο νερό και ντομάτα. Όταν βράσουν σχεδόν προσθέτουμε και το ρύζι)
- Πουλιά με μπάμιες (βούτυρο, 2 πουλιά, μπάμιες)
- Πουλιά γεμιστά με ρύζι
- Πουλιά με μπιζέλια (βούτυρο, κρεμμύδια, αλεύρι, μπιζέλια, σερβίρουμε με σάλτσα που ετοιμάζουμε με 2 κρόκους αυγού, κορν φλαουρ διαλυμένο σε νερό τα οποία ρίχνουμε στην κατσαρόλα)
- Πουλιά φρικασέ (πουλιά, βούτυρο, αλεύρι, νερό, άνηθο, κρεμμύδια, σέλινο, 2 κρόκους αυγών, ζωμό λεμονιού)
- Πουλιά στιφάδο (πουλιά, βούτυρο, κρασί άσπρο, ξύδι, ντομάτα, ζάχαρη, δάφνη, γαρύφαλλα, νερό, κρεμμυδάκια)
- Πουλιά μπλανκετ (2 πουλιά, βούτυρο, 3-4 κρεμμύδια, 2 φλιτζάνια γάλα, 2 κουταλιές αλεύρι, 1-2 κρόκους, ζωμό λεμονιού)
- Πουλιά σάλτσα καρύδια (όπως πουλιά μπλανκέτ, στο τέλος όταν πυκνωθεί η σάλτσα και προστεθεί το γάλα με τους κρόκους και το κορν φλαουρ, προσθέτουμε 1 φλιτζάνι καρύδια κοπανισμένα στο γουδί)
- Πάπια με μπάμιες (παπιά, μπάμιες, ντομάτα, κρασί, ζάχαρη, βούτυρο, κορν φλαουρ)
- Πάπια μπραιζέ (τα τρίβουμε με λεμόνι, βούτυρο, ψιλά χόρτα, κρασί άσπρο, ντομάτα, δάφνη, γαρύφαλλα, μπαχάρι)
- Πιτσούνια σαλμί με ελιές (βούτυρο, κρασί, πράσινες ελιές, πιτσούνια)
- Πιτσούνια γεμιστά (η γέμιση γίνεται με συκωτάκια πουλιών, κουκουνάρια, γαλέτα, μαϊντανό, βούτυρο, κρεμμύδι και γάλα. Αφού ράψουμε τα πουλιά, τα κοκκινίζουμε στο βούτυρο και σβήνουμε με κρασί ντομάτα και σιγοψήνουμε)
- Πιτσούνια με ντομάτα (βούτυρο, ζάχαρη, ντομάτες, κρασί)
- Πιτσούνια με κρασί (βούτυρο, μαύρο κρασί, ντομάτα, ζάχαρη, κανέλα)
- Μπεκάτσες σαλμί (βούτυρο, κρασί, μπεκάτσες)
- Μπεκάτσες με ντομάτα (βούτυρο, κρεμμύδι, αλεύρι, κρασί, δάφνη, ντομάτες, κρουτόν)
- Πέρδικες σαλμί (γίνονται και στο φούρνο: βούτυρο, αλεύρι, χόρτα διάφορα, ντομάτα, κρουτόν, κορν φλαουρ, μανιτάρια, ή ζαμπόν)
- Αγριόπαπιες σαλμί(βούτυρο, καρότα, ψιλά χόρτα, μαύρο κρασί, ντομάτα)
- Κυνήγι πιλάφι (βούτυρο, ντομάτα, πιλάφι)
- Τσίχλες με σάλτσα (βούτυρο, ντομάτα πουρέ, τσίχλες, κρουτόν)
- Ορτύκια πιλάφι (καβουρδίζουμε με βούτυρο, κρεμμύδι ψιλό, ρύζι)
- Τρυγόνια με σάλτσα (γίνονται στη κατσαρόλα με βούτυρο και ντομάτα και κρασί όταν είναι μεγάλης ηλικίας)
- Φασιανοί σαλμί (γίνονται όπως οι πέρδικες σαλμί)
- Γαλοπούλα ψητή (την σκεπάζουμε με βουτυρόχαρτο)
- Γαλόπουλα μικρά ψητά
- Γάλος γεμιστός με κάστανα(γίνεται και στην κατσαρόλα)
- Γαλόπουλο γεμιστό με κιμά (καλύπτουμε με βουτυρωμένο χαρτί και βάζουμε και λίγες πατάτες στο ταψί)
- Χήνα με κάστανα και μήλα (βούτυρο, μήλα, κάστανα, ζάχαρη, χήνα)
- Χήνα γεμιστή με κιμά (χήνα, βούτυρο, κάστανα, κουκουνάρια, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, γαλέτα, κανέλα, 2 κρεμμύδια)
- Ορτύκια με σταφίδες (βούτυρο, κρουτόν, μπουγιον, σταφίδες φρέσκες ξανθές ή σταφύλια ψιλόρογα)
- Φραγκόκοτες ψητές (ψήνονται όπως τα πουλερικά του ίδιου μεγέθους)
- Πουλιά κατσαρόλας με σάλτσα (κοκκινίζουμε στο τηγάνι τα πουλιά με βούτυρο ή πάχος χοιρινό, τα βγάζουμε από το τηγάνι και ρίχνουμε σε αυτό κρεμμύδι, αλεύρι, λίγο ακόμα βούτυρο, κρασί, ντομάτα, και μαϊντανό και αφήνουμε να σιγοβράσουν)

Κυνήγι ζώα

- Φιλετάκια λαγού σάλτσα μαδέρα (Γαλλική μαγειρική: τα ραντίζουμε με κρασί ή κονιάκ, τα σωτάρουμε στο τηγάνι με βούτυρο, και τα σερβίρουμε με σάλτσα με μαυροδάφνη, κονρ φλαουρ και κύβους ζωμού. Βάζουμε σε κάθε φιλέτο 1 μανιτάρι, κρουτόν, και πουρέ πατάτας με ντομάτα)

- Φιλέ μινιον λαγού προβενσάλ (Γαλλική μαγειρική: κόβονται σε λεπτές φέτες και ετοιμάζονται στη προηγούμενη συνταγή-βούτυρο. Περιχύνονται με σάλτα προβενσάλ)
- Πουλιά σχάρας με γαλέτα (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο ή πάχος χοιρινού και κατόπιν σε γαλέτα και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Πιτσούνια μικρά σχάρας με γαλέττα (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο, τα τυλίγουμε σε γαλέτα και τα ψήνουμε)
- Ορτύκια σχάρας (τα βουτάμε σε λιωμένο βούτυρο, τα τυλίγουμε σε γαλέτα, και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Τρυγόνια σούβλας (περιβρέχονται με βούτυρο λιωμένο)
- μους φουα γκρα (Γαλλική μαγειρική: φουα γκρα, βούτυρο φρέσκο, κρέμα σαντιγί, τρούφες, ζελέ κρέατος)

ΨΑΡΙΑ

- Ψάρια με σούπα κρέμα (βράζουμε το ψάρι, η σούπα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό ψαριών, 2-3 αυγά για αυγολέμονο, λεμόνι, βούτυρο)
- Ψάρι φέτες βραστές ολλανταιζ (σερβίρουμε με βούτυρο, και σάλτσα ολλανταιζ)
- Ψάρι φέτα βραστή με σάλτσα κρέμα (για την κρέμα: βούτυρο, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους αυγών, ζωμό ψαριού, λεμόνι)
- Φιλέτα γλώσσας νορμαντ (γαλλική μαγειρική: φιλέτα γλώσσας, ντομάτες, μανιτάρια, κρασί, βούτυρο, σάλτσα νορμαντ)
- Φιλέτα γλώσσας στανλευ (γαλλική μαγειρική: φιλέτα γλώσσας, μανιτάρια, κρασί, βούτυρο, σάλτσα κρέμα, Worcestershire sauce, τρούφες)
- Κροκέτες από ψάρι (ψαχνά ψαριού βρασμένου, 2 φλιτζάνια γάλα, 4κ. της σούπας βούτυρο, αλεύρι, για μπεσαμελ, τυρί τριμμένο το οποίο βάζουμε μέσα στη μπεσαμελ, 2 αυγά, γαλέτα για τηγάνισμα)
- φιλέτα γλώσσας Φλωρεντίν (γαλλική μαγειρική: γλώσσες, σπανάκι, κρασί, παρμεζάνα, γαλέτα, μπεσαμελ)
- Φιλέτα γλώσσας Αιγυπτιακά (Γαλλική μαγειρική: γλώσσες, μελιτζάνες τηγανιτές, αφαιρούμε την ψίχα, τις γεμίζουμε με γέμιση με τσιγαρισμένο κρεμμύδι σε βούτυρο, μανιτάρια, κρασί, σάλτσα εσπανιολ, την ψίχα της μελιτζάνας, γαλέτα. Κάνουμε ποσέ τα φιλέτα και τα επιθέτουμε πάνω από κάθε μελιτζάνα, τα καλύπτουμε με μπεσαμελ, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο, και γίνονται ω-γκραταίν)
- Ψάρι ποσέ με κρασί (γαλλική μαγειρική: στρώνουμε τα φιλέτα σε βουτυρωμένο ταψί, τα αλείφουμε με λιωμένο βούτυρο, ρίχνουμε κρασί και τα θέτουμε στο φούρνο)
- Φιλέτα ψαριού με μαγιονέζα (τα βάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί, σκεπάζουμε με κρασί, και νερό, τα σερβίρουμε με μαγιονέζα στην οποία έχουμε προσθέσει φύλλα ζελατίνας για να γίνει πιο σφικτή)

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

- Μους γαρίδες (γαρίδες βραστές ή καραβιδάκια ή αστακό, σάλτσα μπεσαμέλ, βούτυρο φρέσκο, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- Γαρνιτούρα ματελο (30 ουρές γαρίδων, 25-30 μύδια, σωταρισμένα με άσπρο κρασί και ανακατεμένα με σάλτσα ματελο. Χωριστά ανάλογες πατάτες βρασμένες και σωταρισμένες με βούτυρο φρέσκο. Σερβίρεται μόνο με ψάρια)
- Αστακός αλ' αμερικαίν (αφού βράσουμε τον αστακό, τον ρίχνουμε σε σάλτσα που ετοιμάζουμε με λάδι, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, κονιάκ, μαϊντανό, καρότα, δάφνη, κόκκινο πιπέρι, βούτυρο)
- Αστακός καρντιναλ-ο-γκρατεν (αφού βράσουμε τον αστακό, αφαιρούμε το καβούκι, το ψαχνό της ουράς το βάζουμε σε ταψί, τον σκεπάζουμε με μπεσαμέλ με κόκκινο πιπέρι στην οποία έχει προστεθεί πουρέ ντομάτας βρασμένος με λίγο νερό, βούτυρο, και ζάχαρη, πασπαλίζουμε με τυρί, γαλέτα και βούτυρο και το γκρατινάρουμε)
- Αστακός κοκκίγια ο-γκρατέν (όπως η συνταγή αστακού Καρντινάλ, απλά ανακατεύουμε με τα ψαχνά του αστακού λίγα αυγά σφιχτά, κομμένα σε μπεσαμέλ με ντομάτα, ψήνονται δε μέσα στα κοκκίγια)
- Στρείδια στο φούρνο (με βούτυρο)

ΑΥΓΑ

- Αυγά ολόκληρα κρύα (αυγά σφιχτά, τα γεμίζουμε με δόση πατάτας ως πουρέ, ανακατωμένη με κρόκους, μουστάρδα, βούτυρο, αγγουράκια τουρσί)
- Αυγά φορμέ (βουτυρώνουμε μικρές φόρμες, και σε κάθε μια σπάμε 1 αυγό, τις βάζουμε στη κατσαρόλα με βραστό νερό την οποία σκεπάζουμε για να μη φεύγει ο ατμός. Ξεφορμάρουμε και περιλούουμε τα αυγά με σάλτσα ντομάτας και κρουτόν)
- Αυγά ο γκρατέν (8 αυγά, 4 φλιτζάνια γάλα, 5 κουταλιές αλεύρι για μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Αυγά μπεσαμέλ (αυγά, μπεσαμέλ, τυρί, γαλέτα, βούτυρο)
- Αυγά του φούρνου (βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, ή σαλάμι, ντομάτα πουρέ, ζάχαρη, γαλέτα)
- μυαλά τηγανιτά με αυγά (βούτυρο)
- Αυγά ομελέτα (με βούτυρο, αυγά, γάλα ή νερό)
- Ομελέτα με ντομάτα (βούτυρο, ντομάτα, ζάχαρη)
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες βρασμένες, κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο, ρίχνουμε και τις πατάτες και τις σιγοψήνουμε, μετά ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά με τριμμένο τυρί)
- Ομελέτα με λουκάνικα (8 αυγά, 5-6 λουκάνικα, 1 κρεμμύδι, βούτυρο)
- Ομελέτα με ρύζι (αυγά, ντομάτες, ρύζι βρασμένο, βούτυρο)
- Ομελέτα με παρμεζάνα ή άλλο τυρί (8 αυγά, τυρί τριμμένο, βούτυρο λιωμένο, γάλα ή νερό

- Ομελέτα παρμαντιε (2-3 πατάτες, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βούτυρο, με αυτή τη γέμιση γεμίζουμε την ομελέτα)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Σιτάλευρο

- σουφλέ με τυρί
- γιορκσαερ πουτιγκ

Ζύμη

- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)
- κρεατόπηττα Γιαννιώτικη (κιμάς αρνιού, 5 ποτήρια γάλα, 8-10 παξιμάδια, 7-8 αυγά, βούτυρο, τυρί τριμμένο, κρεμμύδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, φύλλα μπακλαβά ή φύλλα σπιτικά)
- Κοτόπηττα
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Χορτόπηττα με αυγά (σπανάκι, κρεμμυδάκια, άνηθο, μυρώνια, ζάχαρη, κανέλα, 5 αυγά, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά)
- Τυρόπιτα (φέτα, μπεσαμέλ, βούτυρο, αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Κρεατοπιτάκια (ζύμη σφολιάτα με γέμιση με κιμά που καβουρδίζουμε σε βούτυρο με κρεμμύδι, προσθέτουμε κρασί άσπρο και ντομάτα, γαλέτα, βούτυρο)
- τυροπηττακια
- κοτοπηττάκια (γέμιση από ψαχνά πουλερικά, ζαμπόν, σάλτσα μπεσαμελ)
- Μπουρεκάκια με κιμά (στον κιμά προσθέτουμε γαλέτα, τυρί και 1 αυγό, απλώνουμε φύλλα μπακλαβά, βάζουμε τη γέμιση, τα τυλίγουμε, τα αλείφουμε με βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)
- μπουρεκάκια με μυαλά (γέμιση με μυαλά βραστά, αυγό, τυρί τριμμένο, τυλίγονται με φύλλο και τηγανίζονται όπως οι κεφτέδες, με βούτυρο)
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν (η γέμιση γίνεται με κοπανισμένο ζαμπόν ανακατωμένο με μπεσαμελ, 1-2 κρόκους)
- Μπουρεκάκια με τυρί (η γέμιση γίνεται με τυρί και αυγό ή τυρί και μπεσαμελ και αυγά, φύλλα μπακλαβά)
- Πάστα νουγι (γάλα, αλεύρι, αυγά, βούτυρο)
- Ραβιόλια ιταλικά(αλεύρι, τυρί, βούτυρο, κιμά, αυγά, γαλέτα, σάλτσα ντομάτας, κρασί)
- Ζύμη σφολιάτας (αλεύρι, μπέικιν πάουντερ, βούτυρο ή μαργαρίνη, νερό, αλάτι)
- πρόχειρη ζύμη σφολιάτα (βούτυρο, αλεύρι, 1 ασπράδι αυγού, νερό, αλάτι, μπέικιν)
- Βολ-ο-βαν (ζύμη σφολιάτα, αυγό χτυπημένο)
- Βολ-ο-βαν γεμιστό
- Πετι πατέ, πετι-μπουσέ και πετι βολ-ο βαν
- Σάντουιτς Μαλακωφ (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι, μαγιά φρέσκη)
- Μικρά πιροσκί(ζύμη με αλεύρι, βούτυρο, αυγά, γάλα, αλάτι)
- Μπουσέ διάφορα (γίνονται με ζύμη σφολιάτας, γεμίζονται με ότι γέμιση θέλουμε)
- Κορνε διάφορα (γίνονται με πρόχειρη σφολιάτα, δίνουμε το σχήμα χωνιού, γεμίζονται με ότι γέμιση θέλουμε)
- Καναπέ παριζιεν (ταρτελετ σε σχήμα βαρκάκια με σαλάτα ρωσική, ψαχνά πουλερικών σε ζελέ)
- Μικρά τατελετ (η ζύμη γίνεται από αλεύρι, βούτυρο, αλάτι, 1 κρόκο αυγού, νερό και μπέικιν πάουντερ
- Μπατον σαλέ (γίνονται από ζύμη όπως για ταρτελέτες. Αφού πλάσουμε πούρα, αλείφονται με αυγό και ψήνονται στο φούρνο)
- Ψωμάκια μπύρας (η ζύμη γίνεται με αλεύρι, γάλα, βούτυρο, αυγά, μαγιά φρέσκη, αλάτι και μοσχοκάρυδο)

Μπουλουγούρι

- μπουλουγούρι πιλάφι (βούτυρο, μπλουγούρι, ζουμί, κρεμμύδι, νερό ή ζωμό)
- μπουλουγούρι γιουβέτσι (γίνεται όπως το κρέας αρνιού ή μοσχαριού στο φούρνο γκιουβέτσι με την διαφορά αντί για σπαγγέτο βάζουν μπουλουγούρι. Νοστιμότερο είναι με χοιρινό. Το μπουλουγούρι χρειάζεται πιο πολύ βούτυρο από το ρύζι και το σπαγγέτο)

ψωμί

- Σάντουιτς(2 φέτες ψωμί, αλειμμένες με βούτυρο, με τυρί, ζαμπόν, χαβιάρι)
- Καναπέ με ζαμπόν(1 φέτα ψωμί, βούτυρο, ζαμπόν, μουστάρδα)
- Καναπέ με χαβιάρι μαύρο (1 φέτα ψωμί με μαύρο χαβιάρι, βούτυρο)
- Καναπέ με σαρδέλα (βούτυρο σαρδέλας: δουλεύουμε τα ψαχνά από 2-3 σαρδέλες, τα περνούμε από σήτα και τα αναμειγνύουμε με βούτυρο)
- Καναπέ αρλεκεν (πάστα σαρδέλας, μουστάρδα, βούτυρο)
- Καναπέ αμπασαντερ (φέτες μαύρο ψωμί, βούτυρο, πουρέ σαρδέλας, ρίζα χρένου, σολομός καπνιστός)
- Καναπέ ναπολιταιν (ψωμί μαύρο και άσπρο, βούτυρο, βούτυρο σαρδέλας, βούτυρο με μουστάρδα γαλλική)
- Καναπέ μερυλανδ (βούτυρο αλατισμένο με μουστάρδα γαλλική, ψαχνά στήθους γαλοπούλας ή όρνιθας βραστής, ζελέ)
- Καναπέ μοντε καρλο (τυρί ροκφόρ, βούτυρο φρέσκο)
- Καναπέ ιβανοε (μαύρο ψωμί, ζαμπόν, βούτυρο, μουστάρδα)

- Καναπέ ερσιλια (μαύρο ψωμί, ρώσικη σαλάτα, βούτυρο, αγγουράκια τουρσί, μπιζέλια, φιλέτα ρέγκας, ασπράδια από σφιχτά αυγά, μαγιονέζα, σφιχτούς κρόκους αυγών περασμένους από μηχανή πουρέ)
- Καναπέ ντιαμπλοτεν (φρυγανιές άσπρου ψωμιού, με στρώση σαλάτας ως εξής: τουρσιά διάφορα, καπνισμένα φιλέτα ρέγκας και σαρδέλας ανακατεμένα με μαγιονέζα, μουστάρδα, κόκκινο πιπέρι, επάνω από τη σαλάτα, σάλτσα κέτσαπ, βούτυρο)
- Καναπέ στρασμπουργζ(ψωμί άσπρο, ζελέ, φουα γκρά δουλεμένο με βούτυρο)
- Καναπέ ζεφυρ (δόση φουα γκρά δουλεμένο με βούτυρο, με αυτό αλείφουμε φέτες άσπρο ψωμί και γαρνίρουμε με κρέμα σαντιγύ χωρίς ζάχαρη)
- Καναπέ μπακάρα (άσπρο ψωμί, βούτυρο με γαλλική μουστάρδα, ζαμπόν, τρούφα ή κοκκινογούλι)
- Καναπέ γκουρμέ (άσπρο ψωμί, γλώσσα καπνιστή, σάλτσα αγγλική, ζελέ κοπανισμένο, βούτυρο)
- Καναπέ μπριτζ (άσπρο ψωμί, βούτυρο, φουα γκρά, ασπράδι του αυγού, τρούφα ή αγγουράκι πράσινο)
- Καναπέ Φρανκφούρτ (Μαύρο ψωμί, βούτυρο, μουστάρδα γαλλική, σαλάμι γερμανικό που λέγεται Λέμπερ Βύρστ)
- Καναπε μοσκοβιτ (μαύρο ψωμί, βούτυρο, μαύρο χαβιάρι)
- Καναπέ μπακονέτ (μυζήθρα ζυμωμένη με αλάτι, πιπέρι, βούτυρο, αλείφονται με αυτή τη δόση φρυγανιές, βάζουμε και μπέικον καπνιστό)
- Καναπε ντόμινο (μαύρο ψωμί, σάλτσα αγγλική του μπουκαλιού, βούτυρο αλατισμένο, με λίγο βούτυρο με κακάο για να γίνει καστανί, με το οποίο κάνουν τα σημάδια)
- Καναπέ βικτωρία (ταρτελέτες σε σχήμα βαρκούλας, γεμίζονται με φουα γκρα δουλεμένο με βούτυρο, προσθέτοντας ψαχνά άσπρα πουλερικών κοπανισμένα)
- Καναπέ επικυρ (στρογγυλές φέτες ψωμιού αλειμμένες με βούτυρο, κοπανισμένα άσπρα ψαχνά πουλερικών, σάλτσα μαγιονέζα πικάντικη, πασπαλισμένες με σφικτό κρόκο αυγού περασμένο από μηχανή πουρέ, τα ασπράδια ανακατεύονται με τα ψαχνά των πουλερικών, μπορούμε να βάλουμε και τρούφες)

Ζυμαρικά:

- Γαρνιτούρα ναπολιταίν (μακαρόνια Ναπολιταίν, βούτυρο λιωμένο, παρμεζάνα, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρόνια παστίτσιο (μακαρόνια, βούτυρο, τυρί, γαλέτα, 3 αυγά, γάλα για μπεσαμέλ, γαλέτα)
- Μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (βούτυρο)
- Μακαρόνια ναπολιταιν (μακαρόνια, τυρί παρμεζάνα, βούτυρο λιωμένο, σάλτσα ντομάτας)
- Κανελόνια γεμιστά (κιμάς, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, γαλέτα, 2 αυγά, βούτυρο, γάλα, τυρί, σάλτσα ντομάτας)
- Μακαρονια παστίτσιο με τυρί φέτα (βούτυρο)
- Μακαρόνια παστίτσιο οριενταλ (βούτυρο)
- Μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο(βούτυρο)
- Μακαρόνια παστίτσιο ντομάτα (βούτυρο)
- Μακαρόνια με σάλτσα χόρτων ((βούτυρο, κρεμμύδι, ντομάτα, μαϊντανό, καρότα)
- Μακαρόνια με ντομάτα (βούτυρο)
- Μακαρόνια με κιμά (βούτυρο, κιμάς, τυρί, ντομάτα)
- Μακαρόνια με λουκάνικα (βούτυρο, τυρί, ντομάτα, λουκάνικα)
- Φιδές δια γαρνιτούρα (βούτυρο)
- Λαζάνια με τυρί (βούτυρο)
- Λαζάνια φούρνου με λουκάνικα (βούτυρο)

Ρύζι

- Κροκιέτες με ρύζι (ρύζι, βούτυρο, τυρί τριμμένο, ζαμπόν, 2 αυγά και γαλέτα)

Πιλάφια

- Γαρνιτούρα μιλαναιζ
- Ρύζι πιλάφι(βούτυρο, ζωμό ή νερό)
- Ρύζι ατζέμ πιλάφι (κρέας πρόβειο ή αρνιού, βούτυρο, ρύζι, 1 κρεμμύδι, λίγη ντομάτα, αλάτι, πιπέρι. Αφού τσιγαρίζουμε το κρέας σε κομμάτια με βούτυρο και κρεμμύδι, ρίχνουμε όσο νερό χρειάζεται και το ανάλογο ρύζι και αφήνουμε να βράσει)
- Πιλάφι με συκωτάκια αρνιού (βούτυρο, ρύζι, κρασί, συκωτάκια, κρεμμύδι, μπελτέ, ζάχαρη, δάφνη, τα συκωτάκια τα τηγανίζουμε σε βούτυρο και κατόπιν τα ρίχνουμε στη σάλτσα)
- Πιλάφι με πουλερικά (όρνιθα ή καπόνι, γάλο κτλ., βούτυρο, ρύζι, ζωμό δια πιλάφι, γάλα, 1-2 κρόκους αυγών, βούτυρο, αλεύρι για σάλτσα)
- Ψαροπίλαφο Κυβέλης (πετρόψαρα, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, λάδι ή βούτυρο, το πιλάφι γίνεται με το ζωμό από τα βρασμένα ψάρια, και με το υπόλοιπο ζωμό γίνεται μια σάλτσα όπως μπεσαμέλ)
- Ρύζι βρασμένο δια γαρνιτούρα (ρύζι, νερό, αλάτι, βούτυρο)
- Ρυζότο παριζιέν (ρύζι, βούτυρο, ζαμπόν, παρμεζάνα, τυρί, λίγα μανιτάρια, τρούφες, ζωμό, ζαφορά)
- Ρύζι μιλανέζα (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι με γαρίδες (γαρίδες, ρύζι, λάδι, βούτυρο, ντομάτες, κρεμμύδι)
- Πιλάφι με αστακό (όπως πιλάφι με γαρίδες αλλά αντί γαρίδες βάζουμε αστακό)
- Πιλάφι γαρίδες ή αστακός με σάλτσα (αστακός ή γαρίδες, ρύζι, κρεμμύδια, βούτυρο και λάδι, κρασί, ντομάτες, ζουμί από το βράσιμο των γαρίδων, μαϊντανό, ζάχαρη)
- Πιλάφι ο-γκρατεν (γάλα, βούτυρο, αλεύρι για μπεσαμέλ, πιλάφι, ζαμπόν, τυρί τριμμένο, βούτυρο, γαλέτα)

- Πιλάφι με ντομάτες γκλασέ (παρασκευάζεται το πιλάφι και από πάνω θέτουμε τις ντομάτες γκλασέ: ντομάτες, ζάχαρη, γαλέτα, βούτυρο ή λάδι και ψήνουμε στο φούρνο)
- Πιλάφι με αυγολέμονο (για το αυγολέμονο, βούτυρο, 2-3 κουταλιές αλεύρι, γάλα, 1-2 κρόκους, ζωμό λεμονιού, βούτυρο)
- Πιλάφι με κιμά (ο κιμάς γίνεται με βούτυρο, κρεμμύδια, ντομάτα, μαϊντανό)
- Πιλάφι μουσακά (πιλάφι με κιμά, μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, βουτυρωμένο ταψί, γαλέτα)
- Πιλάφι τας κεμπαπ (κρέας αρνιού ή μοσχαριού, κρεμμύδια, βούτυρο, ντομάτα, κρασί, νερό, ρύζι)
- Πιλάφι ιμαμ μπαιλντι (η σάλτσα: σωτάρουμε κρεμμύδια με βούτυρο, ρίχνουμε κρασί, ντομάτα, μαϊντανό, πιπέρι, ζάχαρη, αφήνουμε να λιώσουν τα κρεμμύδια. Με τη σάλτσα αυτή περιχύνουμε το πιλάφι)
- Πιλάφι με κόκκινη κολοκύθα (ρύζι, κολοκύθα, λάδι ή βούτυρο, κρεμμύδι)
- Πιλάφι με ζωμό χόρτων (καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ρέβες, πράσο, αφού βράσουν στραγγίζουμε το ζωμό και τον χρησιμοποιούμε για το πιλάφι, προσθέτοντας το ανάλογο βούτυρο, περιλούουμε με σάλτσα ντομάτας ή μπεσαμέλ με τυρί τριμμένο)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

- Ντομάτες γεμιστές κρύες ή μαρινιερ (Γαλλική μαγειρική: μαγιονέζα, τόνο σε κονσέρβα, αγγουράκια τουρσί, φιλέτα σαρδέλας, μαϊντανό, κρεμμύδι ψιλό, λεμόνι, φρέσκο βούτυρο ως γαρνιτούρα)

Βραστά:

- Λάχανο ξυνό με λουκάνικα βραστά (σερβίρεται με βούτυρο, το ξυνό λάχανο πουλιέται ως έχειν)
- Λάχανο γεμιστό με μπέικον (το γεμίζουμε με μπέικον ή λουκάνικα καπνιστά, το περιχύνουμε με λίπος χοιρινό ή βούτυρο λιωμένο και το βράζουμε σε αλατισμένο νερό.)
- Φασόλια πράσινα με βούτυρο (βράζουμε τα φασόλια, τα περιλούουμε με βούτυρο ή με λάδι και ξύδι και μαϊντανό)
- Σπαράγγια σάλτσα κρέμα (τα σερβίρουμε με σάλτσα μπεσαμέλ, στην οποία προσθέτουμε ή κρέμα γάλακτος ή βούτυρο)
- Σπαράγγια πολωναιζ (περιχύνουμε τα σπαράγγια με γαλέτα την οποία έχουμε ανακατέψει με βούτυρο στο τηγάνι, μέχρι να πάρει καστανό χρώμα)
- Κονσομέ ζυλιεν (κονσομέ, καρότα, σέλινα, πατάτες, λάχανο, κρεμμύδι, κομμένα σε λωρίδες στο μέγεθος του σπίρτου, βούτυρο)
- Μπιζέλια γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε, προσθέτουμε λίγη ζάχαρη, τα σερβίρουμε με βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα γαρνιτούρα (αφού τα βράσουμε τα σερβίρουμε με βούτυρο)
- Καρότα γκλασέ γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με ζάχαρη και κύβο μπουγιον και βούτυρο και αφήνουμε να γλασαρισθούν)
- Ρέβες γαρνιτούρα (τις βράζουμε και τις κάνουμε γκλασέ όπως και τα καρότα)
- Μαρουλάκια γκλασέ γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα στραγγίζουμε, ρίχνουμε βούτυρο, ζωμό)
- Λάχανο γκλασέ γαρνιτούρα (αφού βράσουμε 1 άσπρο λάχανο 2-3 φορές το βάζουμε στη κατσαρόλα με λαρδί καπνιστό-μπέικον, βούτυρο, και ντομάτα)
- Κουνουπίδι γαρνιτούρα (βράζουμε το κουνουπίδι και το σερβίρουμε με βούτυρο, γαλέτα)
- Αγκινάρες γαρνιτούρα(με βούτυρο, λεμόνι, 1-2 κρεμμύδια)
- Γαρνιτούρα ζαρντινιερ (καρότα, ρέβες, πατάτες, μπιζέλια, φασόλια, κουνουπίδι, ζεματισμένα με βούτυρο)
- Γαρνιτούρα μασεντουαν (καρότα, ρέβες, πατάτες, αφού βράσουν τα σωτάρουμε με βούτυρο)
- Γαρνιτούρα μοντομορανσυ (αγκινάρες γεμιστές με μασεντουάν, 5-6 σπαράγγια περασμένα σε χαλκά από καρότο, περιλούουμε με σάλτσα ντεμι –γκλας, τα σπαράγγια με βούτυρο λιωμένο
- Πατάτες βραστές με βούτυρο

<u>*Σούπες*</u>

- Σούπα μπιζέλια ξηρά (βούτυρο, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ζωμό κρέατος, μπιζέλια, κορν φλάουρ ή αλεύρι, κρουτόν)
- Σούπα με κρεμμύδι (κρεμμύδι, βούτυρο, νερό, παρμεζάνα ή κασέρι, κρουτόν)
- Σούπα λάχανο (φύλλα λάχανου άσπρα, νερό, κρεμμύδι ψιλό, βούτυρο λιωμένο, μαϊντανό, άνηθο, ψωμάκια τηγανισμένα)
- Σούπα λάχανο με λουκάνικα (όπως η προηγούμενη, απλά προσθέτουμε λουκάνικα και μπέικον)
- Κρεμ παρμαντιε (4-5 πατάτες, 1 κρεμμύδι, ζωμό κρέατος, αλεύρι, βούτυρο, γάλα, 2 κρόκους)
- Κρεμ σουμπιζ (κρεμμύδια άσπρα, μπεσαμελ, 2-3 κρόκους, βούτυρο, λίγο γάλα, κρέμα ρουαγιάλ)
- Κρεμ ντυμπαρυ (κρέμα βελουτέ, κουνουπίδι, 2 κρόκους, γάλα, κορν φλαουρ, βούτυρο, κρουτον)
- Κρεμ νισουαζ(μισή κρέμα βελουτέ, μισή πουρέ ντομάτας, πολύ γάλα, βούτυρο και μπιζέλια)
- Κρεμ ντ' ασπερζ(κρέμα βελουτέ, σπαράγγια)
- Σούπα φάρος (κριθάρι, γάλα, 1-2 κρόκους, φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ελληνική)
- Κρεμ βελουτέ (ζωμός, βούτυρο, αλεύρι, 2 φλιτζάνια γάλα, 3-4 κρόκοι, βούτυρο φρέσκο)
- Κρεμ ντε ρι (ρύζι, γάλα, 2-3 κρόκους, βούτυρο)
- Κρεμ ντ'ορζ (κριθάρι, κρόκους, γάλα, βούτυρο)
- Κρεμ ντ' ασπερζ(κρέμα βελουτέ, σπαράγγια)
- Κρεμ ντε τοματ (βελουτέ στην οποία ρίχνουμε πελτέ ντομάτας, κρεμμύδι, σέλινο, γάλα, κορν φλαουρ, βούτυρο)

Στην κατσαρόλα:

- Λάχανο ντολμάδες αυγολέμονο χωρίς κρέας (σταφίδες μαύρες, ρύζι, κρεμμύδι ψιλό, κουκουνάρια, μαϊντανό, άνηθο, βούτυρο ή χοιρινό λίπος, 2 αυγά. Η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, αλεύρι, γάλα, ζωμό ντολμάδων, 2 κρόκους αυγών, χυμό λεμονιού)
- Μελιτζάνες με βούτυρο ή λάδι (κρεμμύδια, μελιτζάνες, λάδι, ντομάτα, νερό, μαϊντανό, αφήνουμε να σιγοβράσουν. Το ίδιο φαγητό γίνεται και με βούτυρο αντί για λάδι)
- Κολοκυθάκια με βούτυρο (κρεμμύδια, κολοκυθάκια, ντομάτα, βούτυρο, ντομάτα)
- Κολοκυθάκια γεμιστά με ρύζι (ρύζι, κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, γαλέτα, 2 ασπράδια αυγών, βούτυρο, σάλτσα άσπρη αυγολέμονο)
- Μπάμιες γιαχνί με βούτυρο (2-3 κρεμμύδια, μπάμιες, λάδι, ντομάτες, μαϊντανό, αντί για λάδι μπορεί να χρησιμοποιηθεί βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα γιαχνί με βούτυρο (3-4 κρεμμύδια, 4-5 ντομάτες, φασόλια, βούτυρο)
- Αγκινάρες με βούτυρο (όπως αγκινάρες λαδερές αλλά βάζουμε αντί λάδι βούτυρο και σερβίρουμε με αυγολέμονο)
- Κουνουπίδι με ντομάτα και βούτυρο
- Αγκινάρες με κουκιά (αγκινάρες, κουκιά, κρεμμύδι, κρεμμυδάκι φρέσκο, άνηθο, βούτυρο, αλεύρι, χυμό λεμονιού, σάλτσα αυγολέμονο με γάλα. Αντί για αυγολέμονο μπορούμε να προσθέσουμε σάλτσα ντομάτας, για τις ημέρες της νηστείας όποτε αντί βούτυρο θέτουμε λάδι)
- Γαρνιτούρα πρενσές (ίσες δόσεις σπαραγγιών και μπιζέλια σωταρισμένα με σάλτσα βελουτέ, συνάμα τρούφες σε φέτες και κεφαλές από μανιτάρια)
- Πατάτες βιενουαζ (αφού βράσουμε τις πατάτες, σωτάρουμε κρεμμύδι σε βούτυρο, και προσθέτουμε και τις πατάτες και τις αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Πουρέ σπανάκι (σπανάκι, γάλα, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ πατάτες (πατάτες, γάλα, βούτυρο, αλάτι, μοσχοκάρυδο)
- Πουρέ μπιζέλια ξηρά (μπιζέλια, βούτυρο, αλάτι, γάλα)
- Πατάτες πουρέ με ντομάτα
- Γαρνιτούρα νταμ-μπλανς (ταρτελέτ γεμιστές με κορυφές σπαραγγιών, πατάτες στη πιατέλα γύρω γύρω στρογγυλές με βούτυρο)
- Γαρνιτούρα ματελο (30 ουρές γαρίδων, 25-30 μύδια, σωταρισμένα με άσπρο κρασί και ανακατεμένα με σάλτσα ματελο. Χωριστά ανάλογες πατάτες βρασμένες και σωταρισμένες με βούτυρο φρέσκο. Σερβίρεται μόνο με ψάρια)
- Ντομάτες γεμιστές με γαλέτα (γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, δυόσμο)
- Ντομάτες γεμιστές με κρέμα (όπως οι ντομάτες γεμιστές με κιμά, προσθέτουμε από πάνω κρέμα μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, γαλέτα, και βούτυρο)
- Μελιτζάνες πουρέ με κεμπάπ (αφού ψήσουμε τις μελιτζάνες στο φούρνο, κάνουμε πουρέ και τον ανακατεύουμε με γάλα και φρέσκο βούτυρο στην κατσαρόλα και σερβίρουμε με κρέας κεμπάπ)
- Μελιτζάνες παπουτσάκια (τηγανίζουμε πρώτα τις μελιτζάνες και τις γεμίζουμε με γέμιση από σοταρισμένα κρεμμύδια με βούτυρο, ντομάτα, μαϊντανό, ζάχαρη, και γαλέτα. Σκεπάζουμε τις μελιτζάνες με μπεσαμέλ και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κολοκυθάκια ογκρατέν (αλευρώνουμε τα κολοκυθάκια και τα τηγανίζουμε, τα στρώνουμε σε ταψί με δόσεις μπεσαμέλ και τυρί τριμμένο και γαλέτα, ραντίζουμε με βούτυρο λιωμένο και ψήνουμε στο φούρνο)
- Κουνουπίδι ογκρατέν (βράζουμε το κουνουπίδι, το βαζούμε στο ταψί, το περιχύνουμε με μπεσαμέλ, τυρί τριμμένο, μοσχοκάρυδο και αυγό, βάζουμε από πάνω γαλέτα, το ψήνουμε στο φούρνο)
- Σπαράγγια ογκρατέν (σπαράγγια βραστά, μπεσαμέλ, τυρί, 2-3 κρόκους αυγών, γαλέτα, βούτυρο)
- Πατάτες γεμιστές (ψήνουμε τις πατάτες στο φούρνο, τις αδειάζουμε, κάνουμε πουρέ το εσωτερικό προσθέτουμε τυρί και βούτυρο, και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Σπανακόπηττα μη νηστίσημη (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, βούτυρο, 4-5 αυγά, τυρί τριμμένο ή φέτα, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)

Στο τηγάνι:

- Κολοκυθοκεφτέδες (κολοκυθάκια, κρεμμύδια, γαλέτα, τυρί τριμμένο, αλεύρι, αφού βράσουμε τα κολοκυθάκια, τα λιώνουμε σε πουρέ, προσθέτουμε τα αυγά, την γαλέτα, το τυρί και το κρεμμύδι το οποίο έχουμε ξανθίσει σε βούτυρο, τα πλάθουμε όπως τους κεφτέδες και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Κρεμμυδάκια γαρνιτούρα (τα βράζουμε, τα τηγανίζουμε με βούτυρο, ρίχνουμε ζάχαρη)
- Πατάτες πατατοκεφτέδες (πατάτες, 2 αυγά, τυρί τριμμένο, αλεύρι, πλάθουμε σε κεφτέδες, τους τηγανίζουμε με βούτυρο)
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (τηγανίζουμε τις μελιτζάνες, τις στρώνουμε στο ταψί, βάζουμε μια στρώση κιμά, άλλη μια στρώση μελιτζάνες, κιμά και μπεσαμελ με 2 κρόκους, γαλέτα, βούτυρο και τυρί και ψήνουμε στο φούρνο)
- Μουσακά με πατάτες (τηγανίζουμε τις πατάτες, τις στρώνουμε στο ταψί, από πάνω κιμά, μπεσαμέλ με 2 κρόκους, τυρί, γαλέτα, βούτυρο και ψήνουμε στο φούρνο)

- Μουσακά κολοκυθο-ντομάτες(τηγανισμένες ντομάτας αφού τις αλευρώσουμε, τις στρώνουμε ανάμεικτα με κολοκύθια τηγανιτά, ο μουσακάς αποτελειώνει όπως οι άλλες μουσακάδες)

ΛΑΔΙ

- Σάλτσα βινεγκρετ (λαδόξιδο, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, μαϊντανός, 1 αυγό σφιχτό)
- Σάλτσα μαγιονέζα
- Σάλτσα ρωσική (μαγιονέζα με χαβιάρι μαύρο, σάλτσα Worcestershire, χυμό λεμονιού)
- Σάλτσα κίτρινη (μαγιονέζα, κρόκους αυγών βρασμένους, κρασί άσπρο)
- Σάλτσα πράσινη (μαγιονέζα, χρώμα πράσινο ή μαϊντανό)
- Σάλτσα μουσκεταιρ (μαγιονέζα, ψιλό κρεμμύδι βρασμένο με κρασί άσπρο, πράσινα φύλλα φρέσκων κρεμμυδιών, μαϊντανό, ξύδι)
- Σάλτσα μαγιονέζα μουσελίν (μαγιονέζα, κρέμα γάλακτος χτυπημένη)
- Σάλτσα ανταλούζ (μαγιονέζα, ντομάτα πουρέ, πιπεριές πράσινες)
- Σάλτσα ταρταρ (μαγιονέζα, τουρσιά ψιλά, μαϊντανό)
- Σάλτσα ραβιγκότ (λάδι, μουστάρδα γαλλική, νερό, ξύδι, πιπέρι, λεμόνι, μαϊντανό)

Διάφορα

- κρεατόπηττα Κεφαλληνίας (αρνί, τυρί φέτα, ρύζι, πατάτες, κρεμμύδι, βούτυρο, λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, κανέλα, πιπέρι, δυόσμο, φλούδα πορτοκαλιού, φύλλα μπακλαβά)
- Πουλιά μαρέγκο (2 πουλιά, λάδι, αλεύρι, ντομάτες, κρασί, δάφνη, σκόρδο, φρέσκο βούτυρο. Πρώτα αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα πουλιά στο λάδι, και έπειτα τα σιγοβράζουμε στη κατσαρόλα με ντομάτα, σκόρδο και κρασί)
- Σουβλάκια από μοσχάρι (ψαχνά μοσχαριού, γλυκάδια, λάδι, ρίγανη, λεμόνι)
- Γουρουνόπουλο με λάδι (τεμαχίζουμε το γουρουνόπουλο σε 4-6 κομμάτια και τις τηγανίζουμε σε λάδι. Θέτουμε στη βάση της κατσαρόλας καλάμια λεπτά ώστε να σχηματιστεί μια σχάρα, στην οποία ακουμπάμε τα τεμάχια του κρέατος για να μην αγγίζουν στο πάτο της κατσαρόλας. Ρίχνουμε το λάδι, 2 ποτήρια κρασί άσπρο, κλείνουμε το καπάκι και αφήνουμε να σιγοψηθεί)
- αρνί σκορδοστούμπι ζακυνθινό (κόβουμε σε φέτες τεμάχια αρνιού ή μοσχαριού, τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με λάδι. Σε κατσαρόλα βάζουμε σκόρδα, μαϊντανό, τι κρέας, λάδι, ξύδι, κρασί άσπρο, ντομάτες ή πουρέ και αφήνουμε να σιγοψηθούν)
- Ντομάτες μισογεμιστές (μπεσαμέλ, κιμάς, καρύδια, πελτέ ντομάτας, βούτυρο ή λάδι, γαλέτα, κρεμμύδι, κρασί, τυρί τριμμένο)
- αρνί μπούτι στο χαρτί (λάδι, μαϊντανό, λεμόνι, σκόρδο, ρίγανη, τυλίγουμε με χαρτί αλειμμένο με λάδι, το ψήνουμε στο φούρνο. Μπορεί να προστεθεί τυρί φέτα τρίμματα όταν το τυλίγουμε στο χαρτί)
- αρνί στο χαρτί φούρνου (λάδι, ρίγανη, μαϊντανό, λαδόχαρτο, φέτα τυριού κασέρι είτε κεφαλίσιο)
- αρνί κεφαλάκι ρηγανάτο (λάδι, ντομάτα, κεφαλάκι αρνιού, ρίγανη)
- πόδια μοσχαρίσια βραστά με σάλτσα βινεγκρέτ (για τη σάλτσα λάδι, ξύδι, αυγά, μαϊντανό)
- συκωτάκια μοσχαρίσια τηγανιτά (κομμένα σε λωρίδες, αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε βούτυρο και λάδι ανάμεικτα)
- συκωτάκια μοσχαρίσια μαρινάτα (κόβουμε και τηγανίζουμε με λάδι, τα βάζουμε σε πιατέλα, και στο τηγάνι προσθέτουμε λάδι, αλεύρι, παίρνει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, νερό, ντομάτα, δεντρολίβανο και περιχύνουμε τα συκωτάκια)
- Κεφτέδες τηγανιτοί (κιμάς, ψίχα ψωμί, 2-3 κρεμμύδια, μαϊντανό, δυόσμο, 2 αυγά, γαλέτα, αλεύρι, τα τηγανίζουμε με βούτυρο ή λάδι ή ανάμεικτα, ή λίπος μαγειρικό)
- Κεφτέδες με σάλτσα (τηγανίζουμε τους κεφτέδες σε λάδι ή βούτυρο, η σάλτσα γίνεται με αλεύρι, κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί, ντομάτα πουρέ, ξύδι, ζάχαρη)
- Σουβλάκια από μοσχάρι (ψαχνά μοσχαριού, γλυκάδια, λάδι, ρίγανη, λεμόνι)
- γουρουνόπουλο σούβλας (το αλείφουμε με λάδι μέχρι να ψηθεί)
- αρνί της σούβλας
- σουβλάκια από αρνί (κρέας από μπουτάκι, 5-6 γλυκάδια, 4-5 νεφρά, λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμυδάκι ψιλό)
- εντόσθια με ρίγανη (εκλέγουμε συκωτάκια αρνιού ή μοσχαριού, γλυκάδια, σπλήνα, τα κόβουμε σε κομμάτια, τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε ρίγανη και λάδι, και τα ψήνουμε στο φούρνο)
- εντόσθια αρνιών ριγανάτα (συκώτι, σπλήνα, καρδιά, γλυκάδια, μπόλια, λεμόνι ή ντομάτα, λάδι, ρίγανη)
- σουβλάκια από εντόσθια (συκωτάκια, νεφρά, γλυκάδια, σπλήνα, αλάτι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμύδι, λάδι, λεμόνι)
- σουβλάκια από αρνί (κρέας από μπουτάκι, 5-6 γλυκάδια, 4-5 νεφρά, λάδι, λεμόνι, πιπέρι, ρίγανη, μαϊντανό, κρεμμυδάκι ψιλό)
- Σουβλάκια από μοσχάρι (ψαχνά μοσχαριού, γλυκάδια, λάδι, ρίγανη, λεμόνι)
- Λαγός φούρνου (αφού τον αλευρώσουμε και τον τηγανίσουμε με λάδι, τηγανίζουμε και κρεμμύδια στο ίδιο λάδι, τα ρίχνουμε στον λαγό, ρίχνουμε και τηγανίζουμε με μισό λάδι, μισό βούτυρο, ή μόνο με λάδι. Ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι, το ανακατεύουμε να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε 1 ποτήρι κρασί, και το περνάμε στη κατσαρόλα με δάφνη, πουρέ ντομάτας, κρεμμυδάκια μισοτηγανισμένα στο τηγάνι, και το κουνέλι. Σερβίρουμε με κρουτόν, κορν φλαουρ αν χρειαστεί και φρέσκο βούτυρο)

- Κουνέλι στιφάδο(αφού τα μαρινάρουμε με ξύδι, το αλευρώνουμε και τον τηγανίζουμε σε λάδι ή λάδι και βούτυρο) Αγριόχοιρος στιφάδο (γίνεται όπως κουνέλι αλλά δεν μαρινάρουμε στο ξύδι
- Ζαρκάδι στιφάδο
- Κουνέλι κρασάτο (αφού μαριναριστεί, το αλευρώνουμε και το τηγανίζουμε σε λάδι και βούτυρο. Στρώνουμε σε κατσαρόλα τα κρεμμύδια, μαϊντανό, δάφνη, μπαχάρια, τα κομμάτια του κουνελιού, φέτες ντομάτες, και μουστάρδα. Το τηγάνι το σβήνουμε με κρασί μαύρο και άσπρο και πελτέ ντομάτας. Όταν πάρουν βράση, τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Κουνέλι με ντομάτες (τα αλευρώνουμε και τα τηγανίζουμε με λάδι, και έπειτα τα βάζουμε στη κατσαρόλα με κρεμμύδια, κρασί, ντομάτα πελτέ, δάφνη, ζάχαρη, λάδι. Προσθέτουμε και ντομάτες σε φέτες που έχουμε αλευρώσει και τηγανίσει στο ίδιο τηγάνι)
- Λαγός με σάλτσα (αφού μαριναριστεί σε ξύδι με νερό και λαχανικά, αλευρώνεται και τηγανίζεται σε λάδι και βούτυρο, και στη συνέχεια το βάζουμε στη κατσαρόλα. Στο τηγάνι ρίχνουμε αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να γίνει καστανό χρώμα, ρίχνουμε κρασί και τη σάλτσα αυτή τη ρίχνουμε στη κατσαρόλα. Προσθέτουμε και χοιρινό καπνιστό ή αλλιώς μπέικον. Ρίχνουμε επίσης κονιάκ και κρουτόν)
- Λαγός με σκορδαλιά (το ψήσιμό του γίνεται στο φούρνο ή στη κατσαρόλα με λάδι, προσθέτουμε και λίγο ξύδι ή ντομάτα)

ψάρια

- Ρήνα ή σαλάχι (σερβίρονται με λαδολέμονο)
- Κακαβιά ψαρόσουπα (ψάρια, κρεμμύδια, φέτες ντομάτας, λάδι)
- Ψάρι μπουγιαμπές σούπα(πετρόψαρα, 1-2 αστακούς, γαρίδες ή καβούρια, καρότα, μαϊντανό, σκόρδο, λάδι, λεμόνι, ζαφορά)
- Ψαροπίλαφο Κυβέλης (πετρόψαρα, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, λάδι ή βούτυρο, το πιλάφι γίνεται με το ζωμό από τα βρασμένα ψάρια, και με το υπόλοιπο ζωμό γίνεται μια σάλτσα όπως μπεσαμέλ)
- Χέλι με σάλτσα (2-3 χέλια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρεμμύδια, κρασί άσπρο)
- Μπακαλιάρος γιαχνί (μπακαλιάρος ξαλμυρισμένος, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό)
- Ψάρι κατσαρόλας (3-4 κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, πελτές ντομάτα, σκόρδο, κρασί άσπρο, προσθέτουμε τα ψάρια, και αφήνουμε να σιγοβράσουν)
- Ψάρι φέτες γιαχνί (ψάρι, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, κρασί άσπρο, μαϊντανό, άνηθο, πιπεριά κόκκινη, σκόρδο)
- Μπουγιαμπές με σάλτσα (λάδι, ψάρια, κρεμμύδια, πατάτες, ζαφορά. Αυγολέμονο)
- Χέλι σχάρας (τα αλείφουμε με λάδι και τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Μπακαλιάρος λαδολέμονο(αφού ξαλμυρίσουν ψήνονται στη σχάρα και περιλούονται με λαδολέμονο)
- Ξιφίας σουβλάκια σχάρας (σερβίρεται με λαδολέμονο)
- Ψάρι σχάρας με σάλτσα ραβιγκότ (αλατίζουμε, περιλούουμε με λάδι)
- Σκάρος ψητός σχάρας (λαδολέμονο, μουστάρδα, μαϊντανό)
- Μπαρμπούνια σχάρας
- Χέλι τηγανιτό (αφαιρούμε το δέρμα, το αλατίζουμε, στύβουμε λεμόνι, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με λάδι)
- Τσίροι τηγανιτοί (αφαιρούμε τα κεφάλια, τους μουσκεύουμε σε νερό και ξύδι, ετοιμάζουμε κουρκούτι με αλεύρι και νερό, βάζουμε και μπέικιν πάουντερ, τα τυλίγουμε στο χυλό, και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός (τον ξαλμυρίζουμε και τον τυλίγουμε σε κουρκούτι και έπειτα τηγανίζουμε σε λάδι)
- Γαλέος τηγανιτός με λάδι
- Ψάρια μαρινάτα (μέσα στο τηγάνι με λάδι όπου έχουμε τηγανίσει τα ψάρια, προσθέτουμε και άλλο λάδι, και αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, πελτέ ντομάτας, ζάχαρη, και αφήνουμε να βράσει η σάλτσα)
- Ψάρι σαβόρε ζεστό (φέτες χονδρών ψαριών ή μικρά ψάρια. Τηγανίζουμε τα ψάρια και στο τηγάνι, προσθέτουμε ακόμα λάδι, αλεύρι, ανακατεύουμε μέχρι να πάρει καστανό χρώμα, ρίχνουμε ξύδι, νερό, κρασί, ντομάτα πουρέ, σκόρδο, ζάχαρη, δεντρολίβανο, και αφήνουμε τη σάλτσα να βράσει)
- Ψάρι φέτες τηγανιτές (συναγρίδα ή σφυρίδα, λάδι)
- Ψάρι φέτες πανέ (τις πανάρουμε με αυγό και γαλέτα και τηγανίζουμε σε λάδι)
- Ψάρι μαγιάτικο τηγανιτό(αλεύρωμα, τηγάνισμα σε λάδι)
- Φιλέτα μπακαλιάρων πανέ (πανάρουμε με αυγά και γαλέτα, τηγανίζουμε σε λάδι ή πάχος και λάδι. Τα κόκαλα και τα κεφάλια μπορούν να χρησιμοποιηθούν για σούπα αυγολέμονο ή ντομάτας)
- Τσίροι σαλάτα (αφαιρούμε τις κεφαλές, τους σκίζουμε, τους μουσκεύουμε, τους τυλίγουμε με φύλλο χονδρού χαρτιού και τους ψήνουμε στο φούρνο. Τους σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, μαϊντανό)
- Μπακαλιάρος φούρνου (μπακαλιάρος ξαλμυρισμένος, κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα πουρέ, μαϊντανό, φέτες ντομάτας)
- Ξιφίας φούρνου με ντομάτες (όπως για γιαχνί, λάδι, ντομάτες σε κάθε φέτα)
- Ψάρι φούρνου Σπετσιώτικο (σφυρίδα ή λαυράκι, λάδι, ντομάτα, μαϊντανό, σκόρδο, γαλέτα, κρασί άσπρο)
- Ψάρι πλακί(στύβουμε λεμόνι, κόβουμε κρεμμύδια, σπανάκι, ξινήθρα, μαϊντανό, λάδι, κρασί, νερό, ντομάτα, χόρτα, σκόρδο)
- Ψάρι οριεντάλ (το βάζουμε στο ταψί και περιχύνουμε με σάλτσα που έχουμε ετοιμάσει στην κατσαρόλα με λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί)

Θαλασσινά

- αστακός με απλή σάλτσα (αφού βράσουμε τον αστακό και κρυώσει, τον περιχύνουμε με σάλτσα με εντόσθια αστακού, σκόνη μουστάρδα, ζωμό λεμονιού, νερό, αλάτι και λάδι)
- καραβίδες μικρές (βράζονται και σερβίρονται κρύες με λαδολέμονο ή μαγιονέζα)
- κταπόδι φρέσκο βραστό
- Αστακός πιλάφι (αστακός βραστός, λάδι, ντομάτα, κρεμμύδι, ρύζι, κρεμμυδάκι, καρότα, ρίζες σέλινου, κρασί άσπρο, δάφνη)
- Γαρίδες με σάλτσα (2 φλιτζάνια κρεμμύδια, 3-4 μεγάλες ντομάτες, 2 ποτήρια κρασί, βούτυρο ή λαδί, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Το φαγητό μπορεί να φαγωθεί και κρύο, αν μαγειρευτεί μόνο με λάδι)
- Μύδια πιλάφι (ξύνουμε τα μύδια, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με λάδι, κρεμμύδι, κρασί, νερό, ντομάτα, σκεπάζουμε, ρίχνουμε το ρύζι, και σιγοβράζουμε)
- Σουπιές γιαχνί (καβουρδίζουμε τα κρεμμύδια στο λάδι, προσθέτουμε κρασί, μαϊντανό, νερό, μελάνι, και μπορούμε να ρίξουμε μυρώνια ή σπανάκι)
- Καλαμαράκια γεμιστά (ρύζι, κρεμμύδι, λάδι, καλαμαράκια)
- Καλαμαράκια γιαχνί (όπως οι σουπιές)
- Κταπόδι κρασάτο (κρεμμύδι, λάδι, χταπόδι, κρασί μαύρο, ντομάτα, αλατοπίπερο)
- Χταπόδι στιφάδο (όπως κταπόδι κρασάτο, προσθέτουμε αρκετά κρεμμυδάκια στιφάδο, 2 φύλλα δάφνης)
- Κταπόδι γιαχνί(κρεμμύδι, λάδι, χταπόδι, αλάτι, πιπέρι, ντομάτα)
- Κταπόδι πιλάφι με ντομάτες (βράζουν τα πλοκάμια, γιαχνίζουμε με κρεμμύδια, λάδι, νερό, ντομάτα πουρέ, ρύζι)
- Μύδια τηγανιτά(βγάζουμε τα μύδια από το καβούκι, τα αλευρώνουμε, τα τηγανίζουμε με λάδι. Επίσης μπορούμε να τα κάνουμε πανέ με αυγό και γαλέτα)
- Σουπιές τηγανιτές (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι)
- Καλαμαράκια τηγανιτά (τηγανίζονται με λάδι αφού πρώτα αλευρωθούν)
- Στρείδια τηγανιτά (όπως τα μύδια τηγανιτά)
- Χαβιαρόγλωσσες γιουβέτσι (αφού τις ξαλμυρίσουμε, τις λιώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι. Το σβήνουμε με νερό και ντομάτα και περιχύνουμε διάφορα λαχανικά τουρλού και ψήνουμε στο φούρνο)
- Πατατοκεφτέδες με χαβιαρόγλωσσες (το χαβιάρια γίνεται όπως η προηγούμενη συνταγή, το ανακατεύουμε με ντομάτα, αλεύρι, και τα πλάθουμε σε κεφτέδες και τους τηγανίζουμε σε ζεστό λάδι)
- Ταραμοκεφτέδες (ταραμά, ψίχα ψωμιού, αλεύρι, μαϊντανό, άνηθο, κρεμμύδι, δυόσμο, λάδι)
- Ταραμοσαλάτα (ταραμάς, ψίχα ψωμιού βρεγμένη ή πατάτες, 3 φλιτζάνια λάδι, λεμόνι, ξύδι, μαϊντανό)
- Χαβιαροσαλάτα (χαβιάρι μαύρο, ψίχα ψωμιού, λάδι, λεμόνι, νερό)
- Χαβιαρόγλωσσες φούρνου(ξαλμυρίζουμε τις χαβιαρόγλωσσες, κόβουμε αρκετά κρεμμύδια τα οποία τα τσιγαρίζουμε με λάδι, τα στρώνουμε σε ταψάκι, βάζουμε τις γλώσσες από πάνω, κρεμμύδια και φέτες ντομάτας, πασπαλίζουμε με μαϊντανό και γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο)
- Χαβιαρόγλωσσες γιουβέτσι (αφού τις ξαλμυρίσουμε, τις λιώνουμε και τις τηγανίζουμε με λάδι. Το σβήνουμε με νερό και ντομάτα και περιχύνουμε διάφορα λαχανικά τουρλού και ψήνουμε στο φούρνο)

Αυγά

- Αυγά τηγανιτά (με λάδι)
- Αυγά με ρέγκα (βάζουμε λάδι στο τηγάνι και όταν κάψει ρίχνουμε τα ψαχνά της ρέγκας και σπάζουμε πάνω σε αυγά τα αυγά)

Όσπρια

- Φασόλια ξηρά σαλάτα (φασόλια άσπρα σερβίρουμε με σάλτσα βινεγκρέτ)
- Σούπα ρεβίθια (παίρνουν βράση, κρεμμύδια ψιλά, λάδι)
- Σούπα φασόλια (κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, ντομάτα, λάδι, αλεύρι)
- Σούπα φασόλια πουρέ (όπως η προηγούμενη, προσθέτουμε κρουτόν)
- φασόλια ξερά γιαχνί
- φασόλια ξερά πλακί (κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, λάδι, μαϊντανό)

Δημητριακα

- Μπουρεκάκια σπανακόπηττας (σπανάκι, κρεμμύδι, μυρώνια, λάδι, εάν δεν είναι για την σαρακοστή, προσθέτουμε τυρί φέτας, αυγά σφιχτά)
- Σπανακόπηττα (σπανάκι, αρωματικά χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, μυρώνια, κρεμμύδια φρέσκα, 3- 4 φλιτζάνια λάδι, 2-3 κρεμμύδια, φύλλα μπακλαβά, ή ζύμη με αλεύρι)
- Μακαρόνια νηστήσιμα (ζεματίζονται με λάδι)
- Μακαρόνια σάλτσα σαρδέλλας (λάδι ή βούτυρο, τυρί, πάστα σαρδέλας ή 6-8 σαρδέλες βαρελιού)
- Σούπα φιδές (μπορεί να γίνει αυγολέμονο ή με ντομάτα νηστείας ή μη αφού πρώτα ξανθίζεται κρεμμύδι με λάδι)
- Πιλάφι με γαρίδες (γαρίδες, ρύζι, λάδι, βούτυρο, ντομάτες, κρεμμύδι)
- Πιλάφι με αστακό (όπως πιλάφι με γαρίδες αλλά αντί γαρίδες βάζουμε αστακό)
- Πιλάφι γαρίδες ή αστακός με σάλτσα (αστακός ή γαρίδες, ρύζι, κρεμμύδια, βούτυρο και λάδι, κρασί, ντομάτες, ζουμί από το βράσιμο των γαρίδων, μαϊντανό, ζάχαρη)
- Ντομάτες γεμιστές με ρύζι(κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (κρεμμύδια, ρύζι, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)

- Λαχανολοντολμάδες νηστήσιμοι (η γέμιση γίνεται με ρύζι, κουκουνάρια, άνηθο, μαϊντανό, λάδι, σταφίδες)
- Ντομάτες γεμιστές με μελιτζάνες (λάδι, κρεμμύδια, μελιτζάνες, ρύζι, γαλέτα)

Λαχανικά

Σαλάτες

- Σαλάτα Κάρμεν (σαλάτα Αμερικάνικου τρόπου: γεμίζουμε μια ντομάτα με ελιές, φιλέτα ρέγκας, πατάτες βρασμένες, λαδόξυδο, σερβίρεται με μαρουλόφυλλα)
- Σαλάτα αγγούρια (αγγούρι, μαρουλόφυλλα, λαδόξυδο, αυγά σφικτά, σαλάτα ρώσικη ή αγγουροντοματοσαλάτα με την οποία γεμίζονται τα αγγούρια)
- Σαλάτα γαρίδες (γαρίδες βρασμένες, κρασί άσπρο, λαδολέμονο, πατάτες βρασμένες, αγγουράκια τουρσί, μουστάρδα, αυγά σφιχτά, μαρούλι σαλάτα)
- Σαλάτα πικ νικ (πατάτες βραστές, πατάτες βραστές, αγγουράκια τουρσί, γλώσσα καπνιστή, αυγά, σπαράγγια, μαρούλια, κράκερς του κουτιού)

Βραστά

- Κολοκυθάκια βραστά σάλτσα (κολοκυθάκια βραστά, σάλτσα βινεγκρέτ)
- Σπαράγγια (τα βράζουμε και σερβίρουμε με λαδολέμονο και μαϊντανό)
- Πατάτες σαλάτα (τις βράζουμε και τις σερβίρουμε με λάδι, ξύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Σκορδαλιά (πατάτα βραστή, αμύγδαλα, σκόρδο, λάδι, ξύδι, νερό)
- Σαλάτα μπωκαιρ (ρίζες σέλινο, μήλα ξυνά, γλώσσα καπνιστή, πατάτες βραστές, τρούφες, λαδόξυδο, κρασί άσπρο)
- Σαλάτα νέβα (πατάτες, καρότα, μήλα ξυνά, παντζάρια βρασμένα, αλάτι, πιπέρι, λαδόξυδο, σάλτσα αγγλική, μαγιονέζα, αυγά σφιχτά, μαρούλια, ξύδι)
- σαλάτα παλερμ (φασολάκια, πατάτες, καρότα, παρμεζάνα, αγγουράκια, μπιζέλια, μαγιονέζα, ντομάτες)
- Σαλάτα πικαντ(πατάτες, λάδι, κρασί άσπρο, μουστάρδα, σάλτσα Yorkshire sauce, κρεμμύδι, πιπέρι, αλάτι, μαϊντανό)
- Σαλάτα ραβιγκότ (σαλάτα γαρίδες με μουστάρδα σε αλοιφή, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά, μαρούλι, ντομάτες, χαβιάρι μαύρο ή μπρικ, κράκερς)
- Μελιτζάνες με βούτυρο ή λάδι (κρεμμύδια, μελιτζάνες, λάδι, ντομάτα, νερό, μαϊντανό, αφήνουμε να σιγοβράσουν. Το ίδιο φαγητό γίνεται και με βούτυρο αντί για λάδι)
- Κολοκυθάκια γιαχνί (2-3 κρεμμύδια, λάδι, ντομάτες, κολοκυθάκια)
- Μπάμιες γιαχνί με λάδι ή βούτυρο (2-3 κρεμμύδια, μπάμιες, λάδι, ντομάτες, μαϊντανό, αντί για λάδι μπορεί να χρησιμοποιηθεί βούτυρο)
- Φασόλια πράσινα γιαχνί με λάδι ή βούτυρο (3-4 κρεμμύδια, 4-5 ντομάτες, φασόλια, λάδι. Το λάδι μπορεί να αντικατασταθεί από το βούτυρο)
- Αγκινάρες λαδερές (αγκινάρες, λάδι, άνηθο, κρεμμύδι, 3-4 καρότα, αλεύρι, λεμόνι)
- Κουνουπίδι με ντομάτα και λάδι
- Αγκινάρες με κουκιά (με ντομάτα και λάδι για τις ημέρες της νηστείας)
- Μελιτζάνες ιμάμ μπαιλντί (λάδι, κρεμμύδια, ντομάτες, μαϊντανό, σκόρδο)
- Μελιτζάνες ψητές σαλάτα (τις ψήνουμε στο φούρνο, αφαιρούμε την επιδερμίδα, τις κάνουμε πουρέ, προσθέτουμε ντομάτες, λάδι, ξύδι, ρίγανη, μαϊντανό και σερβίρουμε.
- Μελιτζάνες οριενταλ (μοιάζει με τον μουσακά, αλλά περιέχει μόνο μελιτζάνες και σάλτσα ντομάτας. Οι μελιτζάνες αλευρώνονται και τηγανίζονται σε λάδι, και στη συνέχεια τοποθετούνται σε στρώσεις σε ταψί με σάλτσα ντομάτας και γαλέτα, και ψήνονται στο φούρνο)
- Μουσακάς νηστήσιμος από μελιτζανο-κιμά (γέμιση με κομμένες μελιτζάνες, πουρέ ντομάτας, κρασί άσπρο, γαλέτα, κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό, σταφίδες μαύρες, κουκουνάρια)
- Μελιτζάνες γιαρίκ (ένα από τα φαγητά της ανατολικής μαγειρικής. τηγανίζουμε τις μελιτζάνες με λάδι, τις βάζουμε σε ταψί, τις γεμίζουμε με κιμά, γαλέτα, τυρί τριμμένο και κανέλα. Τις περιλούουμε με βούτυρο ή λάδι και πουρέ ντομάτας και τις ψήνουμε στο φούρνο)
- Μελιτζάνες τηγανιτές(αλευρώνουμε τις μελιτζάνες, τις τηγανίζουμε σε λάδι)
- Μελιτζάνες με ντομάτες τηγανιτές (αλευρώνονται και οι μελιτζάνες και οι ντομάτες και τηγανίζονται με λάδι. Όταν τελειώσει το τηγάνισμα ρίχνουμε στο τηγάνι κρασί και μαϊντανό και αφήνουμε να πάρουν 2-3 βράσεις, και περιλούουμε με αυτό τα λαχανικά)
- Μελιτζάνες κροκιέτες (αλευρώνουμε, τηγανίζουμε σε λάδι, τις αλείφουμε με κιμά τις τυλίγουμε όπως τις κρέπες, τις πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας αν θέλουμε)
- Μπριάνι νηστήσιμο (πατάτες, κολοκυθάκια, μπάμιες, 3-4 κρεμμύδια, μαϊντανό, άνηθο, μερικές ντομάτες, σκόρδο, σε στρώσεις στο ταψί, λάδι, πασπαλίζουμε με γαλέτα και ψήνουμε στο φούρνο)
- Πατάτες μουσακά νηστίσιμες (1 κιλό πατάτες, 4-5 κρεμμύδια, 1 φλιτζάνι ντομάτα, κρασί άσπρο, γαλέτα ψιλή, μαϊντανό, λάδι, δυόσμο. Τις πατάτες τις τηγανίζουμε πρώτα)
- Πατάτες βραστές μουσακά (όπως η προηγούμενη συνταγή με τη διαφορά ότι δεν τηγανίζονται οι πατάτες απλά βράζονται)
- Αγκινάρες τηγανιτές (αφού βράσουμε τις αγκινάρες, τις βουτούμε σε ένα είδος κουρκούτι, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα ή λάδι)

- Πατάτες μουσακά νηστίσιμες (1 κιλό πατάτες, 4-5 κρεμμύδια, 1 φλιτζάνι ντομάτα, κρασί άσπρο, γαλέτα ψιλή, μαϊντανό, λάδι, δυόσμο. Τις πατάτες τις τηγανίζουμε πρώτα)
- Κολοκυθάκια μουσακά (αλευρώνουμε και τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια σε λάδι, στρώνουμε σε στρώσεις, γεμίζουμε με κιμά, στρώνουμε με μπεσαμελ στην οποία προσθέτουμε 1-2 κρόκους, πασπαλίζουμε με βούτυρο, γαλέτα και τυρί)
- Μουσακάς νηστίσιμος με πατάτες(τηγανίζονται οι πατάτες στο λάδι, ρίχνουμε και τα κρεμμύδια για να κοκκινίσουν, έπειτα 2 φλιτζάνια νερό, ντομάτα, κρασί, μαϊντανό, σιγοβράζουν, προσθέτουμε γαλέτα. στρώνουμε στο ταψί δόσεις πατάτες, και τη γέμιση και από πάνω, την σάλτσα κρούστα, ένα είδος χυλού από αλεύρι, νερό που γίνεται σαν μπεσαμελ, πασπαλίζουμε με γαλέτα και μαϊντανό και ψήνουμε στο φούρνο)

Μαγειρικά λίπη-αναφέρονται ως φριτούρα

- Σάλτσα σισιλιέν (εσπανιόλ, κρασί μαυροδάφνη, κρεμμύδια, φριτούρα, μαϊντανό)
- κοτολέτες μοσχαριού πανέ (πανάρουμε τις κοτολέτες με αυγά και γαλέτα, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα)
- κοτολέτες μοσχαριού σωτέ (τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με βούτυρο ή πάχος χοιρινό ή φριτούρα. Τις βγάζουμε από το τηγάνι, ρίχνουμε σε αυτό άσπρο κρασί και λίγο αλάτι, και αφού πάρει 2-3 βράσεις, περιλούουμε με τη σάλτσα τις κοτολέτες)
- κοτολέτες μοσχαριού πανέ (πανάρουμε τις κοτολέτες με αυγά και γαλέτα, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα)
- κοτολέτες μοσχαριού με τυρί (πασπαλίζουμε με τυρί τριμμένο και από τις δυο πλευρές τις κοτολέτες, τις πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Χοιρινές μπριτζόλες πανέ (τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- αρνί στήθος πανέ (τις τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- αρνί κοτολέτες με γαλέττα (το πανάρισμα γίνεται με αυγό, φριτούρα)
- αρνί κοτολέττες στο χαρτί (τις αλευρώνουμε, τις τηγανίζουμε σε φριτούρα, τις γεμίζουμε με γέμιση με ζαμπόν με κρεμμύδια, ντομάτα, κρασί, βούτυρο, τις τυλίγουμε στο χαρτί και τις βάζουμε στο φούρνο για 10΄)
- αρνί κοτολέττες βιλερουά (τις σωτάρουμε πρώτα στο τηγάνι με βούτυρο, τις βουτάμε σε σάλτσα μπεσαμέλ με τυρί τριμμένο, τις πανάρουμε σε γαλέτα και αυγό και της τηγανίζουμε σε ζεστή φριτούρα)
- αρνιού ποδαράκια πανέ (φριτούρα)
- πόδια μοσχαρίσια τηγανιτά πανέ (φριτούρα)
- μυαλά τηγανιτά με γαλέτα πανέ (φριτούρα)
- μυαλά σουφλέ (φριτούρα)
- Κεφτέδες με γαλέτα πανέ (φριτούρα)
- Πουλιά τηγανιτά (τα μαρινάρουμε πρώρα σε λάδι με κρασί, τα αλευρώνουμε, τα πανάρουμε με αυγό και γαλέτα, και τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Πουλιά πανέ τηγανιτά (αφού τα βράσουμε με 1-2 κρεμμύδια και μαϊντανό ή σέλινο, τα κόβουμε σε 4 τεμάχια, τα αλευρώνουμε, τα πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τα τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- Ψάρια μπαρμπουνάκια πανέ τηγανιτά (φριτούρα)
- Γλώσσες πανέ τηγανιτές (αυγό, γαλέτα, φριτούρα)
- Φιλέτα ψαριού κολμπερ (γαλλική μαγειρική: τηγανίζουμε τα φιλέτα με φριτούρα, τα σερβίρουμε με βούτυρο της σαρδέλας ανακατεύοντας βούτυρο με πάστα σαρδέλας από σωληνάριο)
- Αγκινάρες πανέ (αφού τις βράσουμε με νερό, λίγο λεμόνι και λίγο βούτυρο ή πάχος ή λάδι, τις πανάρουμε με γαλέτα, αυγό και τυρί και τις τηγανίζουμε όπως και τις κροκέτες)
- Αγκινάρες τηγανιτές (αφού βράσουμε τις αγκινάρες, τις βουτούμε σε ένα είδος κουρκούτι, και τις τηγανίζουμε με φριτούρα ή λάδι)
- Γαρνιτούρα παρμαντιε (κοφινάκια της φριτούρας σε σχήμα φωλιάς με πατάτες ψιλές ως σπίρτα. Την φωλιά αυτή τη γεμίζουμε με πατάτες και κροκέτες στρογγυλές)
- Πατάτες τηγανιτές (φριτούρα: βωδινό λίπος, λάδι, χοιρινό λίπος ή μαγειρική λίπη, πατάτες)
- Πατάτες κροκιέτες (πατάτες, τυρί τριμμένο, 2 κρόκους αυγών, γαλέτα και 1 αυγό ολόκληρο και 2 ασπράδια για το πανάρισμα, βούτυρο, φριτούρα)
- Πατάτες φριτούρα-πομ-παγι (φριτούρα ή πάχος)

Παράρτημα 7: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Βασιλείου, Μ.Γ., 4η έκδοση, 1949

"Η νοικοκυρά τι πρέπει να γνωρίζει"

ΖΩΜΟΙ

- ζωμός βώειου κρέατος
- ζωμός κονσομέ (για το πρώτο βράσιμο χρησιμοποιούνται καρότα, κρεμμύδι, χόρτα, σέλινο, μαϊντανός και για το δεύτερο καρότα, κρεμμύδι, ασπράδι αυγού, σέλινο, μαϊντανός και κρασί- αν το χρώμα δε γίνει αρκετά ανοιχτό προστίθεται καραμελωμένη ζάχαρη)
- ζωμός από πουλιά (με καρότο, κρεμμυδάκι, σέλινο και πράσο)
- ζωμός βώειου κρέατος-αμερικάνικος τρόπος-(βράζεται κιμάς σε κατσαρόλες μαρμίτ-αμερικαίν, δηλ. σε μπαιν-μαρί)
- κονσομέ αμπασαντερ
- κονσομέ εμπεριαλ
- κονοσμε ζενουαζ
- κονσομε ζερμαιν
- κονσομε ζουανιτα
- κονσομε ζουλιεν
- κονσομε κολμπερ
- κονσομε οριενταλ
- κονσομε πουλιών
- κονσομε ρουαγιαλ
- κονσομε ροσινι
- κονσομε τοματας
- κονσομε φλωρεντιν
- ζωμός κρέατος
- ζωμός ψαριού

ΖΕΛΑΤΙΝΑ

- ζελέ κρέατος (με ζωμό κρέατος, ζελατίνα, κρασί άσπρο και μαυροδάφνη ή μαδέρα, ασπράδια αυγών και πιπέρι-μετά το βρασμό στην κατσαρόλα πήζει σε φόρμα)
- ζελέ δια πατέ (με ζωμό κρέατος, ζελατίνα, κρασί άσπρο και μοσχάτο ή μαδέρα, ασπράδι αυγού- περιχύνουμε τα πατέ με το ζελέ)
- πηκτή βοδινή (με καρότα, κρεμμυδάκια, πατάτες, δάφνη, σέλινο, μαϊντανό, πιπέρι, κρασί και ζελατίνα σε φόρμα)

<u>ΚΡΕΑΣ</u>

Βραστό:

<u>Κρέας οποιουδήποτε είδους</u>

- κρέας βραστό σαλάτα (σερβίρεται κρύο με βραστές πατάτες, λαδόξιδο, μουστάρδα, μαϊντανό)
- κρέας βραστό (δαμαλάκι ή στήθος αρνιού ή γουρουνόπουλο με καρότα, σέλινο, κρεμμύδια, πατάτες και κολοκυθάκια)
- το ποτ-ο-φέ (βραστό με χόρτα και κρέας πουλιών ή γλώσσα ή πόδια)

<u>Βοδινό</u>

- βοδινό βραστό με σούπα (με καρότα, πατάτες, κολοκυθάκια και ρύζι)
- βοδινό βραστό με σάλτσα ρομπέρ
- κούλας από βοδινό ή μοσχάρι (με κόκκινο πιπέρι, ανθόγαλα ή και γάλα ή γιαούρτι, κρεμμύδια και λίπος)
- το μπορς (ρώσικη συνταγή σα σούπα με κρεμμύδια, βοδινό κρέας, βούτυρο, λάχανο, κοκκινογούλια, τομάτα, σέλινο, μαϊντανό και ξύδι)

<u>Αρνί</u>

- μπούτι βραστό σάλτσα (αγγλική συνταγή με καρότα, κρεμμύδι, σέλινο, μαϊντανό)
- αρνάκι βραστό (καρότα, σέλινο, πατάτες, κρεμμύδια, πατάτες και κολοκυθάκια)

<u>χοιρινό</u>

- χοιρινό φρικασέ (πατάτες, τα βράζουμε με κρεμμύδια, μαϊντανό, αυγό, λεμόνι, χοιρινό)

<u>Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου</u>

- μυαλά με αυγά τηγανητά (πρώτα βραστά)
- μυαλά με βούτυρο (βραστά – περιχύνονται με λιωμένο φρέσκο βούτυρο)
- μυαλά με μαύρο βούτυρο (βραστά – περιχύνονται με βούτυρο φαγητό λιωμένο-καμένο, μαϊντανό και ξύδι)
- μυαλά βραστά
- γλώσσα βοδινή βραστή (με βούτυρο)
- Γλυκάδια βραστά αρνιού, μοσχαριού(με βούτυρο)

- κεφαλάκια αρνιού βραστά (με καρότα, σέλινο, πατάτες, κολοκυθάκια, πράσα και κρεμμύδια)
- λαιμός και κότσια αρνιού βραστά (με καρότα, σέλινο, πατάτες, κολοκυθάκια, πράσα και κρεμμύδια)
- μυαλά σάλτσα ταρτάρ (βραστά)
- μυαλά με σάλτσα βινεγκρέτ (βραστά)
- μυαλά σάλτσα κρέμα (βραστά, τοποθετούνται πάνω σε τηγανητό ψωμί και περιχύνονται με σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, ζωμό από τα μυαλά, κρόκους αυγών, λεμόνι και γάλα)
- κεφαλή χοίρου πηκτή (με ξύδι, δάφνη και γαρύφαλλα)

Κιμάς

- τα ραβιόλια (μίγμα: αλεύρι, αυγά, νερό - γεμίζονται με κιμά ο οποίος ετοιμάζεται με τομάτα, κρεμμύδι, κρασί, γαλέτα και παρμεζάνα και στη συνέχεια βράζονται)

Στη κατσαρόλα

Κρέας οποιουδήποτε είδους

- κουνουπίδι με κρέας (στην κατσαρόλα με τομάτα, κρεμμύδι και βούτυρο)
- κυδώνια με κρέας (στην κατσαρόλα με βούτυρο, ζάχαρη και αλάτι)
- δαμάσκηνα με κρέας (ζάχαρη και βούτυρο)
- μελιτζάνες κρέας εντράδα (με βούτυρο, τομάτα στην κατσαρόλα)
- μπάμιες με κρέας (με κρεμμύδια, βούτυρο, τομάτες και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- σπανάκι με το κρέας (με τομάτα βούτυρο στην κατσαρόλα)
- σέλινο με κρέας αυγολέμονο (στην κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδια)
- φιλε μινιον αλα νεσελροντ (σοτάρουμε με βούτυρο, βουτάμε σε σάλτσα ισπανική)

βοδινό

- ροσμπίφ μακαρόνια (με βούτυρο, κρεμμύδια και τομάτα πελτέ)
- το στιφάδο (πρώτα τηγανητό βούτυρο μαζί με τα κρεμμυδάκια και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με ξύδι, τομάτα, δάφνη και σκόρδο)
- στιφάδο ουγγαρέζικο (με ξύδι, λίπος, κρεμμύδια, κόκκινο πιπέρι, κύμινο, μαντζουράνα και σκόρδο)

Μοσχάρι

- δαμαλάκι ατζέμ πιλάφι (με ντομάτες και κρεμμυδάκια)
- δαμαλάκι κατσαρόλας (με λεμόνι, βούτυρο, κρασί και τομάτα)
- δαμαλάκι μελιτζάνες (εντράδα, με βούτυρο)
- δαμαλάκι μπρεζέ (πρώτα στο τηγάνι με βούτυρο και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με καρότα, κρεμμύδι, τομάτα και κρασί)
- δαμαλάκι πατάτες(με βούτυρο)
- κάστανα με κρέας (δαμαλάκι με ζάχαρη, βούτυρο και αλατοπίπερο)
- κούλας αυστριακό (με καπνιστό λαρδί, κρεμμύδια, ξύδι, κόκκινο πιπέρι, τομάτες, πατάτες, σκόρδο και κύμινο ή μαντζουράνα)
- κόντρα φιλέτο κατσαρόλας (με βούτυρο, κρεμμύδι, σέλινο, καρότο, κρασί, λεμόνι, τομάτα και μαϊντανό)
- λαιμός μοσχαριού μπιζέλια (με βούτυρο, τομάτα, κρεμμυδάκια και ζάχαρη)
- μοσχάρι κατσαρόλας (με βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, τομάτα πελτέ, δάφνη, μαϊντανό και καρότα)
- μοσχάρι κατσαρόλας με πουρέ μπιζέλια (με βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, τομάτα πελτέ, δάφνη, μαϊντανό και καρότα – η γαρνιτούρα είναι ο πουρές)
- μοσχάρι κατσαρόλας με πουρέ πατάτας (με βούτυρο, κρεμμύδι, κρασί, τομάτα πελτέ, δάφνη, μαϊντανό και καρότα – η γαρνιτούρα είναι ο πουρές)
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγέτο (με βούτυρο, κρασί, τομάτα πελτέ και τυρί τριμμένο)
- μοσχάρι με μπιζέλια (με ζάχαρη, τομάτα, κρεμμύδια και βούτυρο)
- μοσχάρι μπλάνκετ (με κρεμμυδάκια, πράσο, ρίζα σέλινου, καρότα, δάφνη – σάλτσα:βούτυρο, αλεύρι, κρόκους αυγού, λεμόνι, γάλα, μαϊντανό και ζωμό από το φαγητό)
- μοσχάρι φέτα μπρεζέ (πρώτα στο τηγάνι και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με καρότα, κρεμμύδι, τομάτα και κρασί)
- μοσχάρι με πατάτες (εντράδα) (με τομάτα)
- μπεγεντί (με κρεμμύδια, τομάτες, κρασί, δάφνη, ρίγανη, μελιτζάνες, βούτυρο, γάλα και αλεύρι)
- μοσχάρι με τομάτες (πρώτα στο τηγάνι με αλεύρι και βούτυρο και στη συνέχεια με τομάτες, ζάχαρη, κρασί και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- μοσχάρι φρικασέ (με κρεμμύδι, καρότο, σέλινο, αλεύρι και αυγό)
- μοσχάρι με χόρτα διάφορα (εντράδα) (με φασόλια, κολοκυθάκια, αρακά, καρότα, κρεμμύδι και ντομάτες)
- νουά μοσχαριού πρεντανιέρ (με καρότο, σέλινο, κρεμμύδι, βούτυρο, κρασί, γαρνιτούρα: φασόλια φρέσκα, κολοκυθάκια, μπιζέλια και πατάτες)
- πιλάφι τας κεμπάπ (με κρεμμύδια, πουρέ τομάτας, κρασί και βούτυρο)

Χοιρινό

- γουρουνόπουλο πατάτες (με βούτυρο)
- γουρουνόπουλο φασόλια ξηρά(με βούτυρο)
- χοιρινό με σέλινο αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, σέλινα, αλεύρι, νερό, αυγολέμονο)

Αρνί

- αγκινάρες και κουκιά με κρέας (βούτυρο, ντομάτες, ή πελτέ, μαϊντανό, λεμόνι)
- αγκινάρες κρέας αυγολέμονο (κρεμμυδάκι φρέσκα, άνηθο, βούτυρο, αλεύρι, 2 κρόκους χυμό λεμονιού)
- αρνί αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, κρεμμύδια, λεμόνι)
- αρνάκι ατζέμ πιλάφι (βούτυρο, ρύζι, κρεμμύδι, ντομάτα)
- αρνί κοκκινιστό με κρασί (βούτυρο, κρασί, λεμόνι)
- αρνί μπρεζέ (με βούτυρο, καρότο, κρεμμύδι και κρασί)
- αρνί πατάτες εντράδα (με βούτυρο, ντομάτα)
- αρνί τας-κεμπάπ (αφού πρώτα τηγανιστεί μαζί με βούτυρο, κρεμμύδι, ψήνεται στην κατσαρόλα με κρασί και ντομάτα)
- αρνί με τομάτες γλασέ (πρώτα τηγανίζεται με αλεύρι και βούτυρο,)
- αρνί με φασολάκια φρέσκα(με βούτυρο, ντομάτα)
- αρνί με φασόλια ξηρά (με βούτυρο, ντομάτα)
- αρνί φρικασέ (με κρεμμύδι, βούτυρο, καρότο, σέλινο, αλεύρι και αυγό)
- αρνί με χόρτα διάφορα – εντράδα (με φασόλια, κολοκυθάκια, αρακά, καρότα, κρεμμύδι και ντομάτες, βούτυρο, ρέβες, πράσα, κολοκυθάκια, δάφνη και γαρύφαλλα)
- πλάτη αρνιού κοκκινιστή με κρασί (με βούτυρο και λεμόνι)
- ατζέμ πιλάφι (αρνί, βούτυρο, ρύζι, στην κατσαρόλα με ντομάτα)

Εντόσθια και κατώτερα τμηματα του ζώου

- εντόστια αρνιού α-λα-γκραίκα (με κρεμμύδια, βούτυρο, πουρέ ντομάτας, κρασί, σκόρδο και ισπανική σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, κρασί, πουρέ τομάτας)
- εντόστια αρνιού πικάντ (με κρεμμύδια, βούτυρο, πουρέ ντομάτας, ξύδι, πιπέρι καγιέν, κάπαρη, αγγουράκια τουρσί, ισπανική σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, κρασί, πουρέ τομάτας και αγγλική σάλτσα: ζάχαρη, αυγό, γάλα, βανίλια)
- εντόστια μοσχαριού με κνόντελ (με βούτυρο, αλεύρι, κάπαρη, μαϊντανό, λεμόνι και ξύδι – κνόντελ:μπαγιάτικα φραντζολάκια κομμένα σε κύβους και περιχυμένα με τσιγαρισμένα κρεμμυδάκι και άνηθο, αυγά και γάλα τα οποία στη συνέχεια βράζονται)
- η μαγειρίτσα (κοιλιά και πόδια αρνιού γάλακτος με αλεύρι, βούτυρο, κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο, μαϊντανό, ρύζι και αυγολέμονο)
- ποδαράκια αρνιού αυγολέμονο (με κρεμμύδια, πράσο, σέλινο, πιπέρι, δάφνη και κρουτόν)
- ποδαράκια μοσχαριού αυγολέμονο (με κρεμμύδια, πράσο, σέλινο, πιπέρι, δάφνη και κρουτόν)
- σηκωτάκια φρικασέ (όπως το αρνί φρικασέ μαζί με πνευμόνι αρνιού)
- κεφαλή μοσχαρίσια αυγολέμονο (με κρεμμύδια, σέλινο, μαϊντανό, βούτυρο, δάφνη, αλεύρι, ξύδι, αυγά σφιχτοβρασμένα)

κιμάς

- γιουβρελάκια αυγολέμονο (κιμάς με ρύζι και κρεμμύδια)
- γιουβρελάκια με σάλτσα τομάτα
- κεφτέδες φρικασέ (αρνίσιος κιμάς, πρώτα τηγανητοί και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με ψίχα ψωμιού, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, ασπράδια αυγών, δυόσμο, βούτυρο, αλεύρι και για τη σάλτσα: κρεμμύδια, ξύδι, γάλα, κρόκο αυγού, αλεύρι και βούτυρο)
- κολοκυθάκια γεμιστά με κρέας (κιμάς μοσχαρίσιος, ρύζι ζεματισμένο, μαϊντανό, αυγό, κρεμμύδι, σάλτσα: τομάτα πελτέ)
- λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς, ρύζι, μαϊντανό, άνηθο, και κρεμμύδια και σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, λεμόνι, γάλα, κρόκο αυγού)
- τομάτες γεμιστές με κιμά (στην κατσαρόλα – ο κιμάς ετοιμάζεται στο τηγάνι με κρεμμύδια, γαλέτα και ζάχαρη)
- τομάτες γεμιστές με κιμά και με κρέμα (μπεσαμέλ)
- όρνιθα γεμιστή με κιμά (ο κιμάς ετοιμάζεται ξεχωριστά με κουκουνάρια, κρασί, ντομάτα, μαϊντανό, γαλέτα, κρεμμύδια και στη συνέχεια γεμίζεται και ράβεται η όρνιθα)
- σουτζουκάκια αυγολέμονο (μίγμα: ρύζι, κιμάς χοιρινό, κρεμμύδια, ασπράδια αυγών, βούτυρο, λεμόνι, δυόσμος – ψήνονται πάνω σε φύλλα λάχανου)
- σουτζουκάκια σμυρναίικα (μίγμα: ρύζι, κιμάς χοιρινό, κρεμμύδια, αυγά, βούτυρο, λεμόνι, δυόσμος και σκόρδο – πρώτα τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στην κατσαρόλα με σάλτσα)
- λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς, ρύζι, μαϊντανό, άνηθο, και κρεμμύδια και σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, λεμόνι, γάλα, κρόκο αυγού)
- κανελόνια γεμιστά (στην κατσαρόλα με κιμά βοδινό ή χοιρινό, κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, αυγά, τομάτα γαλέτα και παρμεζάνα)

Στο φούρνο:

Κρέας οποιουδήποτε είδους

- κρέας ο-γκρατέν (ψητό ή βραστό – ψήνεται στο φούρνο με στρώσεις μπεσαμέλ και τυριού)
- κρέας ψητό σαλάτα (σερβίρεται κρύο με βραστές πατάτες, λαδόξιδο, μουστάρδα, μαϊντανό)
- κρεατόπιτα (με ρύζι, τυρί φέτα, τομάτα, πατάτα, βούτυρο, λάδι, κρομμυδάκι, αυγά βραστά και μαϊντανό)

Βοδινό

- ροσμπίφ αγγλικό (με βούτυρο)

- φιλέτα βωδινά πρεντανιερ (λαρδώνουμε τα φιλέτα, ψήνουμε στο φούρνο)

Μοσχαρίσιο

- μοσχάρι με πατάτες (με τομάτα)
- στήθος μοσχαριού γεμιστό (με βούτυρο, γαλέτα, μαϊντανό, κουκουνάρια, κρεμμύδι, αυγό και γάλα)

Αρνί

- αρνάκι γεμιστό (σέλα ή σπάλα με βούτυρο, συκώτι αρνιού, ρύζι, σταφίδες και κουκουνάρια)
- αρνάκι γεμιστό (σπάλα με βούτυρο, αυγά και γάλα, κουτί μανιτάρια, , κρασί, σάλτσα εσπανιολ, κιμάς, κουκουνάρια)
- αρνί γιουβέτσι πάστα (με βούτυρο, ντομάτα)
- αρνί γιουβέτσι πατάτες (με βούτυρο, ντομάτα)
- αρνί στο φούρνο με τομάτες (οι ντομάτες σε φέτες καλύπτουν το κρέας, βούτυρο,)
- αρνί φούρνου στο χαρτί (λαδωμένο χαρτί)
- κοτολέτες στο χαρτί (με κρεμμύδια, τομάτες, χοιρομέρι, κρασί, μαϊντανό, κουκουνάρια και βούτυρο – πρώτα τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο τυλιγμένες σε χαρτί)
- ορμάν κεμπάπ (όπως το αρνί φούρνου στο χαρτί, με κρεμμύδια, βούτυρο, φαγητό Αλβανικής μαγειρικής)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- εντόστια αρνιού ρηγανάτα (με ρίγανη, λάδι, λεμόνι και τομάτα)
- κασολέτ φινανσιέρ (γλυκάδια μοσχαρίσια τηγανισμένα και τοποθετημένα σε φόρμες μαζί με μανιτάρια, τρούφες, χοιρομέρι ή καπνιστή γλώσσα και παρμεζάνα, όλα σε πολύ μικρά κομματάκια καθώς και μπεσαμέλ)
- κεφαλάκια αρνιού ρηγανάτα (με πελτέ τομάτας, λάδι, και μαϊντανό)
- κεφαλάκια αρνιού ψητά (με βούτυρο)
- σπλήνα παραγεμιστή (στο φούρνο με ρύζι τσιγαρισμένο με κρεμμύδι και σκόρδο, μαϊντανό, τομάτα, σταφίδες και ρίγανη)

Κιμάς

- μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέττα – ο κιμάς καβουρντίζεται και σβήνεται με κρασί – στο ταψί έχουμε στρώσεις μακαρονιών, κιμά και μπεσαμέλ)
- μακαρόνια παστίτσιο οριαντάλ (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέττα – ο κιμάς καβουρντίζεται και σβήνεται με κρασί – στο ταψί έχουμε πάνω και κάτω φύλλα μπακλαβά)
- γαλόπουλο γεμιστό με κιμά
- μελιτζάνες μουσακά (αρχικά τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο με στρώσεις κιμά και μπεσαμέλ – κιμάς: κρασί, μαϊντανός, τομάτα, γαλέτα, ασπράδια αυγών και γαλέτα)
- μελιτζάνες γεμιστές (όπως τα κολοκυθάκια)
- μουσακά φιδέ (όπως οι μελιτζάνες μουσακά)
- μελιτζάνες γιαρίκ (γέμιση: κιμάς καβουρντισμένος με κρεμμύδι και βούτυρο και σβησμένος με κρασί – οι μελιτζάνες τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο με τη γέμιση και γαλέτα)
- κολοκυθάκια γεμιστά (παπουτσάκια) (με κιμά, κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, τομάτα πελτέ, μπαχαρικά, γαλέτα και τυρί τριμμένο- η γέμιση ετοιμάζεται στην κατσαρόλα και στη συνέχεια όλα τοποθετούνται στο φούρνο)
- μουσακά κολοκυθάκια (όπως οι μελιτζάνες μουσακά)
- μουσακά πατάτες (όπως οι μελιτζάνες μουσακά)
- αγκινάρες γεμιστές
- μπουρεκάκια με κιμά (ετοιμάζεται ο κιμάς με τομάτα, κρεμμυδάκια, κρασί, αυγά και τυρί και στη συνέχεια ψήνεται με φύλλο μπακλαβά)
- αρνάκι γεμιστό (σπάλα με βούτυρο, αυγά και γάλα, κουτί μανιτάρια, , κρασί, σάλτσα εσπανιολ, κιμάς, κουκουνάρια)
- χήνα γεμιστή (με κιμά βούτυρο, κιμάς, κρασί, κρεμμύδια, κανέλα, γαρύφαλλα)

Στη σχάρα:

Χοιρινό

- κοτολέτες σχάρας(λάδι, ή βούτυρο)

Μοσχάρι

- κόντρα φιλέτο σχάρας
- κοτολέτες σχάρας

Αρνί

- κοτολέτες πανέ στη σχάρα (αρνί, με γαλέτα και βούτυρο)
- κοτολέτες σχάρας (αρνί)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- νεφρά μοσχαριού σχάρας
- νεφρά σχάρας (αρνί)

κιμάς

- κεφτέδες σχάρας (με πάχος βοδινό, μαϊντανό, βούτυρο και ρίγανη)

- μπιφτέκια αλ' αμερικαίν (με τομάτες γεμιστές με γαλέτα, ζάχαρη, μαϊντανό και παρμεζάνα, πατάτες ντουσές και μπεκ τηγανητό)
- μπιφτέκια μαρινάτα (μαρινάρονται με λάδι, πιπέρι, ρίγανη, κρεμμύδι, σέλινο και μαϊντανό)
- μπιφτέκια σχάρας
- τουρνετό α-λα-καρνώ (μικρά μπιφτέκια τα οποία σερβίρονται σε βραστή αγκινάρα)

Στη σούβλα:

Χοιρινό

- γουρουνόπουλο σούβλας

Αρνί

- αρνί της σούβλας(αλείφουμε με βούτυρο ή λίπος ή λάδι με λεμόνι)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- εντόσθια σουβλάκια (με ρίγανη, λάδι, μαϊντανό και κρεμμύδι)

Στο τηγάνι:

Κρέας οποιουδήποτε είδους

- κροκέτες με κρέας (, χοιρομέρι, μανιτάρια, γάλα, αλεύρι, βούτυρο τα οποία τηγανίζονται και στη κρέας συνέχεια πλάθονται και τηγανίζονται ξανά με γαλέτα)
- μπενιέδες (τηγανητό κρέας με αλεύρι, κρόκους αυγών, άσπρο κρασί, μαρέγκα από ασπράδια αυγών)
- νουαζέτ α λα μόρναϋ (φιλέτο ή μπριζόλες πρώτα τηγανητά με αλεύρι και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με μπεσαμέλ, παρμεζάνα, αρακά και χοιρομέρι)
- κρέας με σκόρδο (τηγανίζεται αρχικά με αλεύρι και στη συνέχεια ψήνεται στην κατσαρόλα με τομάτες, σκόρδο και μαϊντανό)
- κοτολέτες τηγανητές (όπως σωτέ με τη διαφορά δεν ρίχνουμε κρασί)

Μοσχάρι

- κοτολέτες σωτέ (αλευρώνονται και τηγανίζονται και στη συνέχεια περιχύνονται με σάλτσα από βούτυρο ή λάδι και κρασί)
- σνίτσελ με κοκκινοπίπερο (περιχύνεται με σάλτσα από το λάδι, κρεμμύδι, γιαούρτι)
- μοσχάρι καπαμά (αρχικά τηγανίζεται – ψήνεται στην κατσαρόλα με κρασί, αλεύρι, τομάτες, βούτυρο, γαρύφαλλα και κανέλλα)
- φρικαντό (γαλλική μαγειρική: λαρδώνουμε ψαχνά μοσχαριού, αλευρώνουμε και τηγανίζουμε σε βούτυρο, τα βάζουμε σε κατσαρόλα με χόρτα, κρασί, ντομάτα, βούτυρο)

Αρνί

- αρνιού στήθη πανέ (αφού πρώτα βράσει, τηγανίζεται με αυγό και γαλέτα, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- κοτολέτες αρνιού α-λα-βιλερουά (τηγανίζονται για δεύτερη φορά με μπεσαμέλ, αυγό και γαλέτα, φριτούρα)
- αρνί καπαμά (πρώτα τηγανητό σε βούτυρο, ρίχνουμε στο τηγάνι αλεύρι και κρασί και όταν πάρει βράσει η σάλτσα τη ρίχνουμε στη κατσαρόλα με τα κομμάτια κρέατος, κανέλα, κρεμμύδια, γαρύφαλλα, καρότα)
- κοτολέτες πανε (φριτουρα)
- κοτολέτες με τυρί (με αυγό και γαλέτα)

Χοιρινό

- γουρουνόπουλο με λάδι
- χοιρινές κοτολέτες πανέ (όπως κοτολέτες αρνιού, τηγανίζονται σε φριτούρα)
- χοιρινές μπριζόλες σοτέ (βούτυρο
- χοιρινές μπριζόλες με χόρτα (Γερμανικό φαγητό: σωτάρουμε τις μπριζόλες με βούτυρο στο τηγάνι, ύστερα, στρώνουμε στη κατσαρόλα χόρτα, βάζουμε από πάνω τις μπριζόλες, από πάνω τα χόρτα, προσθέτουμε κρασί, ντομάτα, βούτυρο του τηγανιού, σιγοβράζουν))

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου

- γλυκάδια τηγανητά (μοσχαριού)
- ποδαράκια μοσχαριού πανέ (πρώτα βραστά και στη συνέχεια τηγανητά με γαλέττα και βούτυρο)
- σηκωτάκια μαρινάτα (μοσχαρίσια, αλεύρι, ξύδι, τομάτα πελτέ και δενδρολίβανο)
- γλυκάδια τηγανητά (αρνιού) με βούτυρο
- ποδαράκια αρνιού πανέ (πρώτα βραστά και στη συνέχεια τηγανητά με γαλέτα και βούτυρο)
- μυαλά σουφλέ (πρώτα βραστά και μετά τηγανητά)
- μυαλά σωτέ (πρώτα βραστά και μετά τηγανητά με βούτυρο και μαϊντανό)
- μυαλά τηγανητά (πρώτα βραστά και μετά τηγανητά)
- μυαλά πανέ (πρώτα βραστά και στη συνέχεια τηγανητά με αλεύρι και γαλέτα)
- νεφρά σωτέ (στο τηγάνι με βούτυρο και σάλτσα ισπανική)
- νεφρά τηγανητά
- σηκωτάκια πατάτες (τηγανητά με αλεύρι και ως γαρνιτούρα τις πατάτες με κρεμμύδι)
- σηκωτάκια με σάλτσα (τηγανητά – περιχύνονται με σάλτσα από αλεύρι, βούτυρο, κρασί και τομάτα πελτέ)
- σηκωτάκια πιλάφι (όπως τα συκωτάκια με σάλτσα)
- σηκωτάκια σωτέ με σάλτσα (τηγανητά και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με ισπανική σάλτσα)
- σηκωτάκια τηγανητά

κιμάς

- κεφτέδες πανέ (με ψωμί, κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, γαλέτα και αυγό)

- κεφτέδες σάλτσα (με αλεύρι, κρεμμύδι, κρασί, τομάτα πελτέ ζάχαρη και αλατοπίπερο)
- κεφτέδες σάλτσα τομάτα (με βούτυρο, ψίχα ψωμιού, κρεμμύδια, μαϊντανό και αυγό)
- κεφτέδες τηγανητοί
- μπιφτέκια ρώσικα (τηγανίζονται και τοποθετείτε πάνω σε καθένα ένα αυγό τηγανητό)
- μπιφτέκια τηγανητά (με αλεύρι)
- τουρνετό α-λα-καρνώ (μικρά μπιφτέκια τα οποία σερβίρονται σε βραστή αγκινάρα)
- κεφτέδες πανέ (αρνί, με ψωμί, κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, γαλέτα και αυγό)
- μελιτζάνες κροκέτες (τηγανίζονται με κιμά, αυγό και γαλέτα)

Αλλαντικά

Παστό:

- κρέας παστό (αφού ζεματιστεί σε νερό με ρίγανη και θυμάρι στη συνέχεια αλείφεται με αλάτι, ζάχαρη και νιτρικό κάλιο και τοποθετείται σε δοχείο με στρώσεις αλατιού)

Καπνιστό:

- κρέας καπνιστό (με κορίανδρο και γαρύφαλλα σε φωτιά χωνεμένη)

Γλώσσα καπνιστή βοδινή

- γλώσσα βοδινή καπνιστή (με κορίανδρο και γαρύφαλλα σε φωτιά χωνεμένη)
- κασολέτ φινανσιέρ (γλυκάδια μοσχαρίσια τηγανισμένα και τοποθετημένα σε φόρμες μαζί με μανιτάρια, τρούφες, χοιρομέρι ή καπνιστή γλώσσα και παρμεζάνα, όλα σε πολύ μικρά κομματάκια καθώς και μπεσαμέλ)

Λουκάνικα:

- λουκάνικα βραστά
- λουκάνικα με αυγά (τηγανητά με αυγά μάτια ή ομελέτα με βούτυρο, κρεμμύδι)
- λουκάνικα τηγανητά(βούτυρο)
- λουκάνικα ψητά σχάρας (αλείφουμε με λάδι)
- λάχανο ξινό (σουκρούτ) (έτοιμο λάχανο ξινό, σπεκ ή λαρδί, καπνιστά λουκάνικα, γαρύφαλλο, δάφνη – σάλτσα: κρεμμυδάκι, βούτυρο και αλεύρι)
- αυγά α-λ'-οριεντάλ (ετοιμάζεται ξεχωριστά ο πουρές τομάτας- πατάτας, το ρύζι με ζωμό κρέατος και τα αυγά ποσσέ και τα τελευταία σερβίρονται πάνω στο ρύζι μαζί με τηγανητό λουκάνικο)

Χοιρομέρι

- χοιρομέρι
- χοιρομέρι βραστό
- κασολέτ φινανσιέρ
- νουαζέτ α λα μόρναϋ
- αυγά ομελέτα χοιρομέρι
- κροκέτες με κρέας
- κροκέττες α-λα-μιλανέζ
- γκαλαντίνα πουλιών ζελέ
- καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν (με κρασί, κονιάκ, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, μακαρόνια, καρότο, χοιρομέρι και παρμεζάνα – το χοιρομέρι τηγανίζεται μαζί με τα μακαρόνια)
- καπώνια α-λα-παριζιέν (όπως το καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν αλλά αντί για μακαρόνια έχουμε πιλάφι με αρακά και μανιτάρια)
- κρεπ γεμιστά (μίγμα: αλεύρι, αυγά και γάλα – τηγανίζεται και στη συνέχεια αλείφεται με μπεσαμέλ, τυρί και κιμά ή χοιρομέρι)\

ΛΟΥΖΑ

- από το ψαρονέφρι του χοίρου, τυλιγμένο σε πάχος χοιρινό και τοποθετημένο εντός έντερο. Τρώγεται ωμή, με αυγά τηγανιτά)

μπεκον

- τεμάχια χοιρινού κρέατος καπνιστού, με λίπος και ελάχιστο κρέας
- αυγά ομελέτα με λαρδί, λουκάνικα ή μπέικον (βούτυρο)

ΣΠΕΚ (λαρδί καπνιστό)

- χοιρινό παστό, μοιάζει με το λαρδί, το σπέκ έχει πάντοτε ψαχνό)
- λάχανο ξινό (σουκρούτ) (έτοιμο λάχανο ξινό, σπεκ ή λαρδί, καπνιστά λουκάνικα, γαρύφαλλο, δάφνη – σάλτσα: κρεμμυδάκι, βούτυρο και αλεύρι)
- λάχανο γκλασέ (αφού βράσει, τυλίγεται σε σχήμα σβόλων και ψήνεται ξανά στην κατσαρόλα με νερό, βούτυρο και σπεκ)

ΚΥΝΗΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστά:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- γαλοπούλα βραστή
- κοτόπουλα βραστά
- γκαλαντίνα πουλιών ζελέ
- όρνιθα βραστή (με κρεμμύδια, καρότα, σέλινο, μαϊντανό και πατάτες)

- όρνιθα πιλάφι αλ' ινδιέν (βραστή με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από την όρνιθα μαζί με ινδική σκόνη)
- όρνιθα πιλάφι α-λα-μιλανέζα (βραστή με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από την όρνιθα)
- όρνιθα μπρεζέ (βραστή) (με σέλινο, μαϊντανό, κρεμμύδια, καρότα και πατάτες)
- πτέρυγες γάλου βραστές

πουλιά

- κενέλ από πουλιά ή κυνήγι (κεφτέδες με πανάδα στεγνή, βούτυρο, κρόκο αυγού, μοσχοκάρυδο και κρέμα τα οποία ψήνονται μέσα σε βραστό νερό)
- ορτύκια βραστά

Στην κατσαρόλα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- γαλοπούλα ή γάλος κατσαρόλας (με βούτυρο)
- γαλοπούλα κοκκινιστή κατσαρόλας (με βούτυρο , κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό και ντομάτα)
- γαλοπούλα πιλάφι α-λα-μιλανέζα (βραστή με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από τη γαλοπούλα)
- γαλοπούλα με τομάτα (με ντομάτα, βούτυρο, κρεμμύδι και κρασί)
- γάλος γεμιστός με κάστανα (ετοιμάζεται ξεχωριστά η γέμιση-πολτός από κάστανα, κρεμμυδάκι, γάλα, κανέλλα, μαϊντανό, φρέσκο βούτυρο, γαλέτα και σταφίδες και στη συνέχεια γεμίζεται και ράβεται ο γάλος)
- όρνιθα γεμιστή με κιμά (ο κιμάς ετοιμάζεται ξεχωριστά με κουκουνάρια, κρασί, ντομάτα, μαϊντανό, γαλέτα, κρεμμύδια και στη συνέχεια γεμίζεται και ράβεται η όρνιθα, βούτυρο)
- όρνιθα κοκκινιστή στην κατσαρόλα (βούτυρο)
- πουσέν ροντί (μικρά κοτόπουλα ψητά, σερβίρονται με τηγανητές φέτες ψωμιού)
- πτέρυγες γάλου ατζέμ πιλάφι (όπως το ατζέμ πιλάφι)
- καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν (με κρασί, κονιάκ, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, μακαρόνια, καρότο, χοιρομέρι και παρμεζάνα – το χοιρομέρι τηγανίζεται μαζί με τα μακαρόνια)
- καπώνια α-λα-παριζιέν (όπως το καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν αλλά αντί για μακαρόνια έχουμε πιλάφι με αρακά και μανιτάρια)
- κοτόπουλα αυγολέμονο (με κρεμμύδια. πατάτες, σέλινο, μαϊντανό, αυγολέμονο: βούτυρο, αλεύρι, κρόκους αυγών και λεμόνι)
- κοτόπουλα γεμιστά (με βούτυρο, γαλέτα, κρεμμύδι, μαϊντανό, γάλα, τομάτα, κρασί και κουκουνάρια)
- κοτόπουλα κατσαρόλας (με βούτυρο, κρεμμύδι, αλεύρι, κρασί, τομάτα πελτέ και μαϊντανό)
- κοτόπουλα μαγιονέζα (με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, μαγιονέζα και φέτες από παντζάρια και βραστά αυγά)
- κοτόπουλα μπάμιες (με τομάτα πουρέ, βούτυρο και κρασί)
- κοτόπουλα μπιζέλια (με κρεμμύδια, αλεύρι, γάλα, βούτυρο, κρόκους αυγών)
- κοτόπουλα μπλάνκετ (με κρεμμύδια, καρότα, δάφνη, γάλα, κρόκους αυγών, αλεύρι και λεμόνι)
- κοτόπουλα ατζέμ πιλάφι (με βούτυρο, κρεμμύδια και τομάτα)
- κοτόπουλα πιλάφι (με βούτυρο και τομάτες)
- κοτόπουλα πιλάφι α-λα-μιλανέζα (με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από τα κοτόπουλα)
- κοτόπουλα σάλτσα φερμιέρ (με βούτυρο, σάλτσα ισπανική, κρασί και κρεμμύδια)
- κοτόπουλα στιφάδο (με κρεμμυδάκι, γαρύφαλλα και μαύρο κρασί)
- κοτόπουλα με τομάτα (με βούτυρο, κρασί, κρεμμύδι και πατατάλευρο)
- κοτόπουλα φρικασέ (με κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, κρόκους αυγού, άνηθο, σέλινο, γάλα και λεμόνι)

πουλιά

- μπάμιες με πάπια (με τομάτα πουρέ, βούτυρο, κρασί, ζάχαρη)
- μπεκάτσες με κρασί (με μαύρο κρασί, βούτυρο, τομάτες, αλεύρι, κρεμμύδι και δάφνη)
- μπεκάτσες σαλμί (με κρασί, βούτυρο, αλεύρι, δάφνη, πιπέρι, μαϊντανό ή σέλινο, τομάτα – ετοιμάζονται ξεχωριστά τα κρουτόν και τα εντόσθια στο τηγάνι)
- ορτύκια με τομάτα (με κρασί και τηγανητές φέτες ψωμιού)
- παπιά μπρεζέ (με σέλινο, μαϊντανό, καρότα, κρεμμύδι, πράσο, δάφνη, κρασί και τομάτες)
- πέρδικες σαλμί (με σάλτσα ισπανική, βουτυρο,δάφνη, σέλινο, μαϊντανό, τομάτα πουρέ και κρουτόν)
- πιτσούνια γεμιστά (όπως τα κοτόπουλα γεμιστά, με βούτυρο)
- πιτσούνια με κρασί (με μαύρο κρασί, τομάτα πουρέ, γαρύφαλλα, κανέλλα και ζάχαρη)
- πιτσούνια σαλμί με ελιές (με σάλτσα ισπανική, βούτυρο, δάφνη, σέλινο, μαϊντανό, τομάτα πουρέ και κρουτόν)
- πιτσούνια με τομάτα (με μαύρο κρασί, βούτυρο)
- πιτσούνια φαρσί (γερμανικά) (γεμιστά με ψωμί βουτηγμένο σε γάλα και ζυμωμένο με βούτυρο και μαϊντανό και περιλουσμένα με τη σάλτσα τους)
- πλατάρια πουλιών γιαχνί (τα άκρα των πουλιών λαιμός, πτέρυγες, κοιλιά λέγονται πλατάρια και γίνονται γιαχνί με κρεμμύδι, λάδι και βουτυρτο, τομάτα πουρέ, μαϊντανό και δάφνη)
- τσίχλες με σάλτσα (πρώτα στο τηγάνι με βούτυρο και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με κρασί, τομάτες, κρεμμύδια και κρουτόν)

- γκαλαντίνα πουλιών ζελέ (γεμιστό γαλόπουλο ή κοτόπουλο με αρνί, μοσχάρι, λαρδί , χοιρομέρι, ψωμί, τρούφες, κουκουνάρια και κονιάκ-ψήνεται στην κατσαρόλα τυλιγμένο σε πετσέτα)

ζώα

- ζαρκάδι μαρινάτο (σε πήλινη κατσαρόλα – μαρινάρεται αρχικά με πράσο, καρότα, σέλινο, λαρδί, σκόρδο, ξύδι και λάδι)
- ζαρκάδι μαρινάτο (με βούτυρο- μαρινάρεται αρχικά με σκόρδο, αλεύρι, ξύδι, κρασί δενδρολίβανο και δάφνη)
- ζαρκάδι στιφάδο (με κρεμμυδάκι, λάδι, ξύδι, γαρύφαλλα και μαύρο κρασί)
- κυνήγι με πιλάφι (ρύζι, βούτυρο, ζωμό)
- λαγός στιφάδο (μαρινάρεται με κρεμμύδι, σκόρδο, καρότο, σέλινο, πράσο, δάφνη, μαϊντανό, μπαχαρικά, ξύδι και λάδι – αρχικά τηγανίζεται και στη συνέχεια ψήνεται με κρεμμυδάκια, λαρδί ή μπέικον, τομάτα πουρέ, δάφνη, γαρύφαλλα, σέλινο, κρασί ή ξύδι)
- λαγός στιφάδο (άλλος τρόπος- «Σαλμί») (χωρίς κρεμμυδάκια και μαρινάτα, με λάδι, ξύδι, δενδρολίβανο και μπαχαρικά)
- λαγός στιφάδο με πράσινες ελιές (μαρινάρεται με κρεμμύδι, σκόρδο, καρότο, σέλινο, πράσο, δάφνη, μαϊντανό, μπαχαρικά, ξύδι και λάδι – αρχικά τηγανίζεται και στη συνέχεια ψήνεται με πράσινες ελιές, λαρδί ή μπέικον, τομάτα πουρέ, δάφνη, γαρύφαλλα, σέλινο, κρασί ή ξύδι)

Στη σούβλα:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- γαλόπουλο σούβλας (ψήνεται με δεμένο λαρδί στο στήθος)
- κοτόπουλα σούβλας (ψήνονται με δεμένο λαρδί στο στήθος)

ζώα

- λαγός ψητός στη σούβλα (με λαρδί δεμένο στην κοιλιά – σερβίρεται με σάλτσα από το συκώτι του, κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι και μυρωδικά)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- γαλόπουλο γεμιστό με κιμά (ο κιμάς ετοιμάζεται ξεχωριστά με κουκουνάρια, κρασί, ντομάτα, μαϊντανό, γαλέτα, βούτυρο, κρεμμύδια και στη συνέχεια γεμίζεται και ράβεται η γαλοπούλα)
- κοτόπιτα (με κρεμμύδια, παρμεζάνα, βούτυρο και αυγά)
- κοτόπουλα φούρνου (πρώτα στην κατσαρόλα με βούτυρο και λεμόνι και στη συνέχεια στο φούρνο)
- ντεντόνο ρότι (γαλόπουλα στο φούρνο)

Πουλιά

- αγριόπαπια ψητή
- ορτύκια ψητά με σταφύλια (Γαλλική μαγειρική: βούτυρο, με φέτες ψωμί τηγανητές και σταφίδες φρέσκες ή φουσκωμένες στο νερό)
- παπιά ψητά
- πέρδικες ψητές (με λαρδί στο στήθος)
- χήνα γεμιστή (με κιμά βούτυρο, κιμάς, κρασί, κρεμμύδια, κανέλα, γαρύφαλλα)

ζώα

- ζαρκάδι ψητό
- λαγός φούρνου (με κρεμμύδια, μαύρο κρασί, λάδι, ξύδι, ζάχαρη, τομάτα πελτέ, δάφνη, γαρύφαλλα και σκόρδο – αρχικά τηγανίζεται)

Τηγανητό:

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- κοτόπουλα πανέ (πρώτα βραστά και στη συνέχεια τηγανητά, με κρεμμύδια, αυγά, γαλέτα, αλεύρι, σέλινο και καρότο)
- κοτόπουλα τηγανητά (με βούτυρο και γαλέτα)

πουλιά

- κροκέτες με πουλιά (μίγμα: πουλιά, μανιτάρια, γάλα, αλεύρι, βούτυρο τα οποία τηγανίζονται και στη συνέχεια πλάθονται και τηγανίζονται ξανά με γαλέτα)

ζώα

- φιλετάκια λαγού αλα κουμπερλαντ (χτυπάμε, παρμεζάνα τηγανίζουμε σε βούτυρο)

Στη σχάρα

Κοτόπουλο και γαλοπούλα

- κοτόπουλα σχάρας (με βούτυρο και γαλέτα)

πουλιά

- ορτύκια σχάρας
- πιτσούνια σχάρας

Φουα γκρά

- γαρνιτούρα μποεμιεν (φουά γκρά, κενέλ μικρά, τρούφες, σάλτσα ντεμι-γκλας)
- σαντουιτς με φουα-γκρα

ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Ωμά :

Θαλασσινά

- Αχιβάδες
- Αχινοί
- Κτένια
- Κυδώνια
- Πεταλίδες
- στρείδια

Βραστά:

Ψάρια

- κακαβιά (διάφορα ψάρια με κρεμμύδια, ντομάτες, λάδι, σέλινο, πατάτες και καρότα)
- κενέλ από ψάρια (κεφτέδες με πανάδα στεγνή, βούτυρο, κρόκο αυγού, μοσχοκάρυδο, αρωματικά χόρτα και κρέμα τα οποία ψήνονται μέσα σε βραστό νερό)
- μπακαλιάρος βραστός
- μπαρμπούνια βραστά
- συναγρίδα βραστή
- σφυρίδα βραστή
- ψάρι βραστό(λεμόνι, λάδι)
- ψάρι μαγιονέζα
- ροφός βραστός

Θαλασσινά

- αστακός α-λ'αμερικαίν (βραστός, κονιάκ, σάλτσα με λάδι, ντομάτες, κονιάκ, βούτυρο)
- αστακός με σάλτσα ή μαγιονέζα (βραστός, σερβίρεται με λαδολέμονο ή μαγιονέζα)
- κταπόδι βραστό (ξηρό)
- γαρίδε βραστές

Στη σχάρα

Ψάρια

- μπαρμπούνια σχάρας
- συναγρίδα σχάρας
- ψάρι στη σχάρα (αλείφουμε με λάδι)
- σμέρνα
- σκουμπριά
- τσιπούρες
- κολιός

Θαλασσινά

- Γαρίδες στη σχάρα (λαδολέμονο)
- Σωλήνες
- πίνες

Στην κατσαρόλα

Ψάρια

- μπακαλιάρος γιαχνί (με κρεμμύδια, τομάτα και μαϊντανό, λάδι,)
- χέλι με σάλτσα (λάδι, πουρέ ντομάτας, κρεμμύδια, κρασί, ζάχαρη, δάφνη)
- ψάρι γιαχνί (κρεμμύδια, λάδι, ντομάτα, κρασί άσπρο, άνηθο, μαϊντανό)
- ψάρι πλακί (λάδι, κρεμμύδια, ψάρι, ντομάτα, κρασί, σκόρδο, μαϊντανό)

Θαλασσινά

- αστακός πιλάφι (πρώτα βράζει με καρότα, σέλινο, πράσα, κρεμμύδι και στη συνέχεια ψήνεται με λάδι, ντομάτα)
- γαρίδες με σάλτσα (η σάλτσα ετοιμάζεται πρώτη με ντομάτες, λάδι, κρεμμύδι, μαϊντανό και κρασί και μέσα σε αυτή βράζουν οι γαρίδες)
- καλαμάρια γεμιστά (με κρεμμύδι, λάδι, ρύζι και μαϊντανό)
- καραβίδες α-λα-μπορντελεζ (με καρότο, σέλινο, μαϊντανό, κονιάκ, κρασί, ζωμό κρέατος, πιπέρι καγιέν και σάλτσα ισπανική, βελουτέ)
- κταπόδι κρασάτο (με κρεμμύδια, κρασί μαύρο, λάδι, και τομάτα πελτέ)
- κταπόδι με μάραθο (με κρεμμύδια, λάδι,)
- κταπόδι πατάτες γιαχνί (με λάδι, κρεμμύδια)
- κταπόδι πιλάφι (με κρεμμύδια, λάδι)
- κταπόδι με σπανάκι (ξηρό) (με λάδι, κρεμμύδια)
- κταπόδι στιφάδο (με κρεμμυδάκια, σκόρδο, δάφνη, πιπέρι, λάδι και ξύδι)
- κταπόδι τουρσί (με ξύδι)
- μύδια γεμιστά (με ρύζι, σταφίδες και κουκουνάρια)
- μύδια πιλάφι (με κρεμμύδι, λάδι)
- σουπιές γιαχνί (με κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό και κρασί)

Στο φούρνο

Ψάρια

- Ψάρι αλ οριενταλ (λάδι, κρεμμύδια, κρασί, ντομάτες, μαϊντανό, ζάχαρη, γαλέτα, ψάρι βραστό)
- Ψάρι φούρνου (κόβουμε σε φέτες, μαϊντανό, γαλέτα, σκόρδο, ντομάτες, λάδι, λεμόνι)

Στο τηγάνι:

Ψάρια

- αυγά με ρέγκα
- γλώσσα (ψάρι) τηγανητή (βουτηγμένη σε γάλα)
- κροκέτες με ψάρι (μίγμα: ψάρι, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- μπακαλιάρος σκορδαλιά (τηγανίζεται με κουρκούτι και σερβίρεται με σκορδαλιά)
- μπακαλιάρος τηγανητός
- μπαρμπούνια τηγανητά (πανέ) (με γαλέτα, αλεύρι και αυγά, λάδι, ή βούτυρο, ή φριτούρα)
- τσίροι τηγανιτοί (λάδι)
- φιλέτα ψαριών τηγανιτά (πάστα τηγανίσματος, τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- φιλέτα ψαριών πανέ (τηγανίζουμε σε φριτούρα)
- ψάρι πανέ (φέτα ψαριού πανέ, το παναρουμε σε αυγό και γαλέτα, το τηγανίζουμε με λάδι, ή φριτούρα)
- ψάρι μαρινάτο (ετοιμάζουμε τα ψάρια, τα αλευρώνουμε και τηγανίζουμε με λάδι, τα βάζουμε με σάλτσα ντομάτας με δεντρολίβανο, λαδί, σκόρδο, δάφνη, ζάχαρη)
- ψάρι τηγανιτό (λάδι, αλευρώνουμε τα ψάρια, τα βουτάμε σε αυγό)
- μαρίδες τηγανιτές (σε λάδι)
- μελανούρια τηγανιτά (με λάδι)

θαλασσινά

- καλαμάρια τηγανητά (με λάδι)
- κροκέτες με αστακό (μίγμα: αστακός, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα, σε φριτούρα ή βούτυρο)
- κταπόδι τηγανητό (ξηρό) (με αραιό πολτό από αλεύρι και νερό, και με σκόρδο)
- μύδια τηγανητά (με αλεύρι, λάδι)
- σουπιές τηγανητές (με αλεύρι, λάδι)
- γαρίδες τηγανιτές (βούτυρο)

Σουβλάκια:

- ψάρι σουβλάκια (λάδι, ρίγανη, κρεμμύδι ψιλό, μαϊντανό)

παστά

- σκουμπριά
- σαρδέλα
- αυγά με ρέγκα (λάδι)
- **λακέρδα**

κονσέρβας

- σαρδέλα
- **σολομός**
- τομάτες γεμιστές κρύες(τόνος σε κονσέρβα, φιλέτα σαρδέλων, μαγιονέζα, αγγουράκια τουρσι, κρεμμύδι, ντομάτες)

ταραμάς

- ταραμοκεφτέδες (ταραμάς, αλεύρι, άνηθο, κρεμμύδια, λάδι, ψωμί βρεγμένο, τηγανίζουμε σε λάδι)
- ταραμοσαλάτα (ταραμά, ψίχα ψωμιού, λάδι, λεμόνι)

χαβιάρι

- σάντουιτς με χαβιάρι

ΧΕΛΩΝΑ

- Ζωμός από χελώνα με κρουτόν

ΣΑΛΙΑΓΚΟΙ

- Σαλιάγκοι γιαχνί (λάδι)

ΑΥΓΑ

Βραστά:

- αυγά βραστά
- αυγά ποσέ (στην κατσαρόλα με πολύ ζεστό νερό)
- αυγά φαρσί με τυρί (αυγά βραστά και γεμισμένα με τυρί παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, και ωμό κρόκο αυγού)
- αυγά α-λ'-οριεντάλ (ετοιμάζεται ξεχωριστά ο πουρές τομάτας- πατάτας, το ρύζι με ζωμό κρέατος και τα αυγά ποσσέ και τα τελευταία σερβίρονται πάνω στο ρύζι μαζί με τηγανητό λουκάνικο)
- κεφαλή μοσχαρίσια αυγολέμονο (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, σέλινο, μαϊντανό, βούτυρο, δάφνη, αλεύρι, ξύδι, αυγά σφιχτοβρασμένα)
- κοτόπουλα μαγιονέζα (με κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, μαϊντανό, μαγιονέζα και φέτες από παντζάρια και βραστά αυγά)
- κασολετ από παντζάρια (αυγά σφικτά, λάδι, ξύδι, μουστάρδα, 10 παντζάρια, αγγουράκια τουρσί)

Στο φούρνο:

- αυγά ογκρατέν (με μπεσαμέλ στο φούρνο)

- αυγά στο φούρνο (βούτυρο)

Στο τηγάνι:

Ομελέτες

- αυγά ομελέτα (με γάλα και μαϊντανό)
- αυγά ομελέτα πατάτες(με τυρί και κρεμμύδι, βούτυρο)
- αυγά ομελέτα ρύζι (με ντομάτα, βούτυρο)
- αυγά ομελέτα τομάτα (κρεμμύδι, βούτυρο)
- αυγά ομελέτα με τυρί(κρεμμύδι, βούτυρο)
- ομελέτα με κρεμμύδι (βούτυρο)
- ομελέτα παρμαντιέ (με μπεσαμέλ και πατάτες, τυρί)
- αυγά ομελέτα με λαρδί, λουκάνικα ή μπέικον (βούτυρο)
- αυγά ομελέτα χοιρομέρι
- αυγά με ρέγκα (λάδι)
- λουκάνικα με αυγά (τηγανητά με αυγά μάτια ή ομελέτα με κρεμμύδι)
- αυγά τηγανητά (βούτυρο)
- σπεκ με αυγά (τηγανίζονται ξεχωριστά)
- μπιφτέκια ρώσικα (τηγανίζονται και τοποθετείτε πάνω σε καθένα ένα αυγό τηγανητό)
- κροκέτες με αυγά (μίγμα: βραστά αυγά, μπεσαμέλ με παρμεζάνα, μανιτάρια, κρόκους αυγών, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- μυαλά με αυγά τηγανητά (πρώτα βραστά)

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Γάλα

- σούπα φάρος (με ζωμό κρέατος, γάλα, κρόκους αυγών και βούτυρο)
- κούλας από βοδινό ή μοσχάρι (με κόκκινο πιπέρι, ανθόγαλα ή και γάλα ή γιαούρτι, κρεμμύδια και λίπος)
- ποτάζ παρμαντιέ (σούπα με πατάτες, ζωμό κρέατος, κρεμμύδι, αλεύρι, βούτυρο, γάλα και αυγά)
- σούπα ξυνήθρα (με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, κρόκο αυγού και γάλα)
- μυαλά σάλτσα κρέμα (βραστά, τοποθετούνται πάνω σε τηγανητό ψωμί και περιχύνονται με σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, ζωμό από τα μυαλά, κρόκους αυγών, λεμόνι και γάλα)
- εντόστια μοσχαριού με κνόντελ (με βούτυρο, αλεύρι, κάπαρη, μαϊντανό, λεμόνι και ξύδι – κνόντελ:μπαγιάτικα φραντζολάκια κομμένα σε κύβους και περιχυμένα με τσιγαρισμένα κρεμμυδάκι και άνηθο, αυγά και γάλα τα οποία στη συνέχεια βράζονται
- μπεγεντί (με κρεμμύδια, τομάτες, κρασί, δάφνη, ρίγανη, μελιτζάνες, βούτυρο, γάλα και αλεύρι)
- μοσχάρι μπλάνκετ (με κρεμμυδάκια, πράσο, ρίζα σέλινου, καρότα, δάφνη – σάλτσα:βούτυρο, αλεύρι, κρόκους αυγού, λεμόνι, γάλα, μαϊντανό και ζωμό από το φαγητό)
- αγγλική σάλτσα: ζάχαρη, αυγό, γάλα, βανίλια)
- μπεσαμέλ
- κρέμα ρουαγιάλ (βούτυρο, γάλα, αυγά)
- στήθος μοσχαριού γεμιστό (με βούτυρο, γαλέτα, μαϊντανό, κουκουνάρια, κρεμμύδι, αυγό και γάλα)
- κεφτέδες φρικασέ (αρνίσιος κιμάς, πρώτα τηγανητοί και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με ψίχα ψωμιού, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, ασπράδια αυγών, δυόσμο, βούτυρο, αλεύρι και για τη σάλτσα: κρεμμύδια, ξύδι, γάλα, κρόκο αυγού, αλεύρι και βούτυρο)
- κοτόπουλα φρικασέ (με κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι, κρόκους αυγού, άνηθο, σέλινο, γάλα και λεμόνι)
- λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα (κιμάς, ρύζι, μαϊντανό, άνηθο, και κρεμμύδια και σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, λεμόνι, γάλα, κρόκο αυγού)
- μαρούλια γεμιστά
- μαρούλι ντολμάδες
- γάλος γεμιστός με κάστανα
- κοτόπουλα γεμιστά (με βούτυρο, γαλέτα, κρεμμύδι, μαϊντανό, γάλα, τομάτα, κρασί και κουκουνάρια)
- κοτόπουλα μπιζέλια (με κρεμμύδια, αλεύρι, γάλα, βούτυρο, κρόκους αυγών)
- κοτόπουλα μπλάνκετ (με κρεμμύδια, καρότα, δάφνη, γάλα, κρόκους αυγών, αλεύρι και λεμόνι)
- πιτσούνια φαρσί (γερμανικά) (γεμιστά με ψωμί βουτηγμένο σε γάλα και ζυμωμένο με βούτυρο και μαϊντανό και περιλουσμένα με τη σάλτσα τους)
- γλώσσα (ψάρι) τηγανητή (βουτηγμένη σε γάλα)
- πατάτες με σάλτσα (άσπρη) (αρχικά βραστές και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με αλεύρι, γάλα, βούτυρο και μαϊντανό)
- σπαράγγια με σάλτσα (βραστά – περιχύνονται με σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζωμό από τα σπαράγγια)
- λαχανοντολμάδες αυγολέμονο (με ρύζι, κρεμμύδι, μαύρες σταφίδες, κουκουνάρια, ασπράδι αυγού, άνηθο και μαϊντανό – αυγολέμονο: κρόκος αυγού, λεμόνι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα)
- κροκέτες με αστακό (μίγμα: αστακός, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- κροκέτες με ψάρι (μίγμα: ψάρι, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- κροκέτες με κρέας

- κροκέτες με αυγά
- πατάτες πουρέ (με γάλα και βούτυρο στην κατσαρόλα)
- σπανάκι πουρέ (στην κατσαρόλα με βούτυρο, γάλα και αλεύρι)
- κάστανα πουρέ (με γάλα και βούτυρο)
- χορτόπιττα (σπανάκι, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, μαϊντανό, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, κανέλα, μύρωνια, ζάχαρη, μπαχάρι)
- χυλοπίτες (γάλα, αυγά, αλεύρι, αποξηραίνουμε)
- σουφλέ με παρμεζάνα (γάλα, βούτυρο, παρμεζάνα, αλεύρι, 8 αυγά)
- χρένου σαλάτα (γάλα, χρένο, ζάχαρη, ψωμί, ξύδι)

Τυρί

- αυγά ομελέτα με τυρί
- αυγά φαρσί με τυρί (αυγά βραστά και γεμισμένα με τυρί παρμεζάνα και ωμό κρόκο αυγού)
- κολοκυθάκια ο-γκρατέν (πρώτα τηγανίζονται και στη συνέχεια τοποθετούνται στο φούρνο, με βούτυρο, αλεύρι, τυρί τριμμένο, γαλέτα και μπεσαμέλ)
- κολοκυθάκια γεμιστά (παπουτσάκια) (με κιμά, κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, τομάτα πελτέ, μπαχαρικά, γαλέτα και τυρί τριμμένο- η γέμιση ετοιμάζεται στην κατσαρόλα και στη συνέχεια όλα τοποθετούνται στο φούρνο)
- μελιτζάνες μουσακά (ιμιτασιόν) (αρχικά τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο με στρώσεις τυριού, τέλος καλύπτονται με τομάτα πουρέ και αυγά χτυπημένα)
- πατάτες γεμιστές
- κουνουπίδι ο-γκρατέν (αφού βράσει ψήνεται στο φούρνο με στρώσεις τυριού και μπεσαμέλ)
- μακαρόνια με τυρί άσπρο (με αυγά στο ταψί έχουμε πάνω και κάτω φύλλα μπακλαβά)
- μακαρόνια παστίτσιο με κιμά
- μακαρόνια παστίτσιο με τομάτα
- μακαρόνια παστίτσιο οριαντάλ
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγέτο
- καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν
- κανελόνια γεμιστά
- μακαρόνια με βούτυρο φρέσκο
- μακαρόνια ο-γκρατέν
- μακαρόνια α-λα-πολιταίν
- τα ραβιόλια
- μπουρεκάκια με τυρί (με φύλλο μπακλαβά σα πιτάκια και τυρί φέτα, αυγά, τυρί τριμμένο και μαϊντανό – τηγανίζονται)
- μπουρεκάκια με κιμά (ετοιμάζεται ο κιμάς με τομάτα, κρεμμυδάκια, κρασί, αυγά και τυρί και στη συνέχεια ψήνεται με φύλλο μπακλαβά)
- σουφλέ με παρμεζάνα (στο φούρνο με γάλα, αυγά, αλεύρι, βούτυρο και άσπρο πιπέρι)
- κρεπ γεμιστά (μίγμα: αλεύρι, αυγά και γάλα – τηγανίζεται και στη συνέχεια αλείφεται με μπεσαμέλ, τυρί και κιμά ή χοιρομέρι)
- τυριού μπιφτέκια (με αλεύρι, νερό, τυρί ΒΙΤΣΕΡΗΣ αυγά, σόδα – τηγανίζονται με κουρκούτι)
- η τυρόπιτα (με φέτα, βούτυρο, αυγά, άσπρο πιπέρι, φύλλα μπακλαβά και μπεσαμέλ)
- κοτόπιτα (με κρεμμύδια, παρμεζάνα, βούτυρο και αυγά)
- κρεατόπιτα (με ρύζι, τυρί φέτα, τομάτα, πατάτα, βούτυρο, λάδι, κρομμυδάκι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- κουνουπίδι ο-γκρατέν
- νουαζέτ α λα μόρναϋ (φιλέτο ή μπριζόλες πρώτα τηγανητά με αλεύρι και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με μπεσαμέλ, παρμεζάνα, αρακά και χοιρομέρι)
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγέτο
- κοτολέτες με τυρί (με αυγό και γαλέτα)
- κασολέτ φινανσιέρ (γλυκάδια μοσχαρίσια τηγανισμένα και τοποθετημένα σε φόρμες μαζί με μανιτάρια, τρούφες, χοιρομέρι ή καπνιστή γλώσσα και παρμεζάνα, όλα σε πολύ μικρά κομματάκια καθώς και μπεσαμέλ)
- κεφτέδες φρικασέ (αρνίσιος κιμάς, πρώτα τηγανητοί και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με ψίχα ψωμιού, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, ασπράδια αυγών, δυόσμο, βούτυρο, αλεύρι και για τη σάλτσα: κρεμμύδια, ξύδι, γάλα, κρόκο αυγού, αλεύρι και βούτυρο)
- κεφτέδες πανέ (με ψωμί, κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, παρμεζάνα ή κασέρι, γαλέτα και αυγό)
- κολοκυθοκεφτέδες (πρώτα βράζουν τα κολοκυθάκια και στη συνέχεια τηγανίζονται με αυγά, γαλέτα, κρεμμύδια, τυρί τριμμένο και αλεύρι)
- πατατοκεφτέδες (πρώτα βραστές και στη συνέχεια τηγανητές με αλεύρι, αυγά και τυρί)
- κολοκυθάκια γεμιστά
- μπιφτέκια αλ' αμερικαίν
- κροκέτες με αστακό (μίγμα: αστακός, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- κροκέτες με ψάρι (μίγμα: ψάρι, γάλα, αλεύρι, παρμεζάνα, και αυγά, το οποίο τηγανίζεται με γαλέτα)
- κροκέττες α-λα-μιλανέζ (βραστά μακαρόνια, χοιρομέρι, γλώσσα, κοτόπουλο, τρούφες, τομάτα, παρμεζάνα τα οποία τηγανίζονται με μπεσαμέλ και στη συνέχεια τηγανίζονται ξανά με γαλέτα)

- κροκέτες με πατάτες (πουρές πατάτας, κρόκοι αυγών, τυρί, αυγά και τηγανίζονται με γαλέτα)
- φιδές γαρνιτούρα (βούτυρο, παρμεζάνα)
- φιλετάκια λαγού αλα κουμπερλαντ (χτυπάμε, παρμεζάνα τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- χορτόπιτα (σπανάκι, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, μαϊντανό, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, κανέλα, μύρωνια, ζάχαρη, μπαχάρι)
- σουφλέ με παρμεζάνα (βούτυρο, 8 αυγά, γάλα, αλεύρι)

Γιαούρτι

- σνίτσελ με κοκκινοπίπερο (περιχύνεται με σάλτσα από το λάδι, κρεμμύδι, γιαούρτι)
- κούλας από βοδινό ή μοσχάρι (με κόκκινο πιπέρι, ανθόγαλα ή και γάλα ή γιαούρτι, κρεμμύδια και λίπος)

κρέμα γάλακτος ή ανθόγαλα

- κούλας από βοδινό ή μοσχάρι (με κόκκινο πιπέρι, ανθόγαλα ή και γάλα ή γιαούρτι, κρεμμύδια και λίπος)
- κενέλ από πουλιά ή κυνήγι (κεφτέδες με πανάδα στεγνή, βούτυρο, κρόκο αυγού, μοσχοκάρυδο και κρέμα τα οποία ψήνονται μέσα σε βραστό νερό)
- κενέλ από ψάρια (κεφτέδες με πανάδα στεγνή, βούτυρο, κρόκο αυγού, μοσχοκάρυδο, αρωματικά χόρτα και κρέμα τα οποία ψήνονται μέσα σε βραστό νερό)
- αυγά φαρσί με τυρί (αυγά βραστά και γεμισμένα με τυρί παρμεζάνα, κρέμα γάλακτος, και ωμό κρόκο αυγού)

ΟΣΠΡΙΑ

Βραστά:

- κουκιά βραστά (σαλάτα) (βραστά-σερβίρονται με λάδι και ξύδι ή σκορδαλιά)
- κουκιά φάβα (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, τομάτα, ρίγανη, δάφνη, σόδα, ξύδι – βράζουν μέχρι να λιώσουν)
- κουκιά με αγκινάρες (αγκυναροκούκια) (με λάδι, άνηθο, κρεμμύδια και λεμόνι στην κατσαρόλα)
- κουκιά με βούτυρο φρέσκο (στην κατσαρόλα με λεμόνι και στη συνέχεια περιχυμένα με φρέσκο βούτυρο)
- κουκιά γιαχνί (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, τομάτες, μαϊντανό, λάδι ή βούτυρο)
- κουκιά στιφάδο (στην κατσαρόλα με τομάτα, ξύδι, δάφνη και κρεμμύδια)
- σούπα ρεβίθια (με κρεμμύδια)
- σούπα φασόλια (με κρεμμύδια, καρότα, πατάτες, σέλινο, μαϊντανό, λάδι και αλεύρι)
- σούπα φασόλια πουρέ (όπως η σούπα φασόλια με τη διαφορά ότι περνάμε τα φασόλια και το ζωμό από τρυπητό και προσθέτουμε και κρουτόν)
- κουκιά με σάλτσα (στην κατσαρόλα – σερβίρεται ως γαρνιτούρα περιχυμένο με μπεσαμέλ)
- φασόλια βούτυρο
- Γίγαντες σαλάτα (με λάδι και ξύδι)
- αρνί με φασόλια ξηρά
- φασόλια ξηρά γιαχνί (λάδι, κρεμμύδια, πελτές,)
- γουρουνόπουλο φασόλια ξηρά
- φασόλια πλακί (κρεμυδια, καρότα, λάδι)
- φασόλια σαλάτα (λάδι, ξυδι, κρεμμυδάκι)
- κουκιά με κρέας (στην κατσαρόλα με τομάτες, κρεμμύδια, βούτυρο, μαϊντανό, άνηθο και λεμόνι)
- Φάβα (βράζεται, κόβεται όπως η μουσταλευριά, λάδι, ξύδι)
- Φακή πουρές (βούτυρο, γάλα)
- Σούπα φακή(λάδι)
- κουκιά πλακί (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, καρότα και σέλινο)
- κουκιά πλακί στο φούρνο (στο φούρνο με κρεμμύδια, καρότα και σέλινο)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Αλεύρι

- κοτόπιτα (με κρεμμύδια, παρμεζάνα, βούτυρο και αυγά)
- κρεατόπιτα (με ρύζι, τυρί φέτα, τομάτα, πατάτα, βούτυρο, λάδι, κρεμμυδάκια, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- σπανακόπιτα (με διάφορα χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, φρέσκα κρεμμύδια κτλ., λάδι και φύλλα μπακλαβά)
- χορτόπιττα (σπανάκι, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, μαϊντανό, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, κανέλα, μύρωνια, ζάχαρη, μπαχάρι)
- η τυρόπιτα (με φέτα, βούτυρο, αυγά, άσπρο πιπέρι, φύλλα μπακλαβά και μπεσαμέλ)
- μακαρόνια με τυρί άσπρο (με αυγά στο ταψί έχουμε πάνω και κάτω φύλλα μπακλαβά)
- μακαρόνια παστίτσιο οριαντάλ ή μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο
- μπουρεκάκια με κιμά (ετοιμάζεται ο κιμάς με τομάτα, κρεμμυδάκια, κρασί, αυγά και τυρί και στη συνέχεια ψήνεται με φύλλο μπακλαβά)
- μπουρεκάκια με τυρί
- βολ-ό-βαν (ζύμη από νερό, αλεύρι, βούτυρο και αλάτι, ψήνεται στο φούρνο σε σχήμα κατάλληλο για να γεμιστεί)
- βολ-ό-βαν γεμιστά (με αυγά και μπεσαμέλ ή με κοτόπουλο και ντομάτα ή με συκωτάκια πουλιών κτλ.)
- κανελόνια μιλαναίζ (βολ-ό-βαν σε σχήμα χωνιού, ψημένα στο φούρνο και γεμιστά με ριζότο α-λα-μιλανέζα)
- κασολέτ σουζάν (βολ-ο-βαν σε φόρμες γεμιστά με κιμά από κοτόπουλο, σάλτσα βελουτέ, κρόκο αυγού και τρούφες)

- κνόκυ σουφλέ (στην κατσαρόλα με αλεύρι, βούτυρο, αλάτι και νερό – για το περίχυμα: αυγά, παρμεζάνα και βούτυρο
- κρεπ γεμιστά (μίγμα: αλεύρι, αυγά και γάλα – τηγανίζεται και στη συνέχεια αλείφεται με μπεσαμέλ, τυρί και κιμά ή χοιρομέρι)
- κρεπ δια κονσομέ (μίγμα: αλεύρι, αυγά και γάλα – τηγανίζεται και στη συνέχεια χρησιμοποιείται κομμένο σε κομματάκια για κονσομέ)
- τα προφιτερόλ (μικρά ψωμάκια, μίγμα: νερό, βούτυρο, αλεύρι, αλάτι και αυγά)
- τα ραβιόλια (μίγμα: αλεύρι, αυγά, νερό - γεμίζονται με κιμά ο οποίος ετοιμάζεται με τομάτα, κρεμμύδι, κρασί, γαλέτα και παρμεζάνα και στη συνέχεια βράζονται)
- χυλοπίτες (γάλα, αυγά, αλεύρι, αποξηραίνουμε)

Σιμιγδάλι

- σούπα τομάτα (με σιμιγδάλι και κρουτόν)

ταπιόκα

- ως σούπα

Κριθάρι

- σούπα φάρος (κριθάρι, με ζωμό κρέατος, γάλα, κρόκους αυγών και βούτυρο)

Ρύζι

- η μαγειρίτσα (κοιλιά και πόδια αρνιού γάλακτος με αλεύρι, βούτυρο, κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο, μαϊντανό, ρύζι και αυγολέμονο)
- κρεατόπιτα (με ρύζι, τυρί φέτα, τομάτα, πατάτα, βούτυρο, λάδι, κρομμυδάκι, αυγά βραστά και μαϊντανό)
- βοδινό βραστό με σούπα (με καρότα, πατάτες, κολοκυθάκια και ρύζι)
- αρνάκι ατζέμ πιλάφι (στην κατσαρόλα με ντομάτα)
- ατζέμ πιλάφι (αρνί, βούτυρο, ρύζι, στην κατσαρόλα με ντομάτα)
- γαλοπούλα πιλάφι α-λα-μιλανέζα (βραστή με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από τη γαλοπούλα)
- αυγά α-λ'-οριεντάλ (ετοιμάζεται ξεχωριστά ο πουρές τομάτας- πατάτας, το ρύζι με ζωμό κρέατος και τα αυγά ποσσέ και τα τελευταία σερβίρονται πάνω στο ρύζι μαζί με τηγανητό λουκάνικο)
- αρνάκι γεμιστό με ρύζι (στο φούρνο με σταφίδες και κουκουνάρια)
- γιουβρελάκια αυγολέμονο (με μοσχαρίσιο κρέας ή πρόβειο, βούτυρο, κρεμμύδια και ρύζι στην κατσαρόλα)
- γιουβρελάκι με σάλτσα τομάτα (με μοσχαρίσιο κρέας ή πρόβειο, βούτυρο, κρεμμύδια και ρύζι στην κατσαρόλα)
- δαμαλάκι ατζέμ πιλάφι (με ντομάτες και κρεμμυδάκια στην κατσαρόλα)
- το πιλάφι
- ρύζι γαρνιτούρα (βραστό, με βούτυρο)
- σπανακόρυζο (στην κατσαρόλα με κρεμμυδάκια, άνηθο και λάδι)
- πιλάφι αλ'ιντιέν (με αρνί ή γαλόπουλο ή όρνιθα ή γαλοπούλα, με σάλτσα από βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζουμί από το κρέας και ινδική σκόνη)
- πιλάφι τας κεμπάπ (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, πουρέ τομάτας, κρασί και βούτυρο)
- σηκωτάκια πιλάφι (όπως τα σηκωτάκια με σάλτσα)
- ριζότο α-λα-μιλανέζα (στην κατσαρόλα, με χοιρομέρι, μανιτάρια, τρούφες, ζαφορά, παρμεζάνα, βούτυρο και σάλτσα τομάτας)
- αστακός πιλάφι (πρώτα βράζει με καρότα, σέλινο, πράσα, κρεμμύδι και στη συνέχεια ψήνεται με ντομάτα)
- κταπόδι πιλάφι (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια)
- καλαμάρια γεμιστά (με κρεμμύδι, λάδι, ρύζι και μαϊντανό)
- η ταχινόσουπα (με πάστα ή ρύζι, λεμόνι)
- αυγά ομελέτα ρύζι (με ντομάτα)
- γιαλαντζή ντολμάδες (στην κατσαρόλα με κληματόφυλλο και ρύζι, λάδι)
- γιαλαντζή ντολμάδες-ΜΑΓΙΑΤΙΚΟΙ (στην κατσαρόλα με κληματόφυλλο και ρύζι, λάδι)
- γιαλαντζή ντολμάδες με λάχανο (στην κατσαρόλα με ρύζι, λάδι)
- μαρούλι ντολμάδες (όπως το λάχανο)
- λαχανοντολμάδες αυγολέμονο (με ρύζι, κρεμμύδι, μαύρες σταφίδες, κουκουνάρια, ασπράδι αυγού, άνηθο και μαϊντανό – αυγολέμονο: κρόκος αυγού, λεμόνι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα)
- κολοκυθάκια γεμιστά ρύζι (στην κατσαρόλα ή στο φούρνο με βούτυρο, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, γαλέτα, αυγά και δυόσμο, σάλτσα: γάλα, αλεύρι, βούτυρο, ζωμό από τα κολοκύθια και κρόκο αυγού)
- πιπεριές γεμιστές
- κροκέττες με ρύζι (πιλάφι, παρμεζάνα, χοιρομέρι, αυγά, τα οποία τηγανίζονται με γαλέτα)
- μύδια πιλάφι (με κρεμμύδι)
- τομάτες γεμιστές νηστίσιμες (στο φούρνο με ρύζι, μαϊντανό, σταφίδες, λάδι, κρεμμύδια και κουκουνάρι)
- μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (με κρεμμύδια, τομάτες, λάδι, μαύρες σταφίδες – αφού γεμιστούν τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στην κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- μύδια γεμιστά (με ρύζι, σταφίδες και κουκουνάρια)
- κρεατόπιτα (με ρύζι, τυρί φέτα, τομάτα, πατάτα, βούτυρο, λάδι, κρομμυδάκι, αυγά βραστά και μαϊντανό)

- σπλήνα παραγεμιστή (στο φούρνο με ρύζι τσιγαρισμένο με κρεμμύδι και σκόρδο, μαϊντανό, τομάτα, σταφίδες και ρίγανη)
- καπώνια α-λα-παριζιέν (όπως το καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν αλλά αντί για μακαρόνια έχουμε πιλάφι με αρακά και μανιτάρια)

Ζυμαρικά

- κανελόνια γεμιστά (στην κατσαρόλα με κιμά βοδινό ή χοιρινό, κρεμμύδια, βούτυρο, κρασί, αυγά, τομάτα γαλέτα και παρμεζάνα)
- αρνί γιουβέτσι πάστα (με ντομάτα στο φούρνο)
- κροκέττες α-λα-μιλανέζ (βραστά μακαρόνια, χοιρομέρι, γλώσσα, κοτόπουλο, τρούφες, τομάτα, παρμεζάνα τα οποία τηγανίζονται με μπεσαμέλ και στη συνέχεια τηγανίζονται ξανά με γαλέτα)
- μακαρόνια παστίτσιο με κιμά (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα – ο κιμάς καβουρντίζεται και σβήνεται με κρασί – στο ταψί έχουμε στρώσεις μακαρονιών, κιμά και μπεσαμέλ)
- μακαρόνια παστίτσιο οριαντάλ ή μακαρόνια παστίτσιο με φύλλο (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα – ο κιμάς καβουρντίζεται και σβήνεται με κρασί – στο ταψί έχουμε πάνω και κάτω φύλλα μπακλαβά)
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγέτο (με βούτυρο, κρασί, τομάτα πελτέ και τυρί τριμμένο)
- ροσμπίφ μακαρόνια (στην κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδια και τομάτα πελτέ)
- μακαρόνια με βούτυρο φρέσκο (με παρμεζάνα)
- μακαρόνια ο-γκρατέν (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα)
- μακαρόνια α-λα-πολιταίν (με παρμεζάνα, φρέσκο βούτυρο και σάλτσα τομάτας)
- μακαρόνια παστίτσιο με τομάτα (με φρέσκο βούτυρο, παρμεζάνα ή και κεφαλοτύρι ή κασέρι, αυγά, γάλα, αλεύρι, γαλέτα και τομάτα)
- μακαρόνια με τυρί άσπρο (με αυγά στο ταψί έχουμε πάνω και κάτω φύλλα μπακλαβά)
- τα νουϊγ (όπως τα μακαρόνια)
- η ταχινόσουπα (με πάστα ή ρύζι, λεμόνι)
- μουσακά φιδέ (όπως οι μελιτζάνες μουσακά)
- καπώνι μπριζέ α-λα-σισιλιέν (με κρασί, κονιάκ, βούτυρο, σάλτσα ισπανική, μακαρόνια, καρότο, χοιρομέρι και παρμεζάνα – το χοιρομέρι τηγανίζεται μαζί με τα μακαρόνια)
- φιδές γαρνιτούρα (βούτυρο, παρμεζάνα)

Ψωμί

- τα καναπέ
- σάντουιτς

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά:

- Μαρούλι σαλάτα (ξύδι, λάδι)
- Ραπάνια
- Ρόκα
- Αγγουριά σαλάτα (ξύδι)
- τομάτες γεμιστές κρύες(τόνος σε κονσέρβα, φιλέτα σαρδέλων, μαγιονέζα, αγγουράκια τουρσι, κρεμμύδι, ντομάτες)
- τομάτες σαλάτα (λάδι
- γλυστρίδα
- κάρδαμο (τρώγεται σε σαλάτες ή ως ορεκτικό)
- Βραστά:
- κολοκυθάκια βραστά
- κολοκυθοκορφάδες (γίνονται ως σαλάτα βραστοί, σερβίρονται με λάδι, λεμόνι)
- χόρτα βραστά (λάδι)
- βλαστάρια (βράζονται και σερβίρονται με λαδολέμονο)
- βλίτα (σερβίρονται με λάδι)
- οι βολβοί (τοποθετούνται σε ξύδι αφού βράσουν)
- κουνουπίδι βραστό (σερβίρεται ως γαρνιτούρα περιχυμένο με γαλέτα και βούτυρο στο τηγάνι)
- μπρόκολα σαλάτα (λάδι, λεμόνι)
- ραδίκια σαλάτα (λάδι, λεμόνι)
- κουνουπίδι σαλάτα (βραστό – σερβίρεται με λαδολέμονο)
- βρούβες (τρυφεροί βλαστό του σιναπιού, βράζουμε , σερβίρονται με λάδι και λεμόνι)
- αμπελοφάσουλα βραστά (λάδι, ξύδι)
- σέσκουλα ή λάπαθα βραστά σαλάτα (λάδι)
- κασολετ από παντζάρια (αυγά σφικτά, λάδι, ξύδι, μουστάρδα, 10 παντζάρια, αγγουράκια τουρσί)
- η κρεμμυδερή (σα σκορδαλιά με πατάτες, κρεμμύδια, λάδι και ξύδι)
- πατάτες βραστές

- πατάτες βραστές βούτυρο
- πατάτες σαλάτα (βραστές, με λαδόξιδο, κρεμμυδάκι και μαϊντανό)
- η σκορδαλιά (με σκόρδα, αμύγδαλα, πατάτα, λάδι και ξύδι)
- χυμός τομάτας
- πελτές ντομάτας
- χρένου σαλάτα (γάλα, χρένο, ζάχαρη, ψωμί, ξύδι)
- κοκκινογούλια βραστά (λαδόξιδο)

Στη κατσαρόλα:

- αγκινάρες βούτυρο
- αγκινάρες με λάδι (α-λα-πολίτα, στην κατσαρόλα)
- κουκιά με αγκινάρες (αγκυναροκούκια) (με λάδι, άνηθο, κρεμμύδια και λεμόνι στην κατσαρόλα
- αντίδια αυγολέμονο (βούτυρο, λεμόνι)
- αντίδια βούτυρο
- αρακά πουρέ (γάλα, βούτυρο, αρακάς)
- αρακά με βούτυρο (στην κατσαρόλα)
- μπιζέλια βούτυρο (με κρεμμύδια, τομάτες, ξύδι και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- μπιζέλια πουρέ
- μπιζέλια σούπα (με κρεμμύδι, καρότα, μαϊντανό ή σέλινο, βούτυρο και κρουτόν)
- καρότα γκλασέ (στην κατσαρόλα με σάλτσα από ζωμό κρέατος, ζάχαρη, βούτυρο και αλάτι)
- κολοκυθάκια βούτυρο γιαχνί (με κρεμμύδια, τομάτα, πελτέ και μαϊντανό)
- κολοκυθάκια γεμιστά και με κρέμα (χωρίς κιμά, με γέμιση από μπεσαμέλ)
- κολοκυθάκια γεμιστά ρύζι (στην κατσαρόλα ή στο φούρνο με βούτυρο, κρεμμυδάκια, μαϊντανό, γαλέτα, αυγά και δυόσμο, σάλτσα: γάλα, αλεύρι, βούτυρο, ζωμό από τα κολοκύθια και κρόκο αυγού)
- πιπεριές γεμιστές
- κολοκυθάκια γιαχνί με λάδι
- λάχανο γκλασέ (αφού βράσει, τυλίγεται σε σχήμα σβόλων και ψήνεται ξανά στην κατσαρόλα με νερό, βούτυρο και σπεκ)
- λάχανο ξινό (σουκρούτ) (έτοιμο λάχανο ξινό, σπεκ ή λαρδί, καπνιστά λουκάνικα, γαρύφαλλο, δάφνη – σάλτσα: κρεμμυδάκι, βούτυρο και αλεύρι)
- λάχανο σούπα (με κρεμμύδι, βούτυρο, άνηθο, και κρουτόν)
- μαρούλια γεμιστά (στην κατσαρόλα με βούτυρο, κρεμμύδι, ασπράδια αυγών και γαλέτα)
- μελιτζάνες βούτυρο (στην κατσαρόλα με κρεμμύδια, τομάτα πουρέ και μαϊντανό)
- μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (με κρεμμύδια, τομάτες, λάδι, μαύρες σταφίδες – αφού γεμιστούν τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στην κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- μελιτζάνες γιαχνί (με τομάτες, κρεμμύδια και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- μπάμιες βούτυρο (με κρεμμύδια, τομάτες, ξύδι και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- μπάμιες γιαχνί (με κρεμμύδια, τομάτες, ξύδι, λάδι και μαϊντανό στην κατσαρόλα)
- φασόλια φρέσκα γιαχνί (λάδι, ντομάτας, κρεμμύδια, μαϊντανό)
- σπαράγγια με σάλτσα (βραστά – περιχύνονται με σάλτσα: βούτυρο, αλεύρι, γάλα και ζωμό από τα σπαράγγια)
- πατάτες γιαχνί (στην κατσαρόλα με λάδι, τομάτα και κρεμμύδια)
- πατάτες πουρέ (με γάλα και βούτυρο στην κατσαρόλα)
- πατάτες πουρέ με τομάτα (με πουρέ τομάτας)
- πατάτες με σάλτσα (άσπρη) (αρχικά βραστές και στη συνέχεια στην κατσαρόλα με αλεύρι, γάλα, βούτυρο και μαϊντανό)
- ποτάζ παρμαντιέ (σούπα με πατάτες, ζωμό κρέατος, κρεμμύδι, αλεύρι, βούτυρο, γάλα και αυγά)
- σούπα ξυνήθρα (με βούτυρο, αλεύρι, ζωμό κρέατος, κρόκο αυγού και γάλα)
- σούπα πουρέ χόρτα (με πατάτες, καρότα, σέλινο, κρεμμύδια, πράσο, τομάτες, ρέβες, πατατάλευρο και κρουτόν)
- σπανάκι πουρέ (στην κατσαρόλα με βούτυρο, γάλα και αλεύρι)
- σπανακόρυζο (στην κατσαρόλα με κρεμμυδάκια, άνηθο και λάδι)
- σούπα τομάτα (με σιμιγδάλι και κρουτόν)
- κρεμμύδια ως γαρνιτούρα (με βούτυρο τα σοτάρουμε σε τηγάνι και έπειτα τα βάζουμε στην κατσαρόλα)

Στο τηγάνι:

- αγκινάρες πανέ (με αυγό και γαλέτα, τριμμένο τυρί, βούτυρο ή πάχος, φριτούρα για τηγάνισμα)
- αγκινάρες τηγανητές (πάστα τηγανίσματος: αλεύρι, 2 κρόκους, κρασί ή μπύρα, νερό, μαρέγκα, βουτάμε τις αγκινάρες και τηγανίζουμε σε φριτούρα. Σερβίρουμε με μαγιονέζα)
- κολοκυθοκεφτέδες (πρώτα βράζουν τα κολοκυθάκια και στη συνέχεια τηγανίζονται με αυγά, γαλέτα, κρεμμύδια, τυρί τριμμένο και αλεύρι)
- κολοκύθια τηγανητά
- τα κρεμμύδια ως γαρνιτούρα (αφού τηγανιστούν, βράζουν με ζάχαρη και αλατοπίπερο)
- μελιτζάνες πλακί (με κρεμμύδια, με λάδι ,τομάτες και μαϊντανό στο τηγάνι)

- μελιτζάνες τηγανητές(με λάδι)
- μελιτζάνες κροκέτες (τηγανίζονται με κιμά, αυγό και γαλέτα)
- μελιτζάνες σκορδαλιά (τηγανίζονται σε λάδι και σερβίρονται με σκορδαλιά ή κρεμμυδερή)
- μελιτζάνες τηγανητές με τομάτες (τηγανίζονται και τοποθετούνται σε στρώσεις και περιχύνονται με: λάδι, αλεύρι, μαϊντανό, κρασί τα οποία έχουν βράσει στο τηγάνι)
- μουσακάς νηστίσιμος (στρώση από τηγανητές πατάτες που καλύπτονται από μίγμα: τομάτας, κρεμμυδιών, κρασιού, μαϊντανού, γαλέτας, που έχει ετοιμαστεί στο τηγάνι)
- πατάτες βιενουάζ (πρώτα βραστές και μετά τηγανητές με κρεμμύδι)
- πατάτες με κρεμμύδι (πρώτα βραστές και μετά τηγανητές με κρεμμύδι)
- πατάτες τηγανητές
- πατατοκεφτέδες (πρώτα βραστές και στη συνέχεια τηγανητές με αλεύρι, αυγά και τυρί)
- κροκέτες με πατάτες (πουρές πατάτας, κρόκοι αυγών, τυρί, αυγά και τηγανίζονται με γαλέτα)
- κολοκύθι κόκκινο τηγανιτό (με λάδι)

Τουρσί:

- αγκινάρες τουρσί
- κασολέτ από παντζάρια (ορεκτικό από παντζάρια, σαρδέλες, αυγά, κάππαρη, αγγουράκια τουρσί, μαϊντανό, λάδι, ξύδι και μουστάρδα, όλα πολτοποιημένα και τοποθετημένα σε φορμάκια)
- μελιτζάνες τουρσί (αρχικά βράζουν και στη συνέχεια τοποθετούνται σε δοχείο με κρεμμύδια, πιπεριές, μαϊντανό, λάδι και σκόρδο)
- το σουκρούτ (λάχανο σε στρώσεις με αλάτι μέσα σε βαρέλι)
- τομάτες γεμιστές κρύες (με τόνο, σαρδέλες, αγγουράκια τουρσί, μαϊντανό κρεμμύδι, μαγιονέζα και λεμόνι)
- τομάτες σαλάτα
- τομάτες τουρσί (σε ειδικό δοχείο με ξύδι)
- πιπεριές τουρσί

Στο φούρνο:

- κολοκυθάκια ο-γκρατέν (πρώτα τηγανίζονται και στη συνέχεια τοποθετούνται στο φούρνο, με βούτυρο, αλεύρι, τυρί τριμμένο, γαλέτα και μπεσαμέλ)
- το μπριάμι (πατάτες, λάδι, κολοκυθάκια, μπάμιες, τομάτες, μαϊντανό, άνηθο και κρεμμύδι στο φούρνο)
- μελιτζάνες ιμάμ-μπαϊλντή (αρχικά τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται σε φούρνο με κρεμμύδι, τομάτες και λάδι)
- μελιτζάνες μουσακά (ιμιτασιόν) (αρχικά τηγανίζονται με λάδι και βούτυρο, και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο με στρώσεις τυριού, τέλος καλύπτονται με τομάτα πουρέ και αυγά χτυπημένα)
- μελιτζάνες παπουτσάκια (αρχικά τηγανίζονται σε λάδι και βούτυρο, και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο με κρεμμύδια, τομάτα, μαϊντανό και ζάχαρη και καλύπτονται με μπεσαμέλ)
- μελιτζάνες με πιπεριές (αρχικά τηγανίζονται με βούτυρο και λάδι, και στη συνέχεια ψήνονται στο φούρνο σε στρώσεις μαζί με στρώση τομάτας)
- μελιτζάνες σαλάτα (ψήνονται στο φούρνο και σερβίρονται με τομάτα, λάδι, ξύδι, ντομάτες, κρεμμύδι και μαϊντανό)
- πατάτες γεμιστές (στο φούρνο, με πουρέ, τυρί και βούτυρο)
- τομάτες γεμιστές νηστίσιμες (στο φούρνο με ρύζι, μαϊντανό, σταφίδες, λάδι, κρεμμύδια και κουκουνάρι)
- τομάτες γκλασέ (στο φούρνο με ζάχαρη και βούτυρο)
- τομάτες κομπόστα (σάλτσα) (στο φούρνο ξεφλουδισμένες με ζάχαρη και βούτυρο)
- σπανακόπιτα (με διάφορα χόρτα: άνηθο, μαϊντανό, φρέσκα κρεμμύδια κτλ., λάδι και φύλλα μπακλαβά)
- χορτόπιττα (σπανάκι, φρέσκα κρεμμυδάκια, άνηθο, μαϊντανό, τυρί φέτα, γάλα, βούτυρο, φύλλα μπακλαβά, κανέλα, μύρωνια, ζάχαρη, μπαχάρι)
- κουνουπίδι ο-γκρατέν (αφού βράσει ψήνεται στο φούρνο με στρώσεις τυριού και μπεσαμέλ)

κονσέρβας

- μανιτάρια του κουτιού

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ & ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ

Αμύγδαλα

- **η σκορδαλιά** (με σκόρδα, αμύγδαλα, πατάτα, λάδι και ξύδι)

Κάστανα

- κάστανα με κρέας (στην κατσαρόλα με δαμαλάκι, ζάχαρη, βούτυρο και αλατοπίπερο)
- κάστανα γκλασέ (βρασμένα και στη συνέχεια καθαρισμένα και τοποθετημένα ξανά στην κατσαρόλα με γάλα ή ζωμό κρέατος ή και σκέτο νερό και βούτυρο, ζάχαρη και αλατοπίπερο)
- κρέας με κάστανα (βουτυρο)
- κάστανα πουρέ (με γάλα και βούτυρο)
- γάλος γεμιστός με κάστανα (ετοιμάζεται ξεχωριστά η γέμιση-πολτός από κάστανα, κρεμμυδάκι, γάλα, κανέλλα, μαϊντανό, φρέσκο βούτυρο, γαλέτα και σταφίδες και στη συνέχεια γεμίζεται και ράβεται ο γάλος)
- χήνα γεμιστή (με κάστανα και μήλα, γάλα, βούτυρο, κουκουνάρια, κρεμμύδια, κανέλα, γαρύφαλλα)

Κουκουνάρια

- αρνάκι γεμιστό με ρύζι (στο φούρνο με σταφίδες και κουκουνάρια)

- στήθος μοσχαριού γεμιστό (με βούτυρο, γαλέτα, μαϊντανό, κουκουνάρια, κρεμμύδι, αυγό και γάλα)
- όρνιθα γεμιστή με κιμά
- λαχανοντολμάδες αυγολέμονο (με ρύζι, κρεμμύδι, μαύρες σταφίδες, κουκουνάρια, ασπράδι αυγού, άνηθο και μαϊντανό – αυγολέμονο: κρόκος αυγού, λεμόνι, βούτυρο, αλεύρι, γάλα)
- τομάτες γεμιστές νηστίσιμες (στο φούρνο με ρύζι, μαϊντανό, σταφίδες, λάδι, κρεμμύδια και κουκουνάρι)
- μύδια γεμιστά (με ρύζι, σταφίδες και κουκουνάρια)
- κοτολέττες στο χαρτί
- γκαλαντίνα πουλιών ζελέ (γεμιστό γαλόπουλο ή κοτόπουλο με αρνί, μοσχάρι, λαρδί, χοιρομέρι, ψωμί, τρούφες, κουκουνάρια και κονιάκ-ψήνεται στην κατσαρόλα τυλιγμένο σε πετσέτα)
- κοτόπουλα γεμιστά
- πιτσούνια γεμιστά
- χήνα γεμιστή (με κάστανα και μήλα, γάλα, βούτυρο, κουκουνάρια, κρεμμύδια, κανέλα, γαρύφαλλα)

ταχίνι

- ταχινόσουπα (πάστα ή ρύζι, νερό, ταχίνι, λεμόνι,)

Σταφίδες

- τομάτες γεμιστές νηστίσιμες (στο φούρνο με ρύζι, μαϊντανό, σταφίδες, λάδι, κρεμμύδια και κουκουνάρι)
- μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (με κρεμμύδια, τομάτες, λάδι, μαύρες σταφίδες – αφού γεμιστούν τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στην κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- μύδια γεμιστά (με ρύζι, σταφίδες και κουκουνάρια)
- ορτύκια ψητά με σταφύλια (με φέτες ψωμί τηγανητές και σταφίδες)
- αρνάκι γεμιστό με ρύζι (στο φούρνο με σταφίδες και κουκουνάρια)
- σπλήνα παραγεμιστή (στο φούρνο με ρύζι τσιγαρισμένο με κρεμμύδι και σκόρδο, μαϊντανό, τομάτα, σταφίδες και ρίγανη)
- γάλος γεμιστός με κάστανα

μήλα

- χήνα γεμιστή (με κάστανα και μήλα, γάλα, βούτυρο, κουκουνάρια, κρεμμύδια, κανέλα, γαρύφαλλα)

Δαμάσκηνα

- δαμάσκηνα με κρέας (στην κατσαρόλα με δαμαλάκι ή χοιρινό, ζάχαρη και βούτυρο)

Κυδώνια

- κυδώνια με κρέας (στην κατσαρόλα με βούτυρο, ζάχαρη και αλάτι)

Πράσινες ελιές

- λαγός στιφάδο με πράσινες ελιές
- πιτσούνια σαλμί με ελιές

ΛΙΠΗ

ΒΟΥΤΥΡΟ

Σάλτσες

- ισπανική σάλτσα (βούτυρο, αλεύρι, κρασί, πουρέ τομάτας)
- αγγλική σάλτσα (ζάχαρη, αυγό, γάλα, βανίλια)
- μπεσαμέλ

Κρέας

- κουνουπίδι με κρέας
- κυδώνια με κρέας
- μπάμιες με κρέας
- ροσμπίφ μακαρόνια
- το μπορς
- δαμαλάκι κατσαρόλας
- δαμάσκηνα με κρέας
- κάστανα με κρέας
- κόντρα φιλέτο κατσαρόλας
- λαιμός μοσχαριού μπιζέλια
- μοσχάρι καπαμά
- μοσχάρι κατσαρόλας
- μοσχάρι κατσαρόλας με πουρέ μπιζέλια
- μοσχάρι κατσαρόλας με πουρέ πατάτας
- μοσχάρι κοκκινιστό με σπαγέτο μοσχάρι με μπιζέλια
- μοσχάρι μπλάνκετ
- μπεγεντί
- μοσχάρι με τομάτες
- νουά μοσχαριού πρεντανιέρ
- πιλάφι τας κεμπάπ
- πλάτη αρνιού κοκκινιστή με κρασί (με βούτυρο και λεμόνι)
- κρεατόπιτα

- ροσμπίφ αγγλικό (με βούτυρο)
- στήθος μοσχαριού γεμιστό
- κοτολέτες στο χαρτί
- κοτολέτες πανέ στη σχάρα
- κροκέτες με κρέας
- κεφτέδες φρικασέ
- λαχανοντολμάδες με άσπρη σάλτσα
- σουτζουκάκια αυγολέμονο
- σουτζουκάκια σμυρναίικα
- κολοκυθάκια γεμιστά
- κεφτέδες πανέ
- κεφτέδες σάλτσα τομάτα
- κεφτέδες πανέ
- κεφτέδες σχάρας (με πάχος βοδινό, μαϊντανό, βούτυρο και ρίγανη)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα

- γλυκάδια βραστά
- γλυκάδια τηγανητά
- μυαλά με βούτυρο
- μυαλά με μαύρο βούτυρο
- εντόστια αρνιού α-λα-γκραίκα
- εντόστια αρνιού πικάντ
- εντόστια μοσχαριού με κνόντελ
- η μαγειρίτσα
- κεφαλή μοσχαρίσια αυγολέμονο
- κεφαλάκια αρνιού ψητά
- ποδαράκια μοσχαριού πανέ
- ποδαράκια αρνιού πανέ
- μυαλά σωτέ
- νεφρά σωτέ
- σηκωτάκια με σάλτσα

Πουλερικά και κυνήγια

- ζαρκάδι μαρινάτο (με βούτυρο- μαρινάρεται αρχικά με σκόρδο, αλεύρι, ξύδι, κρασί δενδρολίβανο και δάφνη)
- κοτόπουλα κατσαρόλας (με βούτυρο, κρεμμύδι, αλεύρι, κρασί, τομάτα πελτέ και μαϊντανό)

Λαχανικά

- αγκινάρες βούτυρο (στην κατσαρόλα)
- αντίδια βούτυρο
- αρακά με βούτυρο (στην κατσαρόλα)
- κολοκυθάκια βούτυρο γιαχνί (με κρεμμύδια, τομάτα, πελτέ και μαϊντανό)
- κουκιά με βούτυρο φρέσκο (στην κατσαρόλα με λεμόνι και στη συνέχεια περιχυμένα με φρέσκο βούτυρο)
- πατάτες βραστές βούτυρο
- λάχανο ξινό (σουκρούτ)

Ζυμαρικά

- μακαρόνια με βούτυρο φρέσκο (με παρμεζάνα)
- μακαρόνια παστίτσιο με κιμά
- μακαρόνια παστίτσιο οριαντάλ
- κανελόνια γεμιστά

ΛΑΔΙ

Κρέας

- κρέας βραστό σαλάτα
- κοτολέτες σοτέ (αλευρώνονται και τηγανίζονται και στη συνέχεια περιχύνονται με σάλτσα από βούτυρο ή λάδι και κρασί)
- σνίτσελ με κοκκινοπίπερο (περιχύνεται με σάλτσα από το λάδι, κρεμμύδι, γιαούρτι)
- μπιφτέκια μαρινάτα (μαρινάρονται με λάδι, πιπέρι, ρίγανη, κρεμμύδι, σέλινο και μαϊντανό)
- γουρουνόπουλο με λάδι (τηγανητό)
- κρεατόπιτα

Πουλερικά και κυνήγια

- ζαρκάδι μαρινάτο (σε πήλινη κατσαρόλα – μαρινάρεται αρχικά με πράσο, καρότα, σέλινο, σκόρδο, ξύδι και λάδι)
- λαγός στιφάδο (άλλος τρόπος- «Σαλμί») (χωρίς κρεμμυδάκια και μαρινάτα, με λάδι, ξύδι, δενδρολίβανο και μπαχαρικά)
- λαγός φούρνου (με κρεμμύδια, μαύρο κρασί, λάδι, ξύδι, ζάχαρη, τομάτα πελτέ, δάφνη, γαρύφαλλα και σκόρδο – αρχικά τηγανίζεται)

Ψάρια και θαλασσινά

- καλαμάρια γεμιστά (με κρεμμύδι, λάδι, ρύζι και μαϊντανό)
- κταπόδι στιφάδο (με κρεμμυδάκια, σκόρδο, δάφνη, πιπέρι, λάδι και ξύδι)
- σουπιές γιαχνί (με κρεμμύδια, λάδι, μαϊντανό και κρασί)

Λαχανικά

- αγκινάρες με λάδι (α-λα-πολίτα, στην κατσαρόλα)
- κολοκυθάκια γιαχνί με λάδι
- μελιτζάνες γεμιστές με ρύζι (με κρεμμύδια, τομάτες, λάδι, μαύρες σταφίδες – αφού γεμιστούν τηγανίζονται και στη συνέχεια ψήνονται στην κατσαρόλα ή στο φούρνο)
- κουνουπίδι σαλάτα (βραστό – σερβίρεται με λαδολέμονο)
- η κρεμμυδερή (σα σκορδαλιά με πατάτες, κρεμμύδια, λάδι και ξύδι)
- πατάτες σαλάτα (βραστές, με λαδόξιδο, κρεμμυδάκι και μαϊντανό)
- η σκορδαλιά (με σκόρδα, αμύγδαλα, πατάτα, λάδι και ξύδι)
- κουκιά με αγκινάρες (αγκυναροκούκια) (με λάδι, άνηθο, κρεμμύδια και λεμόνι στην κατσαρόλα)

ΛΙΠΟΣ

- κούλας από βοδινό ή μοσχάρι (με κόκκινο πιπέρι, ανθόγαλα ή και γάλα ή γιαούρτι, κρεμμύδια και λίπος)
- στιφάδο ουγγαρέζικο (με ξύδι, λίπος, κρεμμύδια, κόκκινο πιπέρι, κύμινο, μαντζουράνα και σκόρδο)
- κεφτέδες σχάρας (με πάχος βοδινό, μαϊντανό, βούτυρο και ρίγανη)

ΛΑΡΔΙ

- κούλας αυστριακό (με καπνιστό λαρδί, κρεμμύδια, ξύδι, κόκκινο πιπέρι, τομάτες, πατάτες, σκόρδο και κύμινο ή μαντζουράνα)
- γκαλαντίνα πουλιών ζελέ
- λαγός στιφάδο (μαρινάρεται με κρεμμύδι, σκόρδο, καρότο, σέλινο, πράσο, δάφνη, μαϊντανό, μπαχαρικά, ξύδι και λάδι – αρχικά τηγανίζεται και στη συνέχεια ψήνεται με κρεμμυδάκια, λαρδί ή μπέικον, τομάτα πουρέ, δάφνη, γαρύφαλλα, σέλινο, κρασί ή ξύδι)
- λαγός στιφάδο με πράσινες ελιές (μαρινάρεται με κρεμμύδι, σκόρδο, καρότο, σέλινο, πράσο, δάφνη, μαϊντανό, μπαχαρικά, ξύδι και λάδι – αρχικά τηγανίζεται και στη συνέχεια ψήνεται με πράσινες ελιές, λαρδί ή μπέικον, τομάτα πουρέ, δάφνη, γαρύφαλλα, σέλινο, κρασί ή ξύδι)
- γαλόπουλο σούβλας (ψήνεται με δεμένο λαρδί στο στήθος)
- κοτόπουλα σούβλας (ψήνονται με δεμένο λαρδί στο στήθος)
- λαγός ψητός στη σούβλα (με λαρδί δεμένο στην κοιλιά – σερβίρεται με σάλτσα από το συκώτι του, κρεμμύδια, βούτυρο, αλεύρι και μυρωδικά)
- πέρδικες ψητές (με λαρδί στο στήθος)
- λάχανο ξινό (σουκρούτ) (έτοιμο λάχανο ξινό, σπεκ ή λαρδί, καπνιστά λουκάνικα, γαρύφαλλο, δάφνη – σάλτσα: κρεμμυδάκι, βούτυρο και αλεύρι)

Παράρτημα 8: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής της Παντούλη Α., Αθήνα 1954

" Η Νέα και καλύτερη Μαγειρική ζαχαροπλαστική"

Ζωμοί

- Κονσομέ για αρρώστους
- Κονσομέ επιτραπέζιο

ΚΡΈΑΣ

Βραστό:

- *Βοδινό:*
- Κρέας βραστό βοδινό (χωρίς λιπαρή ύλη)
- Πηχτή από κρέας βωδινό ή από κόττα (1 οκά και 100 δρμ κρέας ψαχνό, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, 3 αυγά σφιχτά, 2 κολοκυθάκια, 18 φύλλα ζελατίνας, 1 ποτηράκι μαύρο κρασί, αλάτι, πιπέρι)

Χοιρινό:

- Χοιρινό βραστό(χωρίς λιπαρή ύλη)
- *Αρνί:*
- Αρνάκι βραστό (χωρίς λιπαρή ύλη)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Μαγειρίτσα πασχαλιάτικη (χωρίς λιπαρή ύλη, με αυγολέμονο)
- Πατσάς (χωρίς λιπαρή ύλη, με αυγολέμονο)
- Μυαλά με άσπρη σάλτσα (βράζονται και τα ρίχνουμε σε μπεσαμέλ, προσθέτουμε βούτυρο)
- Μυαλά με διάφορες σάλτσες (περιλούουμε με σάλτσα ταρταρ ή ότι άλλη σάλτσα θέλουμε)
- Μυαλά με βούτυρο
- Γλώσσα βραστή με σάλτσα ντομάτας (η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, και προσθέτουμε πράσινες ελιές)
- Χοιρινή κεφαλή πηχτή(χωρίς λιπαρή ύλη)
- Πιλάφι με μυαλά

Στη κατσαρόλα μαγειρεμένο με ή χωρίς λαχανικά:

Βοδινό:

- Τοκάνα Ρουμανέζικη (1οκά κρέας, 300δρμ. κρεμμύδια ξερά, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 6 δρμ. πελτέ, αλάτι, πιπέρι, πιπέρι κόκκινο)
- Κρέας με κυδώνια (1 κρέας, 1 ½ οκά κυδώνια, 50 δρμ. βούτυρο, 2 κουτάλια ζάχαρη, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Μοσχάρι καπαμά με τομάτα (1 οκά κρέας, 1 οκά ντομάτα φρέσκια στυμμένη, 60δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, ζάχαρη, μαϊντανό)
- Κρέας βιδέλο με διάφορα χόρτα (1οκά κρέας, ½ οκά πατάτες, 10 δρμ. φασολάκια, 100 δρμ. καρότα, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 15 δρμ τομάτες, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Πατάτες με κρέας από μοσχαράκι ή βιδέλο βούτυρο ή φυτίνη)
- Πάπρικα ουγγαρέζικο. (βούτυρο ή φυτίνη, κρεμμύδια, φλούδα λεμονιού, πάπρικα)
- Κρέας βιδέλο με μελιτζάνες (φυτίνη ή βούτυρο, τηγανίζουμε πρώτα τις μελιτζάνες σε λάδι ή βούτυρο)
- Ροσμπιφ με μακαρόνια (πελτές, μακαρόνια, παρμεζάνα, κρέας, βούτυρο, κανέλα ξύλο, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, κρασί)
- Φρικασέ αλ' ιταλιέν (βιδελίσιο ψαχνό, κρεμμύδια ξερά, βούτυρο γάλακτος, 1 αυγό, χυμό λεμονιού, άσπρο πιπέρι, αλάτι)
- Στιφάδο (βοδινό, βούτυρο, κρεμμυδάκια ξηρά, λάδι, ντομάτα ή πελτέ, δάφνη, δεντρολίβανο, σκόρδο, μπαχάρι, αλάτι)
- Κουνουπίδι με κρέας(βιδέλο, κουνουπίδι, φυτίνη, πελτέ ντομάτας, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας βοδινό με κάστανα(βοδινό χωρίς κόκαλα, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι)
- Ψητό κατσαρόλας με δαμάσκηνα (κρέας ψαχνό, βούτυρο ή φυτίνη, κρασί άσπρο, 8 μαύρα δαμάσκηνα γλυκά, αλάτι, πιπέρι)
- Ψητό βωδινό της κατσαρόλας(βούτυρο, κρέας, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι)
- Βιδέλο ή μοσχάρι ψητό της κατσαρόλας(κρέας, βούτυρο ή φυτίνη ή λάδι, άσπρο κρασί, πολτό ντομάτας)
- Φιλέτο ψητό με ζαμπόν(φιλέτο βοδινό, ζαμπόν σε φέτες, τυρί γραβιέρα, βούτυρο, κρασί μαδέρα)

Χοιρινό:

- Κρέας με σέλινο αυγολέμονο(1 οκά κρέας, 1 οκά σέλινο ρίζες, 50 δρμ. βούτυρο, 1 μέτριο κρεμμύδι, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Κρέας χοιρινό με ξερά φασόλια(χοιρινό, φασόλια ξερά, λίπος χοιρινού, πελτέ η πολτό ντομάτας, πιπέρι, αλάτι και κόκκινο πιπέρι)
- Πράσα με βωδινό ή χοιρινό κρέας(χοιρινό η βιδέλο, πράσα, τομάτα πελτές, βούτυρο, αλάτι και πιπέρι)
- Μπριζόλες χοιρινές με διάφορα χορταρικά(μπριζόλες, πατάτες, καρότα, λάχανο, 1 σελινόριζα, πολτό ντομάτας, 4 κρεμμύδια, κρασί άσπρο, βούτυρο, πελτές)

Αρνί:

- Αρνάκι με αντίδια αυγολέμονο(1 οκά κρέας, 2 οκάδες αντίδια, 50δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί με μπάμιαις (βούτυρο)
- Αρνάκι με αρακά(1 οκά κρέας, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 150δρμ. ντομάτες, 1 οκά αρακά, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι)
- Καπαμάς πατρινός από αρνάκι γάλακτος(βούτυρο, αυγολέμονο)
- Αρνί με μπιζέλια φρέσκα (φυτίνη ή βούτυρο, ντομάτα)
- Αρνάκι με φρέσκα φασολάκια(κρέας, φασολάκια, ντομάτες, βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνάκι με αγκινάρες αυγολέμονο(αρνί, αγκινάρες, βούτυρο, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί με κολοκυθάκια
- Φρικασέ αρνάκι γάλακτος με κρεμμυδάκια φρέσκα (αρνί γάλακτος, κρεμμυδάκια, βούτυρο, μαϊντανό, άνηθο, αλάτι και πιπέρι)
- Τασκεμπάμπ από αρνί ή μοσχαράκι(κρέας ψαχνό, κρεμμύδια, βούτυρο ή φυτίνη, άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι, κύμινο)
- Αρνί καπαμά(αρνί, φρέσκια ντομάτα, φυτίνη ή βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Αρνάκι γάλακτος ψητό κατσαρόλας (βούτυρο)
- Σπάλα αρνιού κοκκινιστή με κρασί (βούτυρο)
- Αντζέμ πιλάφι(1/2 οκά αρνί ψαχνό, 2 ποτήρια ρύζι, 4 ποτήρια νερό, 40 δρμ βούτυρο, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, πολτό φρέσκιας ντομάτας)

Κιμάς

- Κεφτεδάκια φρικασέ(κιμάς βοδινός, πάχος νεφρού, λάδι, κρεμμύδια, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι, 1 αυγό και λεμόνι)
- Σουτζουκάκια Σμυρναίικα (κιμά, ντομάτες, βούτυρο ή φυτίνη, αλάτι, πιπέρι, κύμινο, σκόρδο, μπαχάρι, μαϊντανό, ψωμί, άσπρο κρασί)
- Ντολμάδες τουρλού με κρέας αρνίσιο(μπούτι αρνίσιο, γλυκάδια, κρεμμύδι, ρύζι, μαϊντανό, βούτυρο, 2-3 μελιτζάνες, 4 κολοκυθάκια, 4 πιπεριές,)
- Ντολμάδες με αμπελόφυλλα(αρνί γάλακτος, ρύζι, αλάτι, πιπέρι, δυόσμο, κρεμμυδάκια φρέσκα, κρεμμύδι, βούτυρο)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο(κιμά από αρνίσιο κρέας, πάχος νεφρού, ρύζι, 1 αυγό, βούτυρο ή φυτίνη, 1 αυγό για το αυγολέμονο, ντομάτες)
- Ντολμάδες με λάχανο(κιμά ανάμεικτο με χοιρινό, λαρδί, ρύζι, λάχανο, πελτές, λεμόνι, λίπος χοιρινού, αλάτι, πιπέρι, μπαχάρι)
- Μελιτζάνες παραγεμιστές με κιμά(αρνίσιο κρέας, βούτυρο ή φυτίνη, ρύζι, ντομάτες, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι, μελιτζάνες)
- Κολοκυθάκια παραγεμιστά με κιμά(κιμάς αρνίσιος, κολοκυθάκια, βούτυρο, ρύζι, ντομάτα, 1 αυγό, λεμόνι, κρεμμύδι)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, ντομάτα, τυρί, βούτυρο ή λίπος)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι, αυγά)
- Πιλάφι με κιμά
- Πιλάφι με τάσκεμπάπ
- Αυγά ποσέ με κιμά(κιμάς, φρέσκια ντομάτα ή πελτέ, βούτυρο, 6-8 αυγά, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κότα παραγεμιστή με κιμά (500 δρμ. κιμά, 2κ. βούτυρο, 1 ποτήρι του κρασιού ανακατωμένο με κρασί και νερό, 2 κ. της σούπας κουκουνάρια, 1 κ. της σούπας σταφίδα μαύρη ψιλή, 1 κουταλάκι του γλυκού ντομάτα πελτέ, 1 μικρό κρεμμύδι, μαϊντανό, 8-10 κάστανα βρασμένα, 1 φλιτζάνι παξιμάδι ή γαλέτα, αλάτι, πιπέρι

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Πιλάφι με βοδινό νεφρό
- Γλώσσα με κάππαρη και ελιές(γλώσσα βοδινή, βούτυρο, αλεύρι, κάππαρη, πράσινες ελιές, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Σπλήνες παραγεμιστές (λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα)
- Πιλάφι με μυαλά

Στο φούρνο:

Βοδινό:

- Γιουβέτσι με μελιτζάνες (βούτυρο, ντομάτα, 3 πράσινες πιπεριές)
- Ροσμπίφ αλά αγγλαί (γλυκάνισο, βούτυρο, ή λίπος χοιρινό, σερβίρουμε με sauce Anglaise)

Χοιρινό:

- Χοιρινό ψητό (γλυκάνισο, πάχος χοιρινό, λεμόνι, sauce Anglaise)

Αρνί:

- Γιουβέτσι με αρακά (αρνάκι, ντομάτες, αρακά, βούτυρο)
- Γιουβέτσι με ρύζι (αρνάκι, ρύζι, ντομάτα, βούτυρο)
- Γιουβέτσι τουρλού πολίτικο (αρνί, βούτυρο ή φυτίνη, ζαρζαβατικά, ντομάτες, 4-5 κορόμηλα πράσινα ξινά)
- Γιουβέτσι με πατάτες (κρέας αρνίσιο, πατάτες, ντομάτες, βούτυρο)

Κιμάς

- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)
- Πατέ με κρέας χοιρινό(χοιρινό, λίπος χοιρινού, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κρασί, μαυροδάφνη, 4 αυγά)
- Ρουλό με κιμά (βωδινό και χοιρινό κιμά, λίπος χοιρινό ή βούτυρο, 4 αυγά βραστά, ψίχα ψωμιού με λίγο γάλα)
- Κεφτέδες στο φούρνο(κιμάς βοδινός, ντομάτες, βούτυρο)
- Παπουτσάκια μελιτζάνες με κιμά (τηγανίζουμε ελαφρώς τις μελιτζάνες, κιμάς με ντομάτα, μαϊντανό τηγανισμένο σε βούτυρο, γεμίζουμε τις μελιτζάνες, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Παπουτσάκια κολοκυθάκια με κιμά (μπεσαμελ, βούτυρο)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (κιμάς, μπεσαμελ, τηγανιτά κολοκυθάκια στην φυτίνη, παξιμάδι, βούτυρο, τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (βούτυρο, μελιτζάνες τηγανιτές σε βούτυρο ή λάδι, κιμάς, μπεσαμελ τυρί, γαλέτα)
- Μουσακάς με πατάτες(κιμάς, πάχος νεφρού, τηγανίζουμε τις πατάτες σε βούτυρο, μπεσαμελ, τυρί τριμμένο)
- Ντομάτες γεμιστές με κιμά (βούτυρο, ντομάτες, κιμάς, κρεμμύδια, μαϊντανός)
- Αγκινάρες γεμιστές με κιμά (μπεσαμελ, τριμμένο τυρί, αυγό, βούτυρο)
- Κρεατόπιτα (κιμάς χοιρινός και βοδινός, 6 αυγά, φύλλα, φυτίνη, βούτυρο)
- Παστίτσιο με κιμά χωρίς φύλλα (300 δρμ. μακαρόνια, ½ οκά κιμά, 75 δρμ. βούτυρο, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, 4 αυγά, 1 κρόκο για την μπεσαμέλ)
- Παστίτσιον με κιμά και φύλλον(1 οκά μακαρόνια, 360 δρμ. κιμά, 60 δρμ. βούτυρο, 5 αυγά, 12 φύλλα μπακλαβά, 40δρμ τυρί τριμμένο παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, αλάτι, πιπέρι)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- αντεράκια ριγανάτα(ρίγανη, λεμόνι, λάδι)
- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)
- κασολέττες με μυαλά (βούτυρο, ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά βρασμένα, τυρί τριμμένο παρμεζάνα)

Στο τηγάνι:

Βοδινό

- Σνίτσελ αλά βιενουάζ (αφού τις χτυπήσουμε, τις βουτάμε σε αυγό και παξιμάδι, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Βωδινές μπριζόλες με κρεμμύδι (χοιρινό πάχος)
- Φιλέτο αλά ρώσσα (φιλέτο από βόδι, βούτυρο, τηγανιτά αυγά)
- Φιλέτο αλά μαδέρα(φιλέτο βοδινό, βούτυρο, σβήνουμε με κρασί μαδέρα)
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό (βούτυρο ή φυτίνη, ζαμπόν, γάλα)
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)

Χοιρινό:

- Χοιρινές μπριζόλες πανέ (τηγανίζουμε σε λίπος χοιρινό)
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό
- Χοιρινες μπριζόλες με κρεμμύδια

Αρνί:

- Αρνίσιες κοτολέτες πανέ (βούτυρο)
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό(βούτυρο ή φυτίνη)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Μυαλά πανέ(βούτυρο)
- Κροκέτες με αυγά και μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)
- Ποδαράκια αρνίσια πανέ (τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Μεζεδάκια από εντόσθια αρνιού γάλακτος (βούτυρο)
- Συκωτάκια τηγανιτά (λάδι αλευρώνουμε τα συκωτάκια)
- Συκωτάκια μαρινάτα (λάδι)

Κιμάς

- Ομελέτα με κιμά (βούτυρο)
- Ομελέτα πολυκατοικία(7 αυγά, 30δρμ. Βούτυρο, 5-6 ντομάτες, 100 δρμ κιμά, 20 δρμ. φρέσκο βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Κροκέτες με κιμά (βούτυρο ή φυτίνη, παξιμάδι, κρεμμύδι, αυγά)
- Αυγά ποσέ με κιμά
- Κεφτέδες με σάλτσα ντομάτα (βούτυρο)
- Κεφτέδες τηγανιτοί(βοδινός κιμάς, πάχος από το νεφρό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, ρίγανη ή δυόσμο, βρεγμένο ψωμί, λάδι για τηγάνισμα)
- Πολπέτες με κιμά (κιμάς, 2 κρόκους, ψωμί με γάλα, φυτίνη, πάχος νεφρού)

Στη σχάρα:

Βοδινό:

- Σουτζουκάκια στη σχάρα (χωρίς λιπαρή ύλη)
- Μπριζόλες βοδινές στη σχάρα (ρίγανη)

- Φιλέτο αλ αγγλαί(φιλέτο βοδινό, βούτυρο, μουστάρδα, μαϊντανό ψιλοκομμένο)

Χοιρινό:

- Μπριζόλες χοιρινές στη σχάρα (ρίγανη)

Αρνί:

- Παιδάκια αρνίσια στη σχάρα (ρίγανη)
- Σουβλάκια αρνίσια (τα ψήνουμε στη σχάρα χωρίς λιπαρή ύλη)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Συκωτάκια στη σχάρα (χωρίς λιπαρή ύλη)

η σούβλα:

Αρνί:

- Αρνί στη σούβλα (σκόρδο, βούτυρο)

Εντόσθια και κατώτερα τμήματα του ζώου:

- Κοκορέτσι (2 μπόλιες, συκωταριά, γλυκάδια, 2 σπλήνες, λεμόνι, έντερα,)
- Σπληνάντερο (σπλήνες από αρνί, λεμόνι,)

Λουκάνικα

- Λουκάνικα τηγανιτά (πάχος χοιρινό,)
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)
- Μπουρεκάκια με λουκάνικα Φρανκφούρτης
- Λουκάνικα με βωδινό κρέας (μπούτι από βόδι, πάχος από νεφρό κίτρινο, σκόρδο, μπαχάρι, έντερα, τα γεμίζουμε, τα κρεμάμε)

Ζαμπόν

- Φιλέτο ψητό με ζαμπόν
- Αυγά τηγανιτά με ζαμπόν
- Ζαμπόν αλατισμένο (νίτρο)
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν
- Κροκέτες με ρύζι
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό (βούτυρο ή φυτίνη, ζαμπόν, γάλα)
- Σάντουιτς αυγά ζαμπόν ή πουλερικά
- Σάντουιτς με ζαμπόν(μουστάρδα, βούτυρο, ζαμπόν σε ρουλό, cream craker)
- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)
- Πιλάφι αλά μιλανέζα(5 ποτήρια ρύζι, 10 ποτήρια ζωμό από μια γαλοπούλα ή κόττα, 50 δρμ. ζαμπόν, λίγες τρούφες, μανιτάρια, 1 κουταλάκι ζαφορά, 50 δρμ. παρμεζάνα, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- κασολέττες με μυαλά (βούτυρο, ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά βρασμένα, τυρί τριμμένο παρμεζάνα)
- Σαρλότ με μακαρόνια (ζαμπόν, μακαρόνια, βούτυρο ή φυτίνη, τυρί παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Αυγά με ζαμπόν ή πουλερικά (βραστά αυγά, περνάμε τους κρόκους από μηχανή, προσθέτουμε βούτυρο, μαγιονέζα, αγγουράκι, ζαμπόν, γεμίζουμε τα αυγά, περιχύνουμε με μαγιονέζα)

μπέικον

- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)

Φουά γκρά από συκωτάκια αρνιού

- Σάντουιτς με φουά γκρα (παίρνουμε συκωτάκια από αρνί γάλακτος, τα βράζουμε, τα περνάμε από μηχανή κρέατος, προσθέτουμε βούτυρο, δουλευτούμε μέχρι να γίνουν σαν αλοιφή και κάνουμε σάντουιτς με κράκερ)

Ζελατίνα

- Πηχτή από κρέας βωδινό ή από κόττα (1 οκά και 100 δρμ κρέας ψαχνό, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, 3 αυγά σφιχτά, 2 κολοκυθάκια, 18 φύλλα ζελατίνας, 1 ποτηράκι μαύρο κρασί, αλάτι, πιπέρι)
- Ζελατίνα πρόχειρη (5 φύλλα ζελατίνας, 1κ. της σούπας κρασί άσπρο, 1 φλιτζάνι νερό, αλάτι, 1 παστίλια τετράγωνη σούπας έτοιμης)
- Χοιρινό βραστό(όταν κρυώσει το συνοδεύουμε με ξινό τραχανά ή τζελατίνα)

ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Βραστό:

- Κοτόπουλο βραστό(χωρίς λιπαρή ύλη)
- Γαλοπούλα βραστή ή και κόττα
- Πηχτή από κόττα
- Κοτόπουλα με μαγιονέζα(αυγά σφιχτά, μαγιονέζα, βραστό κοτόπουλο)
- Γαλοπούλα ή κότα πιλάφι άσπρο (βούτυρο, παρμεζάνα, πιλάφι, με το ζωμό από βράσιμο της γαλοπούλας)

Στη κατσαρόλα:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

- Κοτόπουλο με σάλτσα λεμόνι (2 κοτόπουλα μεγάλα, 2 κρεμμυδάκια, 2 ρίζες μαϊντανό, σέλινο, 3 κ. βούτυρο ή φυτίνη, 3 κ. αλεύρι, ½ φλιτζάνι γάλα, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι, αλάτι)

- Πουλιά με σάλτσα καρύδια (2 πουλιά μέτρια, ½ φλιτζάνι βούτυρο γάλακτος, 1 κρεμμύδι, 2 φλιτζάνια γάλα, 1 κ. της σούπας κόρν φλάουερ, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι άσπρο, ½ φλιτζάνι καρύδια)
- Κοτόπουλο ατζέμ πιλάφι(1 κοτόπουλο 300 δρμ., 50 δρμ. βούτυρο, 200 δρμ. ρύζι δηλαδή 2 ποτήρια, 4 ποτήρια νερό, 15 δρμ. ντομάτες ώριμες, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Κοτόπουλο ή κότα με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, σκόρδο, μαϊντανό, κοτόπουλο)
- Κοτόπουλο με τομάτες (βούτυρο, ντομάτες, κρασί αρετσίνωτο άσπρο)
- Κοτόπουλο με μπάμιες (300 δρμ. κοτόπουλο, 300 δρμ μπάμιες, 40 δρμ. βούτυρο, πιπέρι, μαϊντανό, 150 δρμ. ντομάτα φρέσκια, αλάτι, πιπέρι)
- Γαλοπούλα με ντομάτα (βούτυρο, ντομάτα, ζάχαρη)
- Γαλοπούλα φρικασέ (1 γαλοπούλα, 1 ½ οκά κρεμμύδια ξερά, 60 δρμ. βούτυρο, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι άσπρο, λεμόνι)
- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κότα παραγεμιστή με κιμά (500 δρμ. κιμά, 2κ. βούτυρο, 1 ποτήρι του κρασιού ανακατωμένο με κρασί και νερό, 2 κ. της σούπας κουκουνάρια, 1 κ. της σούπας σταφίδα μαύρη ψιλή, 1 κουταλάκι του γλυκού ντομάτα πελτέ, 1 μικρό κρεμμύδι, μαϊντανό, 8-10 κάστανα βρασμένα, 1 φλιτζάνι παξιμάδι ή γαλέτα, αλάτι, πιπέρι)
- Ταούκ-γκιοξού(1 όρνιθα μεγάλη, 300δρμ. γάλα, 1 φλιτζάνι ριζάλευρο, 1 φλιτζάνι ζάχαρη, άχνη ζάχαρη, ανθόνερο)
- Κοτόπουλο ψητό της κατσαρόλας (λεμόνι, βούτυρο)

Πουλιά

- Μπεκάτσες σαλμί (βούτυρο, αλεύρι, κρασί, κρασί, ντομάτα)
- Τρυγόνια κρασί (βούτυρο, αρετσίνωτο κρασί)
- Τρυγόνια με σάλτσα(βούτυρο, ντομάτα, κρασί αρετσίνωτο)
- Πιτσούνια με τομάτες(βούτυρο, ντομάτα, κρασί αρετσίνωτο)
- Πιτσούνια με κρασί(βούτυρο, αρετσίνωτο κρασί)
- Τσίχλες με σάλτσα τομάτα(βούτυρο, ντομάτα, ζάχαρη)

Ζώα

- Κουνέλι με λεμόνι (βούτυρο ή φυτίνη)
- Λαγός σαλμί αλά γκρέκα(1 ½ οκά λαγό, 100 δρμ λάδι, χυμός 1 λεμονιών, 1 μεγάλο σκόρδο, αλάτι, πιπέρι)
- Λαγός στυφάδο(1 οκά λαγό, 1 ½ οκά κρεμμύδια ξερά μικρά, 70 δρμ. λάδι, τομάτα πελτέ ή πολτό φρέσκιας τομάτας, 8-10 σκελίδες σκόρδο, δάφνη, δεντρολίβανο, αλάτι, πιπέρι. Το σκόρδο το αφήνουμε με τη φλούδα)

Στο φούρνο:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

Γιουβέτσι με πουλιά(1 πουλί 300 δρμ. έως 1 οκά, 40δρμ. βούτυρο, φαγητού, 2 κουτάλια βούτυρο φρέσκο, 2 μέτρια κρεμμύδια, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, 1 κουτάλι αλεύρι, μανιτάρια, αρακά, 3 κουταλιές πολτό φρέσκιας ντομάτας, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)

Κοτόπηττα

Στο τηγάνι:

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

Κοτόπουλο πανέ (πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τηγανίζουμε σε βούτυρο)

Στη σούβλα

Κοτόπουλο-γαλοπούλα

Κοτόπουλο στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)

Πουλιά

- Τρυγόνια στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Ορτύκια στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Πιτσούνια ψητά στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)

Στη σχάρα:

Πουλιά

- Πιτσούνια ψητά στη σχάρα σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)

ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Βραστά:

Ψάρια

- Ψάρι βραστό μεγάλο (λάδι, χορταρικά, νερό)
- Μπακαλιάρος ξερός βραστός(βράζουμε και σερβίρουμε με σκορδαλιά ή με χορταρικά και λάδι)
- Φέτα ψάρι με άσπρη σάλτσα (συναγρίδα ή σφυρίδα, λάδι, χορταρικά, βράζουμε το ψάρι, ετοιμάζουμε σάλτσα με γάλα, βούτυρο, αλεύρι, ζουμί)

Θαλασσινά

- Αστακός με σάλτσα (βράζουμε και σερβίρουμε με μαγιονέζα)
- Μεζές οχταπόδι φρέσκο (σερβίρουμε με λαδολέμονο, μουστάρδα)
- Γαρίδες βραστές (σερβίρουμε με λαδολέμονο, μουστάρδα)

Στη κατσαρόλα:

Ψάρια

- Μπακαλιάρος ξερός με σπανάκι (σπανάκι, κρεμμύδι, λάδι)
- Μπακαλιάρος γιαχνί ξερός(1 οκά μπακαλιάρος καθαρισμένος ξερός, 100 δρμ. κρεμμύδια, 40δρμ. λάδι, 1 μάτσο μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι, ξύδι)

Θαλασσινά

- Οχταπόδι κρασάτο ξερό ή χλωρό (λάδι, κρασί μαύρο, ντομάτα, κρεμμύδι)
- Οχταπόδι πιλάφι(λάδι, ρύζι, κρεμμύδι)
- Μύδια πιλάφι(λάδι, ρύζι, ντομάτα, κρεμμύδι)
- Σουπιές γιαχνί (κρεμμύδια, λάδι, κρασί άσπρο)
- Πιλάφι με γαρίδες(1/2 οκά γαρίδες, 2 ½ ποτήρια ρύζι, 5 ποτήρια νερό, 3 δρμ. λάδι, 2 κουταλάκια της σούπας πολτό φρέσκιας ντομάτας, 1κ. κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι)

Στο τηγάνι:

Ψάρια

- Ψάρια μαρινάτα (αφού τα μαρινάρουμε, τα τηγανίζουμε σε λάδι)
- Τσίροι τηγανιτοί(αλεύρι, λάδι)
- Ψάρια τηγανιτά(αλευρώνουμε, λάδι)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός ξερός(χυλό ή κουρκούτι, λάδι, σερβίρουμε με σκορδαλιά)
- Φιλέτο από ψάρι πανέ (βούτυρο, περιλούουμε με βούτυρο)
- Γλώσσες ψάρι τηγανιτές (βούτυρο ή φυτίνη)

Θαλασσινά

- Καλαμαράκια (λάδι, αλευρώνουμε)
- Μύδια τηγανιτά (αλεύρι, αυγό, λάδι)

Στο φούρνο:

Ψάρια

- Μαγιάτικο μικρό ψάρι (βάζουμε το ψάρι στο κεραμίδι, στύβουμε λεμόνια, και ψήνουμε στο φούρνο, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι)
- Γαύροι ριγανάτοι (λάδι, ρίγανη, σκόρδο, λεμόνι)
- Ψάρι γιαχνί στο φούρνο (1 οκά ψάρια, 300 δρμ κρεμμύδια, 50δρμ. λάδι καλό, 1 μάτσο μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, ντομάτα)

Στη σχάρα:

Ψάρια

- Μπαρμπούνια στο χαρτί (λαδόχαρτο)
- Ψάρι ψητό στη σχάρα(λάδι)

Παστά

- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)
- Αυγά γεμιστά με ρέγκα
- Σάντουιτς με σαρδέλες του βαρελιού (τις πλένουμε, τις καθαρίζουμε, τις κοπανάμε στο γουδί , προσθέτουμε βούτυρο ή βιτάμ και αλείφουμε τα κράκερ, προσθέτουμε και κάπαρη)
- ντομάτες γεμιστές γκλασέ (γεμίζουμε τις ντομάτες με τόνο του κουτιού, σαρδέλες παστές, ψίχα ντομάτας, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, ανακατώνουμε και

Κονσέρβας:

- σάντουιτς με σαρδέλες του κουτιού (τις καθαρίζουμε, τις λιώνουμε, προσθέτουμε βούτυρο ή βιταμ, και κάνουμε σάντουιτς με κράκερ)
- ντομάτες γεμιστές γκλασέ (γεμίζουμε τις ντομάτες με τόνο του κουτιού, σαρδέλες παστές, ψίχα ντομάτας, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, ανακατώνουμε και γεμίζουμε τις ντομάτες. Σερβίρουμε με βούτυρο και ελιές μαύρες)

Χαβιάρι

- Σάντουιτς με μαύρο χαβιάρια (χαβιάρι, βούτυρο, σάντουιτς με κρακεράκια)

Ταραμάς

- Ταραμοσαλάτα(50δρμ. ταραμάς, 20 δρμ ψωμί, 70 δρμ. λάδι, ψιλοκομμένο μαϊντανό, λεμόνι, 1 κ. της σούπας κρεμμύδι ψιλοκομμένο)
- Σάντουιτς με ταραμά (λάδι, λεμόνι, ταραμάς, cream craker)

ΑΥΓΑ

Βραστά:

- Αυγά ποσέ με κιμά (κιμάς, φρέσκια ντομάτα ή πελτέ, βούτυρο ή φυτίνη, 6-8 αυγά, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Αυγά ποσέ με πουρέ σπανάκι (γάλα, βούτυρο, σπανάκι, σπάμε τα αυγά σε βραστό νερό, όταν ασπρίσουν τα τραβάμε, τα σερβίρουμε με τον πουρέ)
- Αυγά ποσέ με πουρέ πατάτα (πατάτες, 6 αυγά, βούτυρο, ξύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Αυγά βραστά
- Σαλάτα Ρώσικη (4 αυγά σφιχτά, πατάτες, φασόλια ξερά, φασόλια πράσινα, παντζάρια, αγγουράκι τουρσί, κάππαρη, μουστάρδα, ξύδι, σάλτσα μαγιονέζα)

- Πηχτή από κρέας βωδινό ή από κόττα (1 οκά και 100 δρμ κρέας ψαχνό, 4 καρότα, 4 κρεμμύδια, 3 αυγά σφιχτά, 2 κολοκυθάκια, 18 φύλλα ζελατίνας, 1 ποτηράκι μαύρο κρασί, αλάτι, πιπέρι)
- κασολέττες με μυαλά (βούτυρο, ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά βρασμένα, τυρί τριμμένο παρμεζάνα)
- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)
- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)
- Ρουλό με κιμά (βωδινό και χοιρινό κιμά, λίπος χοιρινό ή βούτυρο, 4 αυγά βραστά, ψίχα ψωμιού με λίγο γάλα)
- Αυγά γεμιστά με ρέγκα (ανακατεύουμε τη ρέγκα με αγγουράκια τουρσί, τους κρόκους από τα σφιχτά αυγά, μαγιονέζα, πουρέ πατάτας, τα δουλεύουμε όλα μαζί και γεμίζουμε τα αυγά, τα παγώνουμε και σερβίρουμε)
- Αυγά με ζαμπόν ή πουλερικά (βραστά αυγά, περνάμε τους κρόκους από μηχανή, προσθέτουμε βούτυρο, μαγιονέζα, αγγουράκι, ζαμπόν, γεμίζουμε τα αυγά, περιχύνουμε με μαγιονέζα)
- Σάντουιτς με αυγά σφιχτά (βούτυρο, αυγά σφιχτά αντί για ψωμί προτείνει κράκερς Παπαδοπούλου

Στο φούρνο:

- Σουφλέ με τυρί φέτα γλυκειά (αλεύρι, φέτα, βούτυρο, μαρέγκα και κρόκοι αυγών,

Στο τηγάνι:

- Αυγά τηγανιτά με ζαμπόν (βούτυρο)
- Αυγά με τυρί φέτα γλυκιά (βούτυρο)
- Ντομάτες με αυγά(βούτυρο)
- Ομελέτα με κρεμμύδι(βούτυρο)
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες, 6-8 αυγά, λιωμένο βούτυρο ή φυτίνη για να τηγανίσουμε τις πατάτες, αλάτι, πιπέρι)
- Ομελέτα με ντομάτα (6 αυγά, 1 ντομάτα, 25 δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Ομελέτα με τυρί παρμεζάνα ή γραβιέρα (6 αυγά, 25 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ, τυρί τριμμένο, αλάτι)
- Ομελέτα με κολοκυθάκια (100δρμ κολοκυθάκια, 5 αυγά, 25 δρμ βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Ομελέτα με κιμά (βούτυρο)
- Ομελέτα πολυκατοικία(7 αυγά, 30δρμ. Βούτυρο, 5-6 ντομάτες, 100 δρμ κιμά, 20 δρμ. φρέσκο βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Φιλέτο αλά ρώσσα (φιλέτο από βόδι, βούτυρο, τηγανιτά αυγά)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)

ΟΣΠΡΙΑ

Στη κατσαρόλα

- Ρεβίθια γιαχνί (λάδι, ντομάτα)
- Σούπα ρεβίθια (λάδι)
- Σούπα φακές (κρεμμύδι, ρίγανη, λάδι, ή βούτυρο με κρουτόν)
- Φακή σωτέ (βούτυρο)
- Σούπα φασόλια ξερά(λάδι)
- Σαλάτα από ξερά φασόλια (λάδι)
- Κρέας χοιρινό με ξερά φασόλια
- Πουρέ φασόλια ξερά (βούτυρο, ο πουρές αυτός σερβίρεται με βωδινές ή χοιρινές μπριζόλες τηγανιτές με βούτυρο)
- Σωτέ με ξερά φασόλια (βούτυρο)
- Σαλάτα Ρώσικη(4 αυγά σφιχτά, πατάτες, φασόλια ξερά, φασόλια πράσινα, παντζάρια, αγγουράκι τουρσί, κάππαρη, μουστάρδα, ξύδι, σάλτσα μαγιονέζα)
- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΆ

Γάλα

- Σάλτσα μπεσαμελ (βούτυρο ή φυτίνη, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους)
- Σάλτσα για ψάρι βραστό ή και κρέας (βούτυρο, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους, ζουμί ψαριού, ξυνό λεμονιού)
- Πουλιά με σάλτσα καρύδια (2 πουλιά μέτρια, ½ φλιτζάνι βούτυρο γάλακτος, 1 κρεμμύδι, 2 φλιτζάνια γάλα, 1 κ. της σούπας κόρν φλάουερ, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι άσπρο, ½ φλιτζάνι καρύδια)
- Κοτόπουλο με σάλτσα λεμόνι (2 κοτόπουλα μεγάλα, 2 κρεμμυδάκια, 2 ρίζες μαϊντανό, σέλινο, 3 κ. βούτυρο ή φυτίνη, 3 κ. αλεύρι, ½ φλιτζάνι γάλα, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι, αλάτι)
- Σούπα κρέμα κρεμμυδάκια
- Σούπα με αλεύρι για 2 άτομα(αλεύρι, φυτίνη, νερό, γάλα, τηγανίζουμε φέτες ψωμιού με φυτίνη, τις κόβουμε μικρά κομμάτια τετράγωνα και τις ρίχνουμε στη σουπιέρα)
- Πατατόσουπα (γάλα, βούτυρο, πατάτες, κρεμμύδια)
- Ντοματόσουπα (μπεσαμέλ, με γάλα βούτυρο, παρμεζάνα, κρακεράκια, πολτό ντομάτας)

- Μυαλά με άσπρη σάλτσα (βράζονται και τα ρίχνουμε σε μπεσαμέλ, προσθέτουμε βούτυρο)
- Φέτα ψάρι με άσπρη σάλτσα (συναγρίδα ή σφυρίδα, λάδι, χορταρικά, βράζουμε το ψάρι, ετοιμάζουμε σάλτσα με γάλα, βούτυρο, αλεύρι, ζουμί)
- Τυρόπιτα (φύλλα ζαχαροπλαστικής, φέτα γλυκιά, βούτυρο, αυγά, μπεσαμέλ)
- Αγκινάρες γεμιστές με κιμά (μπεσαμελ, τριμμένο τυρί, αυγό, βούτυρο)
- Μπουρεκάκια με σπανάκι(για τα κρέπ, 2 αυγά, 100 δρμ. γάλα, όσο αλεύρι θα χρειαστεί για τον χυλό, λάδι για να τηγανίσουμε τα κρέπ)
- Πιροσκί(1 οκά και 100 δρμ. αλεύρι, 10 δρμ. μαγιά ψωμιού, 150 δρμ. γάλα, 3 κρόκους αυγών, 3 κ. της σούπας βούτυρο, 2 κ. της σούπας λάδι, 1 κουταλάκι αλάτι, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Πιλάφι με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, γάλα, 3 κρόκους, τυρί)
- Πιλάφι στο φούρνο (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγό)
- Αγγινάρες ω γκραταίν (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγά, τυρί)
- Μακαρόνια ω γκραταίν (παρμεζάνα ή κασέρι, βούτυρο ή βιτάμ, μπεσαμελ)
- Κολοκυθάκια ω γκραταίν (βούτυρο ή βιτάμ, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ω γκραταίν (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ)
- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)
- Μελιτζάνες πουρέ(1 οκά μελιτζάνες, 2 κ. της σούπας βούτυρο, 1 φλιτζάνι γάλα, αλάτι, πιπέρι)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)
- Σπανάκι πουρέ
- Πουρέ πατάτες
- Αυγά ποσέ με κιμά (κιμάς, φρέσκια ντομάτα ή πελτέ, βούτυρο ή φυτίνη, 6-8 αυγά, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Αυγά ποσέ με πουρέ σπανάκι (γάλα, βούτυρο, σπανάκι, σπάμε τα αυγά σε βραστό νερό, όταν ασπρίσουν τα τραβάμε, τα σερβίρουμε με τον πουρέ)
- Αυγά ποσέ με πουρέ πατάτα (πατάτες, 6 αυγά, βούτυρο, ξύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν
- Μπουρεκάκια με μυαλά
- Μπουρεκάκια με λουκάνικα Φρανκφούρτης (βούτυρο τυρί παρμεζάνα, μπεσαμελ, λουκάνικα Φρανκφούρτης, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Πατατοκεφτέδες στο φούρνο
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό
- Κροκέτες με αυγά και μυαλά
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό (βούτυρο ή φυτίνη, ζαμπόν, γάλα)
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)
- Παστίτσιο με κιμά χωρίς φύλλα
- Σαρλότ με μακαρόνια (ζαμπόν, μακαρόνια, βούτυρο ή φυτίνη, τυρί παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Παπουτσάκια μελιτζάνες με κιμά (τηγανίζουμε ελαφρώς τις μελιτζάνες, κιμάς με ντομάτα, μαϊντανό τηγανισμένο σε βούτυρο, γεμίζουμε τις μελιτζάνες, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Παπουτσάκια κολοκυθάκια με κιμά (μπεσαμελ, βούτυρο)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (κιμάς, μπεσαμελ, τηγανιτά κολοκυθάκια στην φυτίνη, παξιμάδι, βούτυρο, τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (βούτυρο, μελιτζάνες τηγανιτές σε βούτυρο ή λάδι, κιμάς, μπεσαμελ τυρί, γαλέτα)
- Μουσακάς με πατάτες((κιμάς, πάχος νεφρού, τηγανίζουμε τις πατάτες σε βούτυρο, μπεσαμελ, τυρί τριμμένο)
- Πατάτες μπισκότα του φούρνου (βιτάμ ή λίπος χοιρινό, 1 αυγό, ζεστό γάλα, μπεικιν παουντερ, αλεύρι, πατάτες)
- σπαράγγια (βράζουμε καις σερβίρουμε με μπεσαμελ, την οποία αραιώνουμε με κρέμα γάλακτος)

Τυρί

- Σάντουιτς με τυρί ροκφόρ
- Αγκινάρες γεμιστές με κιμά (μπεσαμελ, τριμμένο τυρί, αυγό, βούτυρο)
- Αυγά με τυρί φέτα γλυκειά
- Ομελέτα με τυρί παρμεζάνα ή γραβιέρα
- Σάντουιτς με τυρί ψητό (βούτυρο, κράκερ, φέτα λιωμένη, βάζουμε στο φούρνο)
- Σάντουιτς με τυρί πανέ (γραβιέρα ή κασέρι, βουτάμε σε αυγό και σε γαλέτα, τηγανίζουμε σε βούτυρο, αλείφουμε τα cream crakers με βούτυρο, βάζουμε από πάνω 1 κομμάτι τυρί)
- Σάντουιτς με τυρί ροκφόρ (βούτυρο, τυρί ροκφόρ, κράκερς παπαδοπούλου)
- Φιλέτο ψητό με ζαμπόν(φιλέτο βοδινό, ζαμπόν σε φέτες, τυρί γραβιέρα, βούτυρο, κρασί μαδέρα)
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)
- Ραβιόλια
- Πιλάφι με ντομάτε γκλασέ

- Πιλάφι με αρακά
- Πιλάφι με άσπρη σάλτσα
- Πιλάφι αλά Μιλανέζα
- Πιλάφι με κιμά
- Πιλάφι με ζουμί γαλοπούλας ή κόττας (δεν βάζουμε βούτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι με βωδινό νεφρό
- Σούπα με λάχανο και τυρί
- ντοματόσουπα
- Σουφλέ με φέτα τυρί(75 δρμ. τυρί φέτα γλυκειά, 6 αυγά, 30δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Πατατοκεφτέδες στο φούρνο(1 κουτάλι της σούπας παρμεζάνα τριμμένη)
- Λαζάνια με τυρί παρμεζάνα
- Παστίτσιο με φέτα γλυκειά
- Παστίτσιο ρουλό(100 δρμ ψιλά μακαρόνια, 50 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ. τυρί παρμεζάνα, 2 αυγά, αλάτι, πιπέρι, 5 φύλλα μπακλαβά)
- Παστίτσιο με κιμά χωρίς φύλλα
- Παστίτσιο με κιμά και φύλλον
- Σαρλότ με μακαρόνια
- Σουφλέ με τυρί φέτα γλυκειά
- κασολέττες με μυαλά (βούτυρο, ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά βρασμένα, τυρί τριμμένο παρμεζάνα)
- Κασολέττες με ψάρι
- Αγγινάρες ω γκραταίν (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγά, τυρί)
- Μακαρόνια ω γκραταίν (παρμεζάνα ή κασέρι, βούτυρο ή βιτάμ, μπεσαμελ)
- Κολοκυθάκια ω γκραταίν (βούτυρο ή βιτάμ, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ω γκραταίν (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ)
- Κοτόπηττα
- Τυρόπηττα
- Σπανακόπηττα
- Μπουρεκάκια με λουκάνικα Φρανκφούρτης (βούτυρο τυρί παρμεζάνα, μπεσαμελ, λουκάνικα Φρανκφουρτης, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με ζαμπόν (μπεσαμελ, ζαμπόν, βούτυρο ή φυτίνη, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με μυαλά (φύλλα ζαχαροπλαστικής, βούτυρο, παρμεζάνα, μπεσαμελ)
- Μπουρεκάκια με σπανάκι
- Πιλάφι στο φούρνο(3 ποτήρια ρύζι, 6 ποτήρια νερό, 3 κ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι άσπρο, τυρί παρμεζάνα, μπεσαμέλ)
- Πανέ γραβιέρα ή κασέρι φρέσκο (παξιμάδι, αυγά, βούτυρο, τηγανίζουμε)
- Τυρί στο σαχάνι (βούτυρο, τηγανίζουμε τυριά)
- Σάντουιτς με τυρί πανέ
- Κροκέτες με ρύζι (τυρί παρμεζάνα ή κασέρι)
- Κολοκυθοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε βούτυρο ή λάδι)
- Πατατοκεφτέδες (τυρί, αυγό, τηγανίζουμε σε λάδι ή φυτίνη)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, ντομάτα, τυρί, βούτυρο ή λίπος)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (κιμάς, μπεσαμελ, τηγανιτά κολοκυθάκια στην φυτίνη, παξιμάδι, βούτυρο, τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (βούτυρο, μελιτζάνες τηγανιτές σε βούτυρο ή λάδι, κιμάς, μπεσαμελ τυρί, γαλέτα)
- Μουσακάς με πατάτες((κιμάς, πάχος νεφρού, τηγανίζουμε τις πατάτες σε βούτυρο, μπεσαμελ, τυρί τριμμένο)

Κρέμα γάλακτος

- Σούπα κρέμα με ρύζι(γάλα ή κρέμα γάλακτος)
- σπαράγγια (βράζουμε καις σερβίρουμε με μπεσαμελ, την οποία αραιώνουμε με κρέμα γάλακτος)

Γιαούρτι

- Σούπα ντομάτα(ντομάτα, ρυζάλευρο, μισό κεσέ γιαούρτι, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΆ

Ψωμί ή κράκερ

- Σάντουιτς με αυγά σφιχτά
- Σάντουιτς με τυρί πανέ
- Σάντουιτς με ζαμπόν
- Σάντουιτς με μαύρο χαβιάρι
- Σάντουτις με τυρί ροκφορ
- Σάντουιτς με ταραμά
- Σάντουιτς με σαρδέλες βαρελιού
- Σάντουιτς με σαρδέλες του κουτιού
- Σάντουιτς με φουα γκρά

- Σάντουιτς με τυρί ψημένο

Παξιμάδι

- Κροκέτες με ρύζι
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό
- Κροκέτες με αυγά και μυαλά
- Κροκέτες με κιμά
- Σουφλέ με τυρί φέτα φρέσκια γλυκειά
- Σνίτσελ αλά βιενουάζ
- Χοιρινές μπριζόλες πανέ
- Αρνίσιες κοτολέτες πανέ
- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κόττα παραγεμιστή με κιμά
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί
- Μουσακάς κολοκυθάκια
- Πανέ γραβιέρα ή κασέρι φρέσκο
- Ποδαράκια αρνίσια πανέ
- Κουνουπίδι πανέ
- Πιλάφι στο φούρνο

Αλεύρι

- Παστίτσιον με κιμά και φύλλον(1 οκά μακαρόνια, 360 δρμ. κιμά, 60 δρμ. βούτυρο, 5 αυγά, 12 φύλλα μπακλαβά, 40δρμ τυρί τριμμένο παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, αλάτι, πιπέρι)
- Παστίτσιο ρουλό(100 δρμ ψιλά μακαρόνια, 50 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ. τυρί παρμεζάνα, 2 αυγά, αλάτι, πιπέρι, 5 φύλλα μπακλαβά)
- Πιροσκί (1 οκά και 100 δρμ. αλεύρι, 10 δρμ. μαγιά ψωμιού, 150 δρμ. γάλα, 3 κρόκους αυγών, 3 κ. της σούπας βούτυρο, 2 κ. της σούπας λάδι, 1 κουταλάκι αλάτι, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Μαμαλίγκα Ρουμανέζικη (μπομπόταΤεργέστης, 100 δρμ. αλεύρι, 150 -200δρμ. νερό, 40 δρμ βούτυρο, αλάτι)
- Παστίτσιο με φέτα γλυκιά (1/2 οκά μακαρόνια μέτρια ή χονδρά, 150δρμ. τυρί φέτα γλυκιά, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 4 αυγά, 12 φύλλα του μπακλαβά, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Κρεατόπιτα (κιμάς χοιρινός και βοδινός, 6 αυγά, φύλλα, φυτίνη, βούτυρο)
- Κοτόπηττα (παρμεζάνα, βούτυρο, φύλλα, κότα, κρεμμύδια, 4 αυγά)
- Τυρόπιτα (φύλλα ζαχαροπλαστικής, φέτα γλυκιά, βούτυρο, αυγά, μπεσαμέλ)
- Σπανακόπιτα (λάδι, φύλλα, κρεμμύδι, σπανάκι, τυρί τριμμένο κασέρι ή κεφαλοτύρι, άνηθο, μυρώνια)
- Μπουρεκάκια με λουκάνικα Φρανκφούρτης (βούτυρο τυρί παρμεζάνα, μπεσαμελ, λουκάνικα Φρανκφουρτης, λίπος χοιρινό, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με ζαμπον (μπεσαμελ, ζαμπόν, βούτυρο ή φυτίνη, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με μυαλά (φύλλα ζαχαροπλαστικής, βούτυρο, παρμεζάνα, μπεσαμελ)
- Μπουρεκάκια με σπανάκι(για τα κρέπ, 2 αυγά, 100 δρμ. γάλα, όσο αλεύρι θα χρειαστεί για τον χυλό, λάδι για να τηγανίσουμε τα κρέπ)
- Νιόκι με πατάτες(1 αυγό, ½ οκά πατάτες, 1 ½ φλιτζάνι έως 2 αλεύρι, 30 δρμ. βούτυρο, ½ οκά ντομάτα)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι, αυγά)
- Πατάτες μπισκότα του φούρνου (βιτάμ ή λίπος χοιρινό, 1 αυγό, ζεστό γάλα, μπέικιν πάουντερ, αλεύρι, πατάτες)

Σιμιγδάλι

- σούπα σιμιγδάλι (βούτυρο, σιμιγδάλι, νερό)
- Ταούκ-γκιοξού(1 όρνιθα μεγάλη, 300δρμ. γάλα, 1 φλιτζάνι ριζάλευρο, 1 φλιτζάνι ζάχαρη, άχνη ζάχαρη, ανθόνερο)

Ρύζι

- Γιαλαντζή ντολμάδες με αμπελόφυλλα(λάδι)
- Ντολμάδες με λάχανο νηστίσιμες(λάδι, ντομάτες ή πελτέ, κουκουνάρια, σταφίδα μαύρη)
- Ντολμάδες τουρλού με κρέας αρνίσιο
- Ντολμάδες με λάχανο
- Ντολμάδες με αμπελόφυλλα (βούτυρο)
- Σπανακόρυζο (λάδι)
- Ντομάτες γεμιστές με λάδι (γεμίζουμε εκτός από ντομάτες και μερικές πιπεριές, ρύζι, ζάχαρη, λάδι, κρεμμύδια)
- Κολοκυθάκια γεμιστά λαδερά ή με βούτυρο
- Μελιτζάνες παραγεμιστές λαδερές ή με βούτυρο ή φυτίνη
- Κοτόπουλο ατζέμ πιλάφι (1 κοτόπουλο 300 δρμ., 50 δρμ. βούτυρο, 200 δρμ. ρύζι δηλαδή 2 ποτήρια, 4 ποτήρια νερό, 15 δρμ. ντομάτες ώριμες, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Σούπα κρέμα με ρύζι
- Μαγειρίτσα πασχαλιάτικη
- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)

- Σούπα αυγολέμονο με ρύζι(βούτυρο ή φυτίνη)
- Ψαρόσουπα (ζωμό από βρασμένο ψάρια, αυγολέμονο, ρύζι, λάδι)
- Γαλοπούλα βραστή (κάνουμε σούπα από το βράσιμο της γαλοπούλας με ρύζι και αυγολέμονο)
- Πιλάφι με ντομάτες γκλασέ (βούτυρο, τριμμένο τυρί)
- Πιλάφι με αρακά (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Οκταπόδι πιλάφι
- Πιλάφι με γαρίδες(1/2 οκά γαρίδες, 2 ½ ποτήρια ρύζι, 5 ποτήρια νερό, 3 δρμ. λάδι, 2 κουταλάκια της σούπας πολτό φρέσκιας ντομάτας, 1κ. κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι)
- Πιλάφι με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, γάλα, 3 κρόκους, τυρί)
- Αντζέμ πιλάφι(1/2 οκά αρνί ψαχνό, 2 ποτήρια ρύζι, 4 ποτήρια νερό, 40 δρμ βούτυρο, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, πολτό φρέσκιας ντομάτας)
- Πιλάφι αλά μιλανέζα (5 ποτήρια ρύζι, 10 ποτήρια ζωμό από μια γαλοπούλα ή κόττα, 50 δρμ. ζαμπόν, λίγες τρούφες, μανιτάρια, 1 κουταλάκι ζαφορά, 50 δρμ. παρμεζάνα, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Πιλάφι με κιμά (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι με τάσκεμπάπ (αρνάκι ή μοσχάρι ψαχνό, βούτυρο, κρεμμύδι, πολτό φρέσκιας ντομάτας, κρασί, πιλάφι ρύζι)
- Πιλάφι με ζουμί γαλοπούλας ή κόττας (δεν βάζουμε βουτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι με βωδινό νεφρό (βούτυρο, ντομάτα, τυρί τριμμένο)
- Πιλάφι σκέτο με φρέσκια ντομάτα (4 κ. της σούπας λάδι ή φυτίνη, 2 ποτήρια νερό, 1 ποτήρι ρύζι, αλάτι, πιπέρι, 1 κρεμμύδι, 150 δρμ. ντομάτα)
- Πιλάφι με μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)
- Γιουβέτσι με ρύζι (αρνάκι, ρύζι, ντομάτα, βούτυρο)
- Πιλάφι στο φούρνο (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγό)
- Κροκέτες με ρύζι (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, ζαμπόν, παξιμάδι κοπανισμένο)

Μακαρόνια

- Παστίτσιο ρουλό(100 δρμ ψιλά μακαρόνια, 50 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ. τυρί παρμεζάνα, 2 αυγά, αλάτι, πιπέρι, 5 φύλλα μπακλαβά)
- Λαζάνια με τυρί παρμεζάνα
- Παστίτσιο με κιμά χωρίς φύλλα (300 δρμ. μακαρόνια, ½ οκά κιμά, 75 δρμ. βούτυρο, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, 4 αυγά, 1 κρόκο για την μπεσαμέλ)
- Παστίτσιον με κιμά και φύλλον(1 οκά μακαρόνια, 360 δρμ. κιμά, 60 δρμ. βούτυρο, 5 αυγά, 12 φύλλα μπακλαβά, 40δρμ τυρί τριμμένο παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, αλάτι, πιπέρι)
- Σαρλότ με μακαρόνια (ζαμπόν, μακαρόνια, βούτυρο ή φυτίνη, τυρί παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Παστίτσιο με φέτα γλυκιά (1/2 οκά μακαρόνια μέτρια ή χονδρά, 150δρμ. τυρί φέτα γλυκειά, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 4 αυγά, 12 φύλλα του μπακλαβά, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, ντομάτα, τυρί, βούτυρο ή λίπος)
- Ραβιόλια
- Αρνάκι βραστό
- Ροσμπιφ με μακαρόνια (πελτές, μακαρόνια, παρμεζάνα, κρέας, βούτυρο, κανέλα ξύλο, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, κρασί)
- Μακαρόνια ω γκραταίν (παρμεζάνα ή κασέρι, βούτυρο ή βιτάμ, μπεσαμελ)

Τραχανάς

- Χοιρινό βραστό(όταν κρυώσει το συνοδεύουμε με ξινό τραχανά ή τζελατίνα)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ωμά

- Σαλάτα από ωμά αντίδια (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα μαρούλια (ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)
- Σαλάτα ανάμικτη (πιπεριά πράσινη, ντομάτες, αγγουράκια, ελιές μαύρες, κρεμμύδι λάδι, ξύδι)
- Σαλάτα από ωμά καρότα (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα από λάχανο ωμό(λάδι, λεμόνι, μουστάρδα)
- Αγγουροντοματοσαλάτα(ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)
- Ντομάτες γεμιστές γκλασέ (μαγιονέζα, τόνος, σαρδέλες παστές, αγγουράκι τουρσί)

Βραστά:

- Πατατόσουπα (γάλα, βούτυρο, πατάτες, κρεμμύδια)
- Σούπα με πατάτα (βούτυρο ή βιτάμ, τηγανίζουμε φέτες ψωμιού σε λάδι, αν θέλουμε σερβίρουμε με ωμό λάδι και λεμόνι)
- Ντοματόσουπα (μπεσαμέλ, με γάλα βούτυρο, παρμεζάνα, κρακεράκια, πολτό ντομάτας)
- Σούπα ντομάτα (ρυζάλευρο, ½ κεσέ γιαούρτι, βούτυρο)
- Σούπα κρέμα κρεμμυδάκια (κρεμμύδια, μπεσαμελ με γάλα 2 κρόκους, βούτυρο, μπισκότα κράκερ)
- Σούπα με λάχανο και τυρί (βουτυρο, κρεμμύδι, λάχανο, παρμεζάνα, κρουτόν)

- Χορτόσουπα (με ψωμάκια κρουτόν, βάζουμε και το λάδι ωμό ή αν θέλουμε αντί λάδι βάζουμε Φυτίνη που είναι καλύτερη και θρεπτικότερη)
- Σούπα μπιζέλια ξερά (κρεμμύδι, βράζουμε, ωμό λάδι ή φυτίνη η οποία είναι καλύτερη, κρουτόν)
- Σαλάτα λάχανο βραστό(λεμόνι, λάδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα πατάτες (λάδι, μαϊντανό, ξύδι, κρεμμύδι)
- Αγκινάρες βραστές (λεμόνι, λάδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα κολοκυθάκια (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)
- Σαλάτα από αμπελοφάσουλα (λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ξύδι)
- Σαλάτα βραστά ραδίκια (λάδι, λεμόνι, έτσι κάνουμε για τα βλίτα και τα σέσκουλα)
- Σαλάτα παντζάρια (ξύδι, λάδι)
- Σαλάτα ρώσσικη (μουστάρδα, μαγιονέζα, φασόλια ξερά, πατάτες, φασόλια πράσινα, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά)
- Σαλάτα μελιτζάνες
- σαλάτα κουνουπίδι(λάδι, λεμόνι)
- σάλτσα ντομάτα φρέσκια για ψητό ή για βραστό(ντομάτες, ζάχαρη, αλάτι, διατηρείται στο ψυγείο)
- σπαράγγια (βράζουμε καις σερβίρουμε με μπεσαμελ, την οποία αραιώνουμε με κρέμα γάλακτος)
- Σκορδαλιά με πατάτα (πατάτες, λάδι, ξύδι, σκόρδο)

Στη κατσαρόλα:

- Σπανακόρυζο(1/2 οκά σπανάκι, 2 φλιτζάνια ρύζι, 4 φλιτζάνια νερό, 1 κρεμμύδι, 6κ. της σούπας λάδι, αλάτι, πιπέρι)
- Σπανάκι πουρέ
- σάλτσα ντομάτα νηστίσιμη (πολτό ντομάτας, λάδι, πιπέρι, κανέλα ζάχαρη)
- Σπανάκι σωτέ (βούτυρο)
- Πατάτες πουρέ
- Πατάτες σωτέ (βούτυρο)
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα
- Πατάτες με βούτυρο ή βιτάμ
- Πατάτες με κρεμμύδια (πατάτες, κρεμμύδια, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Νιόκι με πατάτες(1 αυγό, ½ οκά πατάτες, 1 ½ φλιτζάνι έως 2 αλεύρι, 30 δρμ. βούτυρο, ½ οκά ντομάτα)
- Αρακάς γιαχνί με το λάδι
- Αρακάς με βούτυρο ή φυτίνη
- Αρακά σωτέ (βούτυρο ή φυτίνη)
- κουνουπίδι γιαχνί (λάδι)
- Λάχανο με βούτυρο
- Ντολμάδες με λάχανο
- Ντολμάδες με λάχανο νηστίσιμες
- Αγκινάρες λαδολέμονο
- Αγκινάρες αλα πολίτα (λάδι, άνηθο)
- μπάμιες με το λάδι
- μπάμιες βουτύρου ή με φυτίνη
- Σωτέ φασολάκια φρέσκα (βούτυρο)
- Φασόλια φρέσκα με λάδι
- Ιμάμ μπαιλντί (10 μελιτζάνες, ½ οκά κρεμμύδια, μισό κεφάλι σκόρδο, μαϊντανό, 150 δρμ. ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, λάδι για τηγάνισμα των μελιτζανών)
- Μελιτζάνες λαδερές αλά πολίτα
- Μελιτζάνες παραγεμιστές λαδερές ή με βούτυρο ή με φυτίνη (ρύζι, ντομάτα, λάδι, αν τις κάνουμε με βούτυρο τις σερβίρουμε ζεστές, αν τις κάνουμε με λάδι, κρύες)
- Μελιτζάνες πουρέ(1 οκά μελιτζάνες, 2 κ. της σούπας βούτυρο, 1 φλιτζάνι γάλα, αλάτι, πιπέρι)
- Κολοκυθάκια γεμιστά λαδερά ή με βούτυρο (με ρύζι, λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα)
- Καρότα σωτέ (βράζουν με νερό, τα σοτάρουμε με βούτυρο)

Στο φούρνο:

- Πατάτες μπισκότα του φούρνου (βιτάμ ή λίπος χοιρινό, 1 αυγό, ζεστό γάλα, μπεικιν παουντερ, αλεύρι, πατατες)
- Πατατοκεφτέδες στο φούρνο (βούτυρο ή βιτάμ)
- Ντομάτες γεμιστές με λάδι (γεμίζουμε εκτός από ντομάτες και μερικές πιπεριές, ρύζι, ζάχαρη, λάδι, κρεμμύδια)
- Ντομάτες γκλασέ (ζάχαρη, βούτυρο)
- Αγγινάρες ω γκραταίν (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγά, τυρί)
- Κολοκυθάκια ω γκραταίν (βούτυρο ή βιτάμ, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ω γκραταίν (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ)

- Σπανακόπηττα(3 οκάδες σπανάκι, 1 κρεμμύδι, 1 μάτσο άνηθο, 100 δρμ μυρώνια, 100 δρμ. λάδι, 4 αυγά, 25 δρμ. τυρί, κασέρι ή κεφαλοτύρι, αλάτι, πιπέρι)
- Σαλάτα από πιπεριές πράσινες (λάδι, ξύδι, ελιές μαύρες)

Στο τηγάνι:

- Πατάτες τηγανιτές με λάδι ή βούτυρο φυτίνη
- Πατατοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή φυτίνη)
- Μελιτζάνες τηγανιτές (λάδι ή φυτίνη)
- Κολοκυθάκια τηγανιτά (λάδι ή βούτυρο)
- Αγγκινάρες πανέ (τηγανίζουμε με βουτυρο ή φυτίνη)
- Κουνουπίδι πανέ (τηγανίζουμε σε καυτό λάδι ή βούτυρο)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)
- Κολοκυθοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο, τυρί τριμμένο, 2 αυγά, γαλέτα, κολοκυθάκια)

Τουρσί

- Ντομάτες γεμιστές γκλασέ (μαγιονέζα, τόνος, σαρδέλες παστές, αγγουράκι τουρσί)
- Σαλάτα ρώσσικη (μουστάρδα, μαγιονέζα, φασόλια ξερά, πατάτες, φασόλια πράσινα, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά)
- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)
- Αυγά γεμιστά με ρέγκα (ανακατεύουμε τη ρέγκα με αγγουράκια τουρσί, τους κρόκους από τα σφιχτά αυγά, μαγιονέζα, πουρέ πατάτας, τα δουλεύουμε όλα μαζί και γεμίζουμε τα αυγά, τα παγώνουμε και σερβίρουμε)
- Αυγά με ζαμπόν ή πουλερικά (βραστά αυγά, περνάμε τους κρόκους από μηχανή, προσθέτουμε βούτυρο, μαγιονέζα, αγγουράκι, ζαμπόν, γεμίζουμε τα αυγά, περιχύνουμε με μαγιονέζα)

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Καρύδια

- Πουλιά με σάλτσα καρύδια(2 πουλιά μέτρια, ½ φλιτζάνι βούτυρο, 1 κρεμμύδι, 2 φλιτζάνια γάλα, 1 κουτάλι της σούπας κορν φλάουρ, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι άσπρο, ½ φλιτζάνι καρύδια)

Κουκουνάρια

- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κόττα παραγεμιστή με κιμά
- Πατέ με κρούστα
- Ντολμάδες με λάχανο νηστίσιμες

Κάστανα

- Κρέας βοδινό με κάστανα(βοδινό χωρίς κόκαλα, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι)
- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κότα παραγεμιστή με κιμά (500 δρμ. κιμά, 2κ. βούτυρο, 1 ποτήρι του κρασιού ανακατωμένο με κρασί και νερό, 2 κ. της σούπας κουκουνάρια, 1 κ. της σούπας σταφίδα μαύρη ψιλή, 1 κουταλάκι του γλυκού ντομάτα πελτέ, 1 μικρό κρεμμύδι, μαϊντανό, 8-10 κάστανα βρασμένα, 1 φλιτζάνι παξιμάδι ή γαλέτα, αλάτι, πιπέρι)

Σταφίδες

- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κόττα παραγεμιστή με κιμά
- Ντολμάδες με λάχανο νηστίσιμες

Κυδώνια

- Κρέας με κυδώνια(1 κρέας, 1 ½ οκά κυδώνια, 50 δρμ. βούτυρο, 2 κουτάλια ζάχαρη, αλάτι, άσπρο πιπέρι)

Δαμάσκηνα

- Ψητό κατσαρόλα με δαμάσκηνα

Ελιές

- Γλώσσα με κάππαρη και ελιές
- Γλώσσα βραστή με σάλτσα ντομάτας (η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, και προσθέτουμε πράσινες ελιές)
- Σαλάτα από πιπεριές πράσινες (λάδι, ξύδι, ελιές μαύρες)
- Σαλάτα μαρούλια (ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)
- Σαλάτα ανάμικτη (πιπεριά πράσινη, ντομάτες, αγγουράκια, ελιές μαύρες, κρεμμύδι λάδι, ξύδι)
- Αγγουροντοματοσαλάτα(ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)

ΛΙΠΗ-ΕΛΑΙΑ

Ελαιόλαδο

- σάλτσα για ψάρι ψητό ή για βραστό κρέας(λάδι, λεμόνι, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι)
- σάλτσα ντομάτα νηστίσιμη (πολτό ντομάτας, λάδι, πιπέρι, κανέλα ζάχαρη)
- σάλτσα μουστάρδα (λάδι, λεμόνι, μουστάρδα, μαϊντανό, τη σερβίρουμε με βοδινή γλώσσα)
- σάλτσα μαγιονέζα (λάδι, 3-4 κρόκους, λεμόνι)
- σώς ταρτάρ (μαγιονέζα, αγγουράκια τουρσί, ξύδι)
- Στιφάδο (βοδινό, βούτυρο, κρεμμυδάκια ξηρά, λάδι, ντομάτα ή πελτέ, δάφνη, δεντρολίβανο, σκόρδο, μπαχάρι, αλάτι)
- Βιδέλο ή μοσχάρι ψητό της κατσαρόλας(κρέας, βούτυρο ή φυτίνη ή λάδι, άσπρο κρασί, πολτό ντομάτας)

- Κεφτεδάκια φρικασέ(κιμάς βοδινός, πάχος νεφρού, λάδι, κρεμμύδια, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι, 1 αυγό και λεμόνι)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι, αυγά)
- Σπλήνες παραγεμιστές (λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα)
- Μουσακάς μελιτζάνες (βούτυρο, μελιτζάνες τηγανιτές σε βούτυρο ή λάδι, κιμάς, μπεσαμελ τυρί, γαλέτα)
- αντεράκια ριγανάτα(ρίγανη, λεμόνι, λάδι)
- Συκωτάκια τηγανιτά (λάδι αλευρώνουμε τα συκωτάκια)
- Συκωτάκια μαρινάτα (λάδι)
- Κεφτέδες τηγανιτοί(βοδινός κιμάς, πάχος από το νεφρό, κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, ρίγανη ή δυόσμο, βρεγμένο ψωμί, λάδι για τηγάνισμα)
- Λαγός σαλμί αλά γκρέκα(1 ½ οκά λαγό, 100 δρμ λάδι, χυμός 1 λεμονιών, 1 μεγάλο σκόρδο, αλάτι, πιπέρι)
- Λαγός στυφάδο(1 οκά λαγό, 1 ½ οκά κρεμμύδια ξερά μικρά, 70 δρμ. λάδι, τομάτα πελτέ ή πολτό φρέσκιας τομάτας, 8-10 σκελίδες σκόρδο, δάφνη, δεντρολίβανο, αλάτι, πιπέρι. Το σκόρδο το αφήνουμε με τη φλούδα)
- Ψάρι βραστό μεγάλο (λάδι, χορταρικά, νερό)
- Μπακαλιάρος ξερός βραστός(βράζουμε και σερβίρουμε με σκορδαλιά ή με χορταρικά και λάδι)
- Φέτα ψάρι με άσπρη σάλτσα (συναγρίδα ή σφυρίδα, λάδι, χορταρικά, βράζουμε το ψάρι, ετοιμάζουμε σάλτσα με γάλα, βούτυρο, αλεύρι, ζουμί)
- Αστακός με σάλτσα (βράζουμε και σερβίρουμε με μαγιονέζα)
- Μεζές οχταπόδι φρέσκο (σερβίρουμε με λαδολέμονο, μουστάρδα)
- Γαρίδες βραστές (σερβίρουμε με λαδολέμονο, μουστάρδα)
- Μπακαλιάρος ξερός με σπανάκι (σπανάκι, κρεμμύδι, λάδι)
- Μπακαλιάρος γιαχνί ξερός(1 οκά μπακαλιάρος καθαρισμένος ξερός, 100 δρμ. κρεμμύδια, 40δρμ. λάδι, 1 μάτσο μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι, ξύδι)
- Οχταπόδι κρασάτο ξερό ή χλωρό (λάδι, κρασί μαύρο, ντομάτα, κρεμμύδι)
- Οχταπόδι πιλάφι(λάδι, ρύζι, κρεμμύδι)
- Μύδια πιλάφι(λάδι, ρύζι, ντομάτα, κρεμμύδι)
- Σουπιές γιαχνί (κρεμμύδια, λάδι, κρασί άσπρο)
- Ψάρια μαρινάτα (αφού τα μαρινάρουμε, τα τηγανίζουμε σε λάδι)
- Τσίροι τηγανιτοί(αλεύρι, λάδι)
- Ψάρια τηγανιτά(αλευρώνουμε, λάδι)
- Μπακαλιάρος τηγανιτός ξερός(χυλό ή κουρκούτι, λάδι, σερβίρουμε με σκορδαλιά)
- Καλαμαράκια (λάδι, αλευρώνουμε)
- Μύδια τηγανιτά (αλεύρι, αυγό, λάδι)
- Μαγιάτικο μικρό ψάρι (βάζουμε το ψάρι στο κεραμίδι, στύβουμε λεμόνια, και ψήνουμε στο φούρνο, σερβίρουμε με λάδι, λεμόνι)
- Γαύροι ριγανάτοι (λάδι, ρίγανη, σκόρδο, λεμόνι)
- Ψάρι γιαχνί στο φούρνο (1 οκά ψάρια, 300 δρμ κρεμμύδια, 50δρμ. λάδι καλό, 1 μάτσο μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, ντομάτα)
- Μπαρμπούνια στο χαρτί (λαδόχαρτο)
- Ψάρι ψητό στη σχάρα(λάδι)
- Ταραμοσαλάτα(50δρμ. ταραμάς, 20 δρμ ψωμί, 70 δρμ. λάδι, ψιλοκομμένο μαϊντανό, λεμόνι, 1 κ. της σούπας κρεμμύδι ψιλοκομμένο)
- Σάντουιτς με ταραμά (λάδι, λεμόνι, ταραμάς, cream craker)
- Ρεβίθια γιαχνί (λάδι, ντομάτα)
- Σούπα ρεβίθια (λάδι)
- Σούπα φακές (κρεμμύδι, ρίγανη, λάδι, ή βούτυρο με κρουτόν)
- Σούπα φασόλια ξερά(λάδι)
- Σαλάτα από ξερά φασόλια (λάδι)
- Μπουρεκάκια με σπανάκι(για τα κρέπ, 2 αυγά, 100 δρμ. γάλα, όσο αλεύρι θα χρειαστεί για τον χυλό, λάδι για να τηγανίσουμε τα κρέπ)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι)
- Ψαρόσουπα (ζωμό από βρασμένο ψάρια, αυγολέμονο, ρύζι, λάδι)
- Σαλάτα από ωμά αντίδια (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα μαρούλια (ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)
- Σαλάτα ανάμικτη (πιπεριά πράσινη, ντομάτες, αγγουράκια, ελιές μαύρες, κρεμμύδι λάδι, ξύδι)
- Σαλάτα από ωμά καρότα (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα από λάχανο ωμό(λάδι, λεμόνι, μουστάρδα)
- Αγγουροντοματοσαλάτα(ελιές μαύρες, ξύδι, λάδι)
- Σούπα με πατάτα (βούτυρο ή βιτάμ, τηγανίζουμε φέτες ψωμιού σε λάδι, αν θέλουμε σερβίρουμε με ωμό λάδι και λεμόνι)
- Χορτόσουπα (με ψωμάκια κρουτόν, βάζουμε και το λάδι ωμό ή αν θέλουμε αντί λάδι βάζουμε Φυτίνη που είναι καλύτερη και θρεπτικότερη)

- Σούπα μπιζέλια ξερά (κρεμμύδι, βράζουμε, ωμό λάδι ή φυτίνη η οποία είναι καλύτερη, κρουτόν)
- Σαλάτα λάχανο βραστό(λεμόνι, λάδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα πατάτες (λάδι, μαϊντανό, ξύδι, κρεμμύδι)
- Αγκινάρες βραστές (λεμόνι, λάδι, μουστάρδα)
- Σαλάτα κολοκυθάκια (λάδι, λεμόνι)
- Σαλάτα μποέμ(καρότα βραστά, πατάτες βραστές, ρέγκα, αγγουράκια τουρσί, κάππαρη, φακές και φασόλια ξερά βρασμένα, παντζάρια βρασμένα, μαϊντανό, μαγιονέζα, αλάτι, πιπέρι, ξύδι, αυγά βραστά)
- Σαλάτα από αμπελοφάσουλα (λάδι, μαϊντανό, σκόρδο, ξύδι)
- Σαλάτα βραστά ραδίκια (λάδι, λεμόνι, έτσι κάνουμε για τα βλίτα και τα σέσκουλα)
- Σαλάτα παντζάρια (ξύδι, λάδι)
- Σαλάτα ρώσσικη (μουστάρδα, μαγιονέζα, φασόλια ξερά, πατάτες, φασόλια πράσινα, αγγουράκια τουρσί, αυγά σφιχτά)
- Σαλάτα μελιτζάνες
- σαλάτα κουνουπίδι(λάδι, λεμόνι)
- Σκορδαλιά με πατάτα (πατάτες, λάδι, ξύδι, σκόρδο)
- Σπανακόρυζο(1/2 οκά σπανάκι, 2 φλιτζάνια ρύζι, 4 φλιτζάνια νερό, 1 κρεμμύδι, 6κ. της σούπας λάδι, αλάτι, πιπέρι)
- σάλτσα ντομάτα νηστίσιμη (πολτό ντομάτας, λάδι, πιπέρι, κανέλα ζάχαρη)
- Αρακάς γιαχνί με το λάδι
- κουνουπίδι γιαχνί (λάδι)
- Ντολμάδες με λάχανο νηστίσιμες
- Αγκινάρες λαδολέμονο
- Αγκινάρες αλα πολίτα (λάδι, άνηθο)
- μπάμιες με το λάδι
- Φασόλια φρέσκα με λάδι
- Ιμάμ μπαιλντί (10 μελιτζάνες, ½ οκά κρεμμύδια, μισό κεφάλι σκόρδο, μαϊντανό, 150 δρμ. ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, λάδι για τηγάνισμα των μελιτζανών)
- Μελιτζάνες λαδερές αλά πολίτα
- Μελιτζάνες παραγεμιστές λαδερές ή με βούτυρο ή με φυτίνη (ρύζι, ντομάτα, λάδι, αν τις κάνουμε με βούτυρο τις σερβίρουμε ζεστές, αν τις κάνουμε με λάδι, κρύες)
- Κολοκυθάκια γεμιστά λαδερά ή με βούτυρο (με ρύζι, λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα)
- Ντομάτες γεμιστές με λάδι (γεμίζουμε εκτός από ντομάτες και μερικές πιπεριές, ρύζι, ζάχαρη, λάδι, κρεμμύδια)
- Σπανακόπηττα(3 οκάδες σπανάκι, 1 κρεμμύδι, 1 μάτσο άνηθο, 100 δρμ μυρώνια, 100 δρμ. λάδι, 4 αυγά, 25 δρμ. τυρί, κασέρι ή κεφαλοτύρι, αλάτι, πιπέρι)
- Σαλάτα από πιπεριές πράσινες (λάδι, ξύδι, ελιές μαύρες)
- Πατάτες τηγανιτές με λάδι ή βούτυρο φυτίνη
- Πατατοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή φυτίνη)
- Μελιτζάνες τηγανιτές (λάδι ή φυτίνη)
- Κολοκυθάκια τηγανιτά (λάδι ή βούτυρο)
- Κουνουπίδι πανέ (τηγανίζουμε σε καυτό λάδι ή βούτυρο)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)
- Κολοκυθοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο, τυρί τριμμένο, 2 αυγά, γαλέτα, κολοκυθάκια)

Φυτίνη

- Σάλτσα μπεσαμελ (βούτυρο ή φυτίνη, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους)
- Τοκάνα Ρουμανέζικη (1οκά κρέας, 300δρμ. κρεμμύδια ξερά, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 6 δρμ. πελτέ, αλάτι, πιπέρι, πιπέρι κόκκινο)
- Κρέας βιδέλο με διάφορα χόρτα (1οκά κρέας, ½ οκά πατάτες, 10 δρμ. φασολάκια, 100 δρμ. καρότα, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 15 δρμ τομάτες, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Πατάτες με κρέας από μοσχαράκι ή βιδέλο βούτυρο ή φυτίνη)
- Πάπρικα ουγγαρέζικο. (βούτυρο ή φυτίνη, κρεμμύδια, φλούδα λεμονιού, πάπρικα)
- Κρέας βιδέλο με μελιτζάνες (φυτίνη ή βούτυρο, τηγανίζουμε πρώτα τις μελιτζάνες σε λάδι ή βούτυρο)
- Κουνουπίδι με κρέας(βιδέλο, κουνουπίδι, φυτίνη, πελτέ ντομάτας, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας βοδινό με κάστανα(βοδινό χωρίς κόκαλα, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι)
- Ψητό κατσαρόλας με δαμάσκηνα (κρέας ψαχνό, βούτυρο ή φυτίνη, κρασί άσπρο, 8 μαύρα δαμάσκηνα γλυκά, αλάτι, πιπέρι)
- Βιδέλο ή μοσχάρι ψητό της κατσαρόλας(κρέας, βούτυρο ή φυτίνη ή λάδι, άσπρο κρασί, πολτό ντομάτας)
- Αρνάκι με αρακά(1 οκά κρέας, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 150δρμ. ντομάτες, 1 οκά αρακά, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί με μπιζέλια φρέσκα (φυτίνη ή βούτυρο, ντομάτα)
- Τασκεμπάμπ από αρνί ή μοσχαράκι(κρέας ψαχνό, κρεμμύδια, βούτυρο ή φυτίνη, άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι, κύμινο)

- Αρνί καπαμά(αρνί, φρέσκια ντομάτα, φυτίνη ή βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Σουτζουκάκια Σμυρναίικα (κιμά, ντομάτες, βούτυρο ή φυτίνη, αλάτι, πιπέρι, κύμινο, σκόρδο, μπαχάρι, μαϊντανό, ψωμί, άσπρο κρασί)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο(κιμά από αρνίσιο κρέας, πάχος νεφρού, ρύζι, 1 αυγό, βούτυρο ή φυτίνη, 1 αυγό για το αυγολέμονο, ντομάτες)
- Μελιτζάνες παραγεμιστές με κιμά(αρνίσιο κρέας, βούτυρο ή φυτίνη, ρύζι, ντομάτες, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι, μελιτζάνες)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (κιμάς, μπεσαμελ, τηγανιτά κολοκυθάκια στην φυτίνη, παξιμάδι, βούτυρο, τυρί)
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό (βούτυρο ή φυτίνη, ζαμπόν, γάλα)
- Κροκέτες με αυγά και μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)
- Κροκέτες με κιμά (βούτυρο ή φυτίνη, παξιμάδι, κρεμμύδι, αυγά)
- Κοτόπουλο με σάλτσα λεμόνι (2 κοτόπουλα μεγάλα, 2 κρεμμυδάκια, 2 ρίζες μαϊντανό, σέλινο, 3 κ. βούτυρο ή φυτίνη, 3 κ. αλεύρι, ½ φλιτζάνι γάλα, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι, αλάτι)
- Κουνέλι με λεμόνι (βούτυρο ή φυτίνη)
- Γλώσσες ψάρι τηγανιτές (βούτυρο ή φυτίνη)
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες, 6-8 αυγά, λιωμένο βούτυρο ή φυτίνη για να τηγανίσουμε τις πατάτες, αλάτι, πιπέρι)
- Παστίτσιο με φέτα γλυκιά (1/2 οκά μακαρόνια μέτρια ή χονδρά, 150δρμ. τυρί φέτα γλυκιά, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 4 αυγά, 12 φύλλα του μπακλαβά, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Κρεατόπιτα (κιμάς χοιρινός και βοδινός, 6 αυγά, φύλλα, φυτίνη, βούτυρο)
- Μπουρεκάκια με ζαμπον (μπεσαμελ, ζαμπόν, βούτυρο ή φυτίνη, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι, αυγά)
- Σούπα αυγολέμονο με ρύζι(βούτυρο ή φυτίνη)
- Πιλάφι με ντομάτες γκλασέ (βούτυρο, τριμμένο τυρί)
- Πιλάφι με αρακά (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι σκέτο με φρέσκια ντομάτα (4 κ. της σούπας λάδι ή φυτίνη, 2 ποτήρια νερό, 1 ποτήρι ρύζι, αλάτι, πιπέρι, 1 κρεμμύδι, 150 δρμ. ντομάτα)
- Πιλάφι με μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)
- Κροκέτες με ρύζι (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, ζαμπόν, παξιμάδι κοπανισμένο)
- Σαρλότ με μακαρόνια (ζαμπόν, μακαρόνια, βούτυρο ή φυτίνη, τυρί παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Μακαρόνια ω γκραταίν (παρμεζάνα ή κασέρι, βούτυρο ή βιτάμ, μπεσαμελ)
- Σούπα με πατάτα (βούτυρο ή βιτάμ, τηγανίζουμε φέτες ψωμιού σε λάδι, αν θέλουμε σερβίρουμε με ωμό λάδι και λεμόνι)
- Πατάτες με βούτυρο ή βιτάμ
- Αρακάς με βούτυρο ή φυτίνη
- Αρακά σωτέ (βούτυρο ή φυτίνη)
- μπάμιες βουτύρου ή με φυτίνη
- Μελιτζάνες παραγεμιστές λαδερές ή με βούτυρο ή με φυτίνη (ρύζι, ντομάτα, λάδι, αν τις κάνουμε με βούτυρο τις σερβίρουμε ζεστές, αν τις κάνουμε με λάδι, κρύες)
- Πατατοκεφτέδες στο φούρνο (βούτυρο ή βιτάμ)
- Κολοκυθάκια ω γκραταίν (βούτυρο ή βιτάμ, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ω γκραταίν (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ)
- Πατάτες τηγανιτές με λάδι ή βούτυρο φυτίνη
- Πατατοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή φυτίνη)
- Μελιτζάνες τηγανιτές (λάδι ή φυτίνη)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)

Βούτυρο

- Σάλτσα μπεσαμελ (βούτυρο ή φυτίνη, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους)
- Σάλτσα ολλανδέζα για ψάρι (βούτυρο, 4 κρόκους, ξύδι)
- Σάλτσα για ψάρι βραστό ή και κρέας (βούτυρο, γάλα, αλεύρι, 2 κρόκους, ζουμί ψαριού, ξυνό λεμονιού)
- Μυαλά με άσπρη σάλτσα (βράζονται και τα ρίχνουμε σε μπεσαμέλ, προσθέτουμε βούτυρο)
- Μυαλά με βούτυρο
- Γλώσσα βραστή με σάλτσα ντομάτας (η σάλτσα γίνεται με βούτυρο, και προσθέτουμε πράσινες ελιές)
- Τοκάνα Ρουμανέζικη (1οκά κρέας, 300δρμ. κρεμμύδια ξερά, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 6 δρμ. πελτέ, αλάτι, πιπέρι, πιπέρι κόκκινο)
- Κρέας με κυδώνια (1 κρέας, 1 ½ οκά κυδώνια, 50 δρμ. βούτυρο, 2 κουτάλια ζάχαρη, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Μοσχάρι καπαμά με τομάτα (1 οκά κρέας, 1 οκά ντομάτα φρέσκια στυμμένη, 60δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, ζάχαρη, μαϊντανό)
- Κρέας βιδέλο με διάφορα χόρτα (1οκά κρέας, ½ οκά πατάτες, 10 δρμ. φασολάκια, 100 δρμ. καρότα, 60 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 15 δρμ τομάτες, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Πατάτες με κρέας από μοσχαράκι ή βιδέλο βούτυρο ή φυτίνη)

- Πάπρικα ουγγαρέζικο. (βούτυρο ή φυτίνη, κρεμμύδια, φλούδα λεμονιού, πάπρικα)
- Κρέας βιδέλο με μελιτζάνες (φυτίνη ή βούτυρο, τηγανίζουμε πρώτα τις μελιτζάνες σε λάδι ή βούτυρο)
- Ροσμπιφ με μακαρόνια (πελτές, μακαρόνια, παρμεζάνα, κρέας, βούτυρο, κανέλα ξύλο, κρεμμύδι, καρότα, σέλινο, κρασί)
- Φρικασέ αλ' ιταλιέν (βιδελίσιο ψαχνό, κρεμμύδια ξερά, βούτυρο γάλακτος, 1 αυγό, χυμό λεμονιού, άσπρο πιπέρι, αλάτι)
- Κουνουπίδι με κρέας(βιδέλο, κουνουπίδι, φυτίνη, πελτέ ντομάτας, αλάτι, πιπέρι)
- Κρέας βοδινό με κάστανα(βοδινό χωρίς κόκαλα, κάστανα, βούτυρο, ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι)
- Ψητό κατσαρόλας με δαμάσκηνα (κρέας ψαχνό, βούτυρο ή φυτίνη, κρασί άσπρο, 8 μαύρα δαμάσκηνα γλυκά, αλάτι, πιπέρι)
- Ψητό βωδινό της κατσαρόλας(βούτυρο, κρέας, σκόρδο, αλάτι, πιπέρι)
- Βιδέλο ή μοσχάρι ψητό της κατσαρόλας(κρέας, βούτυρο ή φυτίνη ή λάδι, άσπρο κρασί, πολτό ντομάτας)
- Φιλέτο ψητό με ζαμπόν(φιλέτο βοδινό, ζαμπόν σε φέτες, τυρί γραβιέρα, βούτυρο, κρασί μαδέρα)
- Κρέας με σέλινο αυγολέμονο(1 οκά κρέας, 1 οκά σέλινο ρίζες, 50 δρμ. βούτυρο, 1 μέτριο κρεμμύδι, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Πράσα με βωδινό ή χοιρινό κρέας(χοιρινό η βιδέλο, πράσα, τομάτα πελτές, βούτυρο, αλάτι και πιπέρι)
- Μπριζόλες χοιρινές με διάφορα χορταρικά(μπριζόλες, πατάτες, καρότα, λάχανο, 1 σελινόριζα, πολτό ντομάτας, 4 κρεμμύδια, κρασί άσπρο, βούτυρο, πελτές)
- Αρνάκι με αντίδια αυγολέμονο(1 οκά κρέας, 2 οκάδες αντίδια, 50δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί με μπάμιαις (βούτυρο)
- Αρνάκι με αρακά(1 οκά κρέας, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 150δρμ. ντομάτες, 1 οκά αρακά, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι)
- Καπαμάς πατρινός από αρνάκι γάλακτος(βούτυρο, αυγολέμονο)
- Αρνί με μπιζέλια φρέσκα (φυτίνη ή βούτυρο, ντομάτα)
- Αρνάκι με φρέσκα φασολάκια(κρέας, φασολάκια, ντομάτες, βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνάκι με αγκινάρες αυγολέμονο(αρνί, αγκινάρες, βούτυρο, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι)
- Αρνί με κολοκυθάκια
- Φρικασέ αρνάκι γάλακτος με κρεμμυδάκια φρέσκα (αρνί γάλακτος, κρεμμυδάκια, βούτυρο, μαϊντανό, άνηθο, αλάτι και πιπέρι)
- Τασκεμπάμπ από αρνί ή μοσχαράκι(κρέας ψαχνό, κρεμμύδια, βούτυρο ή φυτίνη, άσπρο κρασί, αλάτι, πιπέρι, κύμινο)
- Αρνί καπαμά(αρνί, φρέσκια ντομάτα, φυτίνη ή βούτυρο, αλάτι, πιπέρι, άσπρο κρασί)
- Αρνάκι γάλακτος ψητό κατσαρόλας (βούτυρο)
- Σπάλα αρνιού κοκκινιστή με κρασί (βούτυρο)
- Αντζέμ πιλάφι(1/2 οκά αρνί ψαχνό, 2 ποτήρια ρύζι, 4 ποτήρια νερό, 40 δρμ βούτυρο, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι, πιπέρι, πολτό φρέσκιας ντομάτας)
- Σουτζουκάκια Σμυρναίικα (κιμά, ντομάτες, βούτυρο ή φυτίνη, αλάτι, πιπέρι, κύμινο, σκόρδο, μπαχάρι, μαϊντανό, ψωμί, άσπρο κρασί)
- Ντολμάδες τουρλού με κρέας αρνίσιο(μπούτι αρνίσιο, γλυκάδια, κρεμμύδι, ρύζι, μαϊντανό, βούτυρο, 2-3 μελιτζάνες, 4 κολοκυθάκια, 4 πιπεριές,)
- Ντολμάδες με αμπελόφυλλα(αρνί γάλακτος, ρύζι, αλάτι, πιπέρι, δυόσμο, κρεμμυδάκια φρέσκα, κρεμμύδι, βούτυρο)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο(κιμά από αρνίσιο κρέας, πάχος νεφρού, ρύζι, 1 αυγό, βούτυρο ή φυτίνη, 1 αυγό για το αυγολέμονο, ντομάτες)
- Μελιτζάνες παραγεμιστές με κιμά(αρνίσιο κρέας, βούτυρο ή φυτίνη, ρύζι, ντομάτες, μαϊντανός, αλάτι, πιπέρι, μελιτζάνες)
- Κολοκυθάκια παραγεμιστά με κιμά(κιμάς αρνίσιος, κολοκυθάκια, βούτυρο, ρύζι, ντομάτα, 1 αυγό, λεμόνι, κρεμμύδι)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, ντομάτα, τυρί, βούτυρο ή λίπος)
- Αυγά ποσέ με κιμά(κιμάς, φρέσκια ντομάτα ή πελτέ, βούτυρο, 6-8 αυγά, μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι)
- Γαλοπούλα ή χήνα ή και κότα παραγεμιστή με κιμά (500 δρμ. κιμά, 2κ. βούτυρο, 1 ποτήρι του κρασιού ανακατωμένο με κρασί και νερό, 2 κ. της σούπας κουκουνάρια, 1 κ. της σούπας σταφίδα μαύρη ψιλή, 1 κουταλάκι του γλυκού ντομάτα πελτέ, 1 μικρό κρεμμύδι, μαϊντανό, 8-10 κάστανα βρασμένα, 1 φλιτζάνι παξιμάδι ή γαλέτα, αλάτι, πιπέρι)
- Γλώσσα με κάππαρη και ελιές(γλώσσα βοδινή, βούτυρο, αλεύρι, κάππαρη, πράσινες ελιές, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι)
- Γιουβέτσι με μελιτζάνες (βούτυρο, ντομάτα, 3 πράσινες πιπεριές)
- Ροσμπίφ αλά αγγλαί (γλυκάνισο, βούτυρο, ή λίπος χοιρινό, σερβίρουμε με sauce Anglaise)
- Γιουβέτσι με αρακά (αρνάκι, ντομάτες, αρακά, βούτυρο)
- Γιουβέτσι με ρύζι (αρνάκι, ρύζι, ντομάτα, βούτυρο)
- Γιουβέτσι τουρλού πολίτικο (αρνί, βούτυρο ή φυτίνη, ζαρζαβατικά, ντομάτες, 4-5 κορόμηλα πράσινα ξινά)
- Γιουβέτσι με πατάτες (κρέας αρνίσιο, πατάτες, ντομάτες, βούτυρο)

- Ρουλό με κιμά (βωδινό και χοιρινό κιμά, λίπος χοιρινό ή βούτυρο, 4 αυγά βραστά, ψίχα ψωμιού με λίγο γάλα)
- Κεφτέδες στο φούρνο(κιμάς βοδινός, ντομάτες, βούτυρο)
- Παπουτσάκια μελιτζάνες με κιμά (τηγανίζουμε ελαφρώς τις μελιτζάνες, κιμάς με ντομάτα, μαϊντανό τηγανισμένο σε βούτυρο, γεμίζουμε τις μελιτζάνες, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Παπουτσάκια κολοκυθάκια με κιμά (μπεσαμελ, βούτυρο)
- Μουσακάς κολοκυθάκια (κιμάς, μπεσαμελ, τηγανιτά κολοκυθάκια στην φυτίνη, παξιμάδι, βούτυρο, τυρί)
- Μουσακάς μελιτζάνες (βούτυρο, μελιτζάνες τηγανιτές σε βούτυρο ή λάδι, κιμάς, μπεσαμελ τυρί, γαλέτα)
- Μουσακάς με πατάτες(κιμάς, πάχος νεφρού, τηγανίζουμε τις πατάτες σε βούτυρο, μπεσαμελ, τυρί τριμμένο)
- Ντομάτες γεμιστές με κιμά (βούτυρο, ντομάτες, κιμάς, κρεμμύδια, μαϊντανός)
- Αγκινάρες γεμιστές με κιμά (μπεσαμελ, τριμμένο τυρί, αυγό, βούτυρο)
- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)
- κασολέττες με μυαλά (βούτυρο, ζαμπόν, αυγά σφιχτά, μυαλά βρασμένα, τυρί τριμμένο παρμεζάνα)
- Σνίτσελ αλά βιενουάζ (αφού τις χτυπήσουμε, τις βουτάμε σε αυγό και παξιμάδι, τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Φιλέτο αλά ρώσσα (φιλέτο από βόδι, βούτυρο, τηγανιτά αυγά)
- Φιλέτο αλά μαδέρα(φιλέτο βοδινό, βούτυρο, σβήνουμε με κρασί μαδέρα)
- Κροκέτες με κρέας ψητό ή βραστό (βούτυρο ή φυτίνη, ζαμπόν, γάλα)
- Αρνίσιες κοτολέτες πανέ (βούτυρο)
- Μυαλά πανέ(βούτυρο)
- Κροκέτες με αυγά και μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)
- Ποδαράκια αρνίσια πανέ (τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Μεζεδάκια από εντόσθια αρνιού γάλακτος (βούτυρο)
- Ομελέτα με κιμά (βούτυρο)
- Ομελέτα πολυκατοικία(7 αυγά, 30δρμ. Βούτυρο, 5-6 ντομάτες, 100 δρμ κιμά, 20 δρμ. φρέσκο βούτυρο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Κροκέτες με κιμά (βούτυρο ή φυτίνη, παξιμάδι, κρεμμύδι, αυγά)
- Αυγά ποσέ με κιμά
- Κεφτέδες με σάλτσα ντομάτα (βούτυρο)
- Φιλέτο αλ αγγλαί(φιλέτο βοδινό, βούτυρο, μουστάρδα, μαϊντανό ψιλοκομμένο)
- Αρνί στη σούβλα (σκόρδο, βούτυρο)
- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)
- Γαλοπούλα ή κότα πιλάφι άσπρο (βούτυρο, παρμεζάνα, πιλάφι, με το ζωμό από βράσιμο της γαλοπούλας)
- Κοτόπουλο με σάλτσα λεμόνι (2 κοτόπουλα μεγάλα, 2 κρεμμυδάκια, 2 ρίζες μαϊντανό, σέλινο, 3 κ. βούτυρο ή φυτίνη, 3 κ. αλεύρι, ½ φλιτζάνι γάλα, 2 κρόκους αυγών, λεμόνι, αλάτι)
- Πουλιά με σάλτσα καρύδια (2 πουλιά μέτρια, ½ φλιτζάνι βούτυρο γάλακτος, 1 κρεμμύδι, 2 φλιτζάνια γάλα, 1 κ. της σούπας κόρν φλάουερ, 2 κρόκους αυγών, αλάτι, πιπέρι άσπρο, ½ φλιτζάνι καρύδια)
- Κοτόπουλο ατζέμ πιλάφι(1 κοτόπουλο 300 δρμ., 50 δρμ. βούτυρο, 200 δρμ. ρύζι δηλαδή 2 ποτήρια, 4 ποτήρια νερό, 15 δρμ. ντομάτες ώριμες, 1 μικρό κρεμμύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Κοτόπουλο ή κόττα με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, σκόρδο, μαϊντανό, κοτόπουλο)
- Κοτόπουλο με τομάτες (βούτυρο, ντομάτες, κρασί αρετσίνωτο άσπρο)
- Κοτόπουλο με μπάμιες (300 δρμ. κοτόπουλο, 300 δρμ μπάμιες, 40 δρμ. βούτυρο, πιπέρι, μαϊντανό, 150 δρμ. ντομάτα φρέσκια, αλάτι, πιπέρι)
- Γαλοπούλα με ντομάτα (βούτυρο, ντομάτα, ζάχαρη)
- Γαλοπούλα φρικασέ (1 γαλοπούλα, 1 ½ οκά κρεμμύδια ξερά, 60 δρμ. βούτυρο, 1 αυγό, αλάτι, πιπέρι άσπρο, λεμόνι)
- Κοτόπουλο ψητό της κατσαρόλας (λεμόνι, βούτυρο)
- Μπεκάτσες σαλμί (βούτυρο, αλεύρι, κρασί, κρασί, ντομάτα)
- Τρυγόνια κρασί (βούτυρο, αρετσίνωτο κρασί)
- Τρυγόνια με σάλτσα(βούτυρο, ντομάτα, κρασί αρετσίνωτο)
- Πιτσούνια με τομάτες(βούτυρο, ντομάτα, κρασί αρετσίνωτο)
- Πιτσούνια με κρασί(βούτυρο, αρετσίνωτο κρασί)
- Τσίχλες με σάλτσα τομάτα(βούτυρο, ντομάτα, ζάχαρη)
- Κουνέλι με λεμόνι (βούτυρο ή φυτίνη)
- Γιουβέτσι με πουλιά(1 πουλί 300 δρμ. έως 1 οκά, 40δρμ. βούτυρο, φαγητού, 2 κουτάλια βούτυρο φρέσκο, 2 μέτρια κρεμμύδια, 1 ποτήρι κρασί άσπρο, 1 κουτάλι αλεύρι, μανιτάρια, αρακά, 3 κουταλιές πολτό φρέσκιας ντομάτας, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι)
- Κοτόπουλο πανέ (πανάρουμε σε αυγό και γαλέτα και τηγανίζουμε σε βούτυρο)
- Κοτόπουλο στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Τρυγόνια στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Ορτύκια στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)

- Πιτσούνια ψητά στη σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Πιτσούνια ψητά στη σχάρα σούβλα (το αλείφουμε με βούτυρο)
- Φιλέτο από ψάρι πανέ (βούτυρο, περιλούουμε με βούτυρο)
- Γλώσσες ψάρι τηγανιτές (βούτυρο ή φυτίνη)
- ντομάτες γεμιστές γκλασέ (γεμίζουμε τις ντομάτες με τόνο του κουτιού, σαρδέλες παστές, ψίχα ντομάτας, αγγουράκια τουρσί, μαγιονέζα, ανακατώνουμε και γεμίζουμε τις ντομάτες. Σερβίρουμε με βούτυρο και ελιές μαύρες)
- Αυγά ποσέ με πουρέ σπανάκι (γάλα, βούτυρο, σπανάκι, σπάμε τα αυγά σε βραστό νερό, όταν ασπρίσουν τα τραβάμε, τα σερβίρουμε με τον πουρέ)
- Αυγά ποσέ με πουρέ πατάτα (πατάτες, 6 αυγά, βούτυρο, ξύδι, αλάτι και πιπέρι)
- Αυγά με ζαμπόν ή πουλερικά (βραστά αυγά, περνάμε τους κρόκους από μηχανή, προσθέτουμε βούτυρο, μαγιονέζα, αγγουράκι, ζαμπόν, γεμίζουμε τα αυγά, περιχύνουμε με μαγιονέζα)
- Σουφλέ με τυρί φέτα γλυκειά (αλεύρι, φέτα, βούτυρο, μαρέγκα και κρόκοι αυγών,
- Αυγά τηγανιτά με ζαμπόν (βούτυρο)
- Αυγά με τυρί φέτα γλυκιά (βούτυρο)
- Ντομάτες με αυγά(βούτυρο)
- Ομελέτα με κρεμμύδι(βούτυρο)
- Ομελέτα με πατάτες (πατάτες, 6-8 αυγά, λιωμένο βούτυρο ή φυτίνη για να τηγανίσουμε τις πατάτες, αλάτι, πιπέρι)
- Ομελέτα με ντομάτα (6 αυγά, 1 ντομάτα, 25 δρμ. βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Ομελέτα με τυρί παρμεζάνα ή γραβιέρα (6 αυγά, 25 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ, τυρί τριμμένο, αλάτι)
- Ομελέτα με κολοκυθάκια (100δρμ κολοκυθάκια, 5 αυγά, 25 δρμ βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Φακή σωτέ (βούτυρο)
- Πουρέ φασόλια ξερά (βούτυρο, ο πουρές αυτός σερβίρεται με βωδινές ή χοιρινές μπριζόλες τηγανιτές με βούτυρο)
- Σωτέ με ξερά φασόλια (βούτυρο)
- Σάντουιτς με αυγά σφιχτά
- Σάντουιτς με τυρί πανέ
- Σάντουιτς με ζαμπόν
- Σάντουιτς με μαύρο χαβιάρι
- Σάντουτις με τυρί ροκφορ
- Σάντουιτς με ταραμά
- Σάντουιτς με σαρδέλες βαρελιού
- Σάντουιτς με σαρδέλες του κουτιού
- Σάντουιτς με φουα γκρά
- Σάντουιτς με τυρί ψημένο
- Παστίτσιον με κιμά και φύλλον(1 οκά μακαρόνια, 360 δρμ. κιμά, 60 δρμ. βούτυρο, 5 αυγά, 12 φύλλα μπακλαβά, 40δρμ τυρί τριμμένο παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, αλάτι, πιπέρι)
- Παστίτσιο ρουλό(100 δρμ ψιλά μακαρόνια, 50 δρμ. βούτυρο, 25 δρμ. τυρί παρμεζάνα, 2 αυγά, αλάτι, πιπέρι, 5 φύλλα μπακλαβά)
- Πιροσκί (1 οκά και 100 δρμ. αλεύρι, 10 δρμ. μαγιά ψωμιού, 150 δρμ. γάλα, 3 κρόκους αυγών, 3 κ. της σούπας βούτυρο, 2 κ. της σούπας λάδι, 1 κουταλάκι αλάτι, 1 κουταλάκι ζάχαρη)
- Μαμαλίγκα Ρουμανέζικη (μπομπόταΤεργέστης, 100 δρμ. αλεύρι, 150 -200δρμ. νερό, 40 δρμ βούτυρο, αλάτι)
- Παστίτσιο με φέτα γλυκιά (1/2 οκά μακαρόνια μέτρια ή χονδρά, 150δρμ. τυρί φέτα γλυκιά, 50 δρμ. βούτυρο ή φυτίνη, 4 αυγά, 12 φύλλα του μπακλαβά, αλάτι, άσπρο πιπέρι)
- Κρεατόπιτα (κιμάς χοιρινός και βοδινός, 6 αυγά, φύλλα, φυτίνη, βούτυρο)
- Κοτόπηττα (παρμεζάνα, βούτυρο, φύλλα, κότα, κρεμμύδια, 4 αυγά)
- Τυρόπιτα (φύλλα ζαχαροπλαστικής, φέτα γλυκιά, βούτυρο, αυγά, μπεσαμέλ)
- Μπουρεκάκια με λουκάνικα Φρανκφούρτης (βούτυρο τυρί παρμεζάνα, μπεσαμελ, λουκάνικα Φρανκφουρτης, λίπος χοιρινό, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με ζαμπον (μπεσαμελ, ζαμπόν, βούτυρο ή φυτίνη, φύλλα ζαχαροπλαστικής)
- Μπουρεκάκια με μυαλά (φύλλα ζαχαροπλαστικής, βούτυρο, παρμεζάνα, μπεσαμελ)
- Νιόκι με πατάτες(1 αυγό, ½ οκά πατάτες, 1 ½ φλιτζάνι έως 2 αλεύρι, 30 δρμ. βούτυρο, ½ οκά ντομάτα)
- Ραβιόλια (κιμάς, βούτυρο, τυρί, κρεμμύδι, ραβιόλια που κάνουμε με αλεύρι, λάδι, αυγά)
- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)
- Σούπα αυγολέμονο με ρύζι(βούτυρο ή φυτίνη)
- Πιλάφι με ντομάτες γκλασέ (βούτυρο, τριμμένο τυρί)
- Πιλάφι με αρακά (βούτυρο, παρμεζάνα)
- Πιλάφι με άσπρη σάλτσα (βούτυρο, γάλα, 3 κρόκους, τυρί)
- Πιλάφι με βωδινό νεφρό (βούτυρο, ντομάτα, τυρί τριμμένο)
- Πιλάφι με μυαλά (βούτυρο ή φυτίνη)

- Πιλάφι στο φούρνο (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγό)
- Κροκέτες με ρύζι (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι φρέσκο, ζαμπόν, παξιμάδι κοπανισμένο)
- Λαζάνια με τυρί παρμεζάνα
- Παστίτσιο με κιμά χωρίς φύλλα (300 δρμ. μακαρόνια, ½ οκά κιμά, 75 δρμ. βούτυρο, 1 κρεμμύδι, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, 4 αυγά, 1 κρόκο για την μπεσαμέλ)
- Σαρλότ με μακαρόνια (ζαμπόν, μακαρόνια, βούτυρο ή φυτίνη, τυρί παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ, βούτυρο λιωμένο)
- Μακαρόνια ω γκραταίν (παρμεζάνα ή κασέρι, βούτυρο ή βιτάμ, μπεσαμελ)
- Πατατόσουπα (γάλα, βούτυρο, πατάτες, κρεμμύδια)
- Σούπα με πατάτα (βούτυρο ή βιτάμ, τηγανίζουμε φέτες ψωμιού σε λάδι, αν θέλουμε σερβίρουμε με ωμό λάδι και λεμόνι)
- Ντοματόσουπα (μπεσαμέλ, με γάλα βούτυρο, παρμεζάνα, κρακεράκια, πολτό ντομάτας)
- Σούπα ντομάτα (ρυζάλευρο, ½ κεσέ γιαούρτι, βούτυρο)
- Σούπα κρέμα κρεμμυδάκια (κρεμμύδια, μπεσαμελ με γάλα 2 κρόκους, βούτυρο, μπισκότα κράκερ)
- Σούπα με λάχανο και τυρί (βούτυρο, κρεμμύδι, λάχανο, παρμεζάνα, κρουτόν)
- σπαράγγια (βράζουμε καις σερβίρουμε με μπεσαμελ, την οποία αραιώνουμε με κρέμα γάλακτος)
- Σπανάκι πουρέ
- Σπανάκι σωτέ (βούτυρο)
- Πατάτες πουρέ
- Πατάτες σωτέ (βούτυρο)
- Πατάτες με άσπρη σάλτσα
- Πατάτες με βούτυρο ή βιτάμ
- Πατάτες με κρεμμύδια (πατάτες, κρεμμύδια, βούτυρο, αλάτι, πιπέρι)
- Αρακάς με βούτυρο ή φυτίνη
- Αρακά σωτέ (βούτυρο ή φυτίνη)
- Λάχανο με βούτυρο
- μπάμιες βουτύρου ή με φυτίνη
- Σωτέ φασολάκια φρέσκα (βούτυρο)
- Μελιτζάνες πουρέ(1 οκά μελιτζάνες, 2 κ. της σούπας βούτυρο, 1 φλιτζάνι γάλα, αλάτι, πιπέρι)
- Μελιτζάνες παραγεμιστές λαδερές ή με βούτυρο ή με φυτίνη (ρύζι, ντομάτα, λάδι, αν τις κάνουμε με βούτυρο τις σερβίρουμε ζεστές, αν τις κάνουμε με λάδι, κρύες)
- Κολοκυθάκια γεμιστά λαδερά ή με βούτυρο (με ρύζι, λάδι, κρεμμύδια, ντομάτα)
- Καρότα σωτέ (βράζουν με νερό, τα σοτάρουμε με βούτυρο)
- Πατατοκεφτέδες στο φούρνο (βούτυρο ή βιτάμ)
- Ντομάτες γκλασέ (ζάχαρη, βούτυρο)
- Αγγινάρες ω γκραταίν (βούτυρο, μπεσαμελ, αυγά, τυρί)
- Κολοκυθάκια ω γκραταίν (βούτυρο ή βιτάμ, τυρί τριμμένο, μπεσαμελ)
- Κουνουπίδι ω γκραταίν (βούτυρο ή φυτίνη, παρμεζάνα ή κασέρι, μπεσαμελ)
- Αγγκινάρες πανέ (τηγανίζουμε με βούτυρο ή φυτίνη)
- Πατάτες τηγανιτές με λάδι ή βούτυρο φυτίνη
- Κολοκυθάκια τηγανιτά (λάδι ή βούτυρο)
- Κουνουπίδι πανέ (τηγανίζουμε σε καυτό λάδι ή βούτυρο)
- Μελιτζάνες με αυγά και τυρί (βούτυρο, ή φυτίνη, μπεσαμελ, τυρί γραβιέρα ή κασέρι)
- Κολοκυθοκεφτέδες (τηγανίζουμε σε λάδι ή βούτυρο, τυρί τριμμένο, 2 αυγά, γαλέτα, κολοκυθάκια)

Λαρδί

- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)
- Ντολμάδες με λάχανο(κιμά ανάμεικτο με χοιρινό, λαρδί, ρύζι, λάχανο, πελτές, λεμόνι, λίπος χοιρινού, αλάτι, πιπέρι, μπαχάρι)

Λίπος χοιρινού(λίπος από το μέρος του νεφρού)

- Ντολμάδες με λάχανο
- Πατάτες μπισκότα του φούρνου
- Πατέ με κρούστα (κιμά χοιρινό, λαρδί ωμό, 1 αυγό, κουκουνάρια, κρασί γλυκό μοσχάτο, μαδέρα ή μαυροδάφνη, ζαμπόν, μπέικον, γάλα, αλάτι, πιπέρι, λίπος χοιρινό λιωμένο)
- Πατέ με κρέας χοιρινό(χοιρινό, λίπος χοιρινού, 2 κρεμμύδια, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, κρασί, μαυροδάφνη, 4 αυγά)
- Γιουβαρλάκια αυγολέμονο(κιμά από αρνίσιο κρέας, πάχος νεφρού, ρύζι, 1 αυγό, βούτυρο ή φυτίνη, 1 αυγό για το αυγολέμονο, ντομάτες)
- Μακαρόνια με κιμά (κιμάς, ντομάτα, τυρί, βούτυρο ή λίπος)
- Κεφτέδες τηγανιτοί
- Ρουλό με κιμά

- Ρουλό με λουκάνικα Φραγκφούρτης και με ομελέτα (κρέας βοδινό, ομελέτα με γάλα, παρμεζάνα ή κασέρι, λουκάνικα, κρασί, χοιρινό λίπος, βούτυρο)
- Κρέας χοιρινό με ξερά φασόλια(χοιρινό, φασόλια ξερά, λίπος χοιρινού, πελτέ η πολτό ντομάτας, πιπέρι, αλάτι και κόκκινο πιπέρι)
- Κεφτεδάκια φρικασέ(κιμάς βοδινός, πάχος νεφρού, λάδι, κρεμμύδια, ξύδι, αλάτι, πιπέρι, αλεύρι, 1 αυγό και λεμόνι)
- Ροσμπίφ αλά αγγλαί (γλυκάνισο, βούτυρο, ή λίπος χοιρινό, σερβίρουμε με sauce Anglaise)
- Χοιρινό ψητό (γλυκάνισο, πάχος χοιρινό, λεμόνι, sauce Anglaise)
- Μουσακάς με πατάτες(κιμάς, πάχος νεφρού, τηγανίζουμε τις πατάτες σε βούτυρο, μπεσαμελ, τυρί τριμμένο)
- Βωδινές μπριζόλες με κρεμμύδι (χοιρινό πάχος)
- Χοιρινές μπριζόλες πανέ (τηγανίζουμε σε λίπος χοιρινό)
- Πολπέτες με κιμά (κιμάς, 2 κρόκους, ψωμί με γάλα, φυτίνη, πάχος νεφρού)
- Λουκάνικα τηγανιτά (πάχος χοιρινό,)
- Λουκάνικα με βωδινό κρέας (μπούτι από βόδι, πάχος από νεφρό κίτρινο, σκόρδο, μπαχάρι, έντερα, τα γεμίζουμε, τα κρεμάμε)

Μπόλιες

- Πατέ από εντόσθια αρνιού γάλακτος 6-8 οκάδων(1 οκά σηκωταριά, 50 δρμ. βούτυρο, 2 μπόλιες, 1 φλιτζάνι ρύζι, 5 αυγά, 1 κροκό, 2 μάτσα κρεμμυδάκια, 1 μάτσο μαϊντανό, ½ μάτσο άνηθο, αλάτι, πιπέρι, 2 γλυκάδια)
- Κοκορέτσι (2 μπόλιες, συκωταριά, γλυκάδια, 2 σπλήνες, λεμόνι, έντερα,)

ΜΥΡΩΔΙΚΆ- ΜΠΑΧΑΡΙΚΆ- ΚΑΡΥΚΕΎΜΑΤΑ

Αλάτι, Πιπέρι, Πιπέρι άσπρο, Πιπέρι κόκκινο, Πάπρικα, Φλούδα λεμονιού, Μπαχάρι, Κανέλα, Κύμινο, Ζαφορά, Δεντρολίβανο, Δυόσμος, Άνηθος, κάππαρη, Μαϊντανός, Σέλινο, ρήγανη, Σκόρδο, Μουστάρδα

Παράρτημα 9: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " Η Μαγειρική των Περιστάσεων", Αθήνα, 1943

"Η ΜΑΓΕΙΡΙΚΉ ΤΩΝ ΠΕΡΙΣΤΑΣΕΩΝ"

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

ΦΑΓΗΤΑ ΜΕ ΜΠΛΙΓΟΥΡΙ

- Λαδόσουπα με μπλιγούρι (βράζουμε το πλιγούρι στο νερό, προσθέτουμε όσο λάδι θέλουμε και ψιλοκομμένο κρεμμύδι ή καρότα και σέλινο)
- Μπλιγούρι γιαχνί (καβουρδίζουμε κρεμμύδι στο λάδι και προσθέτουμε λίγο σκόρδο, μαϊντανό ή δυόσμο. Ρίχνουμε έπειτα τον πελτέ και λίγο νερό και αφήνουμε να βράσει).
- Μπλιγούρι με σπανάκι (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδι, σκόρδο, λάδι, ντομάτες ή πελτέ, λεμόνι)
- Μπλιγούρι με σέλινο
- Μπλιγούρι με πράσα
- Μπλιγούρι με λάχανο(κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, λάχανο, άνηθο, σκόρδο, πλιγούρι)
- Μπλιγούρι με λαχανίδα
- Μπλιγούρι με κουνουπίδι
- Μπλιγούρι με μελιτζάνες
- Μπλιγούρι με κολοκύθια
- Μπλιγούρι με μπάμιες
- Μπλιγούρι με πιπεριές
- Μπλιγούρι με αρακά
- Μπλιγούρι με αγκινάρες(άνηθος και λεμόνι)
- Μπλιγούρι με φρέσκα κουκιά
- Μπλιγούρι με όσπρια: το μπλιγούρι μπαίνει σε όλα τα όσπρια, είτε βραστά είτε γιαχνί. Πιο πολύ ταιριάζει με τα άσπρα φασόλια και τα ρεβίθια.
- Μπλιγούρι με θαλασσινά
- Μπλιγούρι με κρέας

ΦΑΓΗΤΑ ΜΕ ΤΡΑΧΑΝΑ

- Τραχανάς με χορταρικά όλων των ειδών.
- Τραχανάς με όσπρια
- Ψαρόσουπα με τραχανά(μεταχειριζόμαστε ξυνό-τραχανά)
- Φασόλια με τραχανά
- Ρεβίθια με τραχανά
- Σπανάκι με τραχανά
- Λάχανο με τραχανά
- Κεφτέδες με τραχανά (αντικαθιστά το ρύζι)
- Πιλάφια με τραχανά (αντικαθιστά το ρύζι)

ΦΑΓΗΤΆ ΜΕ ΑΛΕΎΡΙ

- Τηγανίτες
- Τηγανίτες σκέτες
- Τηγανίτες με τυρί και με πατάτα
- Τηγανίτες με τσίρους
- Τηγανίτες με σπανάκι
- Τηγανίτες με κρεμμύδια (κρεμμύδια, πελτέ ντομάτας, τυρί, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και κιμά ή λαρδί).
- Τηγανίτες με αυγό (αυγά, αλεύρι, να θέλουμε προσθέτουμε τυρί ή γάλα).
- Τηγανίτες με σαλάμι (κόβουμε φέτες το σαλάμι και το τηγανίζουμε με χυλό. Αν θέλουμε προσθέτουμε και τυρί)
- Τηγανίτες με λάχανο
- Τηγανίτες διάφορες
- Χυλός
- Σκορδαλιά με αλεύρι

Διάφορα

- Χαλβάδες
- Κρέμες(για να δέσουν)
- Σάλτσες (για να δέσουν)
- Σούπες (για να δέσουν)

- Κεφτέδες (αντί ψωμιού)
- Κοτολέτες (αντί αυγού)
- Χορτόσουπες(ως βοηθητικό)
- Όσπρια(ως βοηθητικό)
- Αλεύρωμα των ψαριών
- Φύλλο για τις πίττες
- Σαβόρο με χταπόδι
- Ψάρια σαβόρο με σταφίδα
- Σαβόρο με σωλήνες

ΨΩΜΊ

- Ριγανάδα
- Ταχίνι με ψωμί(τρώγεται όπως το ψωμί με φρέσκο βούτυρο και πάει θαυμάσια με μέλι ή με πετιμέζι ή με χαρουπόμελο)
- Σκορδαλιά με ψωμί και πατάτα.

ΡΎΖΙ

- Αχινοί γεμιστοί (με κρεμμύδι και μαϊντανό, με ρύζι)
- Ψάρια πλακί πιλάφι
- Φακές γιαχνί με ρύζι
- Σωλήνες πιλάφι

ΟΣΠΡΙΑ

- Φασολάδα άσπρη(φασόλια, λάδι, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια)
- Φασολάδα κόκκινη(φασόλια, λάδι, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, ντομάτα φρέσκια)
- Πιάζυ ή μπεάζυ, είναι Τούρκικη λέξη και σημαίνει λευκά φασόλια, δηλαδή χωρίς ντομάτα. (από την άσπρη φασολάδα, κρατάμε μερικά φασόλια χωρίς ζουμί, προσθέτουμε κρεμμύδι ωμό ψιλοκομμένο, λάδι, ξύδι, μαϊντανό και κάνουμε μια σαλάτα.
- Φασόλια γιαχνί
- Μαυρομάτικα φασόλια γιαχνί
- Σουβλάκια από φασόλια
- Ρεβίθια γιαχνί
- Κεφτέδες με ρεβίθι και κάστανο-ρεβυθοκεφτέδες (μισή οκά ρεβίθια, πενήντα δράμια κάστανα, λίγο τυρί, 3 κρεμμύδια, αλεύρι ή βρασμένο τραχανά, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι και δυόσμο. Μπορούμε να βάλουμε και λίγο λουκάνικο)
- Φακή γιαχνί
- Κουκιά γιαχνί
- Φακές γιαχνί με ρύζι
- Τραχανάς με όσπρια
- Φασόλια με τραχανά
- Ρεβίθια με τραχανά
- Φάβα γιαχνί με ρίγανη
- Κεφτέδες με όσπρια
- Μπακαλιάρος παστός με ρεβύθια

ΚΡΈΑΣ

Στη κατσαρόλα:

- Κρέας ρηγανάτο με πατάτες
- Μπλιγούρι με κρέας

Εντόσθια

Στο τηγάνι:

- Κεφτέδες με νεφρά

Κιμάς

- Τηγανίτες με κρεμμύδια (κρεμμύδια, πελτέ ντομάτας, τυρί, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και κιμά ή λαρδί).

Λουκάνικο

- Κεφτέδες με ρεβίθι και κάστανο-ρεβυθοκεφτέδες (μισή οκά ρεβίθια, πενήντα δράμια κάστανα, λίγο τυρί, 3 κρεμμύδια, αλεύρι ή βρασμένο τραχανά, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι και δυόσμο. Μπορούμε να βάλουμε και λίγο λουκάνικο)

Σαλάμι

- Τηγανίτες με σαλάμι (κόβουμε φέτες το σαλάμι και το τηγανίζουμε με χυλό. Αν θέλουμε προσθέτουμε και τυρί)

ΨΑΡΙΑ & ΘΑΛΑΣΣΙΝΆ
Στη κατσαρόλα:
Θαλασσινά
- Σωλήνες φρικασέ(αντί άνηθο βάζουμε σέλινο ή 1 φύλλο δάφνης)
- Σωλήνες πιλάφι
- Σωλήνες γιαχνί
- Χταπόδια σκορδαλιά
- Μπλιγούρι με θαλασσινά

Ψάρια
- Ψάρια πλακί πιλάφι
- Μπακαλιάρος παστός με ρεβύθια

Στο φούρνο:
Θαλασσινά
- Αχινοί γεμιστοί
- Κρεμμύδια γεμιστά με ολούς

Ψάρια
- Ψάρια παστά γιαχνί (παίρνουμε μερικές σαρδέλες ή σκουμπριά ή δυο κομμάτια παλαμίδα, τα ξαλμυρίζουμε βάζοντας τα στο νερό αρκετές ώρες, και τα κάνουμε γιαχνί ή πλακί ή τα ψήνουμε στη σχάρα)

Στο τηγάνι:
Θαλασσινά
- Κεφτέδες με σωλήνες της θαλάσσης

Ψάρια
- Ομελέτα με μαρίδες
- Τηγανίτες με τσίρους

ΑΥΓΑ
Στο τηγάνι:
- Ομελέτα με μαρίδες
- Τηγανίτες με αυγό(αυγά, αλεύρι, να θέλουμε προσθέτουμε τυρί ή γάλα).

Γάλα
- Τηγανίτες με αυγό(αυγά, αλεύρι, να θέλουμε προσθέτουμε τυρί ή γάλα).

ΤΥΡΊ
- Τηγανίτες με τυρί και με πατάτα
- Τηγανίτες με αυγό(αυγά, αλεύρι, να θέλουμε προσθέτουμε τυρί ή γάλα).
- Τηγανίτες με σαλάμι(κόβουμε φέτες το σαλάμι και το τηγανίζουμε με χυλό. Αν θέλουμε προσθέτουμε και τυρί)
- Μπλιγούρι γιαχνί (στο τέλος ρίχνουμε λίγο τριμμένο τυρί, αν μας επιτρέπει η τσέπη).
- Φάβα γιαχνί με ρίγανη(προσθέτουμε στο τέλος τυρί ή λεμόνι)
- Κεφτέδες με ρεβίθι και κάστανο-ρεβυθοκεφτέδες (μισή οκά ρεβίθια, πενήντα δράμια κάστανα, λίγο τυρί, 3 κρεμμύδια, αλεύρι ή βρασμένο τραχανά, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι και δυόσμο. Μπορούμε να βάλουμε και λίγο λουκάνικο)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ
Βραστά:
- Πατάτα βραστή
- Σάλτσα φρέσκιας ντομάτας

Στη κατσαρόλα:
- Πατάτα γιαχνιστή
- Πατάτα πουρές
- Σέσκουλα-σέλινα-πατάτες (το φαγητό γίνεται νοστιμότερο αν αντί νερού ρίξουμε ζουμί από άσπρα φασόλια και ακόμη καλύτερο αν προσθέσουμε στο τσιγάρισμα πάχος χοιρινού)
- Κρεμμύδια φρικασέ (3-4 καλά κρεμμύδια, άνηθο, δυο φρέσκα κρεμμυδάκια, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 κουταλιά λάδι, 1 αυγό και ½ λεμόνι για αυγολέμονο)
- Πατάτες με μελιτζάνες
- Κρεμμύδια στιφάδο
- Σπανάκι γιαχνί
- Σέσκουλα γιαχνί
- Σπαράγγια γιαχνί
- Μπλιγούρι με σπανάκι (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδι, σκόρδο, λάδι, ντομάτες ή πελτέ, λεμόνι)
- Μπλιγούρι με σέλινο
- Μπλιγούρι με πράσα
- Μπλιγούρι με λάχανο(κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, λάχανο, άνηθο, σκόρδο, πλιγούρι)
- Μπλιγούρι με λαχανίδα

- Μπλιγούρι με κουνουπίδι
- Μπλιγούρι με μελιτζάνες
- Μπλιγούρι με κολοκύθια
- Μπλιγούρι με μπάμιες
- Μπλιγούρι με πιπεριές
- Μπλιγούρι με αρακά
- Μπλιγούρι με αγκινάρες (άνηθος και λεμόνι)
- Μπλιγούρι με φρέσκα κουκιά
- Τραχανάς με χορταρικά όλων των ειδών.
- Σπανάκι με τραχανά
- Λάχανο με τραχανά

Στο τηγάνι:

- Χόρτα γοργοματίσια (στα ορεινά χωριά της Κεφαλονιάς, όταν τους περισσέψουν διάφορα χόρτα βραστά δεν τα πετούν αλλά ούτε και τα τρώνε ξανά όπως είναι. Τα γυρίζουν σε γοργοματίσια. Τα στραγγίζουν καλά και τα ρίχνουν στο τηγάνι με σκόρδα.)
- Πατάτα τηγανιτή
- Κεφτέδες κουνουπίδι
- Κεφτέδες με σπανάκι
- Κεφτέδες με κολοκύθα κόκκινη
- Τηγανίτες με λάχανο
- Τηγανίτες με σπανάκι
- Τηγανίτες με τυρί και με πατάτα
- Τηγανίτες με κρεμμύδια (κρεμμύδια, πελτέ ντομάτας, τυρί, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και κιμά ή λαρδί).

Στο φούρνο:

- Πατάτα στο φούρνο
- Πατάτα ψητή στη χόβολη
- Κρεμμύδια γεμιστά
- Κρεμμύδια σαλάτα (ψήνουμε τα κρεμμύδια στη χόβολη ή τα βράζουμε, τα ξεφλουδίζουμε, ρίχνουμε λάδι, ξύδι, πιπέρι, αλάτι)
- Κρεμμύδια γεμιστά με ολούς

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ

Κάστανα

- Κεφτέδες με ρεβίθι και κάστανο-ρεβυθοκεφτέδες (μισή οκά ρεβίθια, πενήντα δράμια κάστανα, λίγο τυρί, 3 κρεμμύδια, αλεύρι ή βρασμένο τραχανά, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι και δυόσμο. Μπορούμε να βάλουμε και λίγο λουκάνικο)

ΦΑΓΗΤΑ ΜΕ ΤΑΧΊΝΙ

- Σκορδαλιά με ταχίνι (κοπανίζουμε λίγο σκόρδο, ρίχνουμε το ταχίνι και λεμόνι ή μπορούμε να κάνουμε σκορδαλιά με πατάτα ή με χυλό και να προσθέσουμε μέσα αρκετό ταχίνι)
- Ταχίνι με ψωμί(τρώγεται όπως το ψωμί με φρέσκο βούτυρο και πάει θαυμάσια με μέλι ή με πετιμέζι ή με χαρουπόμελο)
- Χυλός με ταχίνι. (μπαίνει σε όλους τους χυλούς όπως μπαίνει το φρέσκο βούτυρο είτε στο βράσιμο, είτε στο πιάτο)
- Φαΐ γιαχνιστό με ταχίνι(μπαίνει ως λίπος που ενισχύει το λάδι)
- Χαλβάς με ταχίνι(μπαίνει ως λίπος μαζί με το λάδι)

ΛΙΠΗ

Λάδι

- Λαδόσουπα με μπλιγούρι (βράζουμε το πλιγούρι στο νερό, προσθέτουμε όσο λάδι θέλουμε και ψιλοκομμένο κρεμμύδι ή καρότα και σέλινο)
- Μπλιγούρι γιαχνί (καβουρδίζουμε κρεμμύδι στο λάδι και προσθέτουμε λίγο σκόρδο, μαϊντανό ή δυόσμο. Ρίχνουμε έπειτα τον πελτέ και λίγο νερό και αφήνουμε να βράσει).
- Μπλιγούρι με σπανάκι (σπανάκι, άνηθο, κρεμμύδι, σκόρδο, λάδι, ντομάτες ή πελτέ, λεμόνι)
- Μπλιγούρι με σέλινο
- Μπλιγούρι με πράσα
- Μπλιγούρι με λάχανο(κρεμμύδι, λάδι, ντομάτα, λάχανο, άνηθο, σκόρδο, πλιγούρι)
- Μπλιγούρι με λαχανίδα
- Μπλιγούρι με κουνουπίδι
- Μπλιγούρι με μελιτζάνες
- Μπλιγούρι με κολοκύθια
- Μπλιγούρι με μπάμιες

- Μπλιγούρι με πιπεριές
- Μπλιγούρι με αρακά
- Μπλιγούρι με αγκινάρες(άνηθος και λεμόνι)
- Μπλιγούρι με φρέσκα κουκιά
- Μπλιγούρι με όσπρια: το μπλιγούρι μπαίνει σε όλα τα όσπρια, είτε βραστά είτε γιαχνί. Πιο πολύ ταιριάζει με τα άσπρα φασόλια και τα ρεβίθια.
- Μπλιγούρι με θαλασσινά
- Μπλιγούρι με κρέας
- Τραχανάς με χορταρικά όλων των ειδών.
- Τραχανάς με όσπρια
- Ψαρόσουπα με τραχανά(μεταχειριζόμαστε ξυνό-τραχανά)
- Φασόλια με τραχανά
- Ρεβίθια με τραχανά
- Σπανάκι με τραχανά
- Λάχανο με τραχανά
- Κεφτέδες με τραχανά (αντικαθιστά το ρύζι)
- Πιλάφια με τραχανά (αντικαθιστά το ρύζι)
- Τηγανίτες
- Τηγανίτες σκέτες
- Τηγανίτες με τυρί και με πατάτα
- Τηγανίτες με τσίρους
- Τηγανίτες με σπανάκι
- Τηγανίτες με κρεμμύδια (κρεμμύδια, πελτέ ντομάτας, τυρί, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και κιμά ή λαρδί).
- Τηγανίτες με αυγό (αυγά, αλεύρι, να θέλουμε προσθέτουμε τυρί ή γάλα).
- Τηγανίτες με σαλάμι (κόβουμε φέτες το σαλάμι και το τηγανίζουμε με χυλό. Αν θέλουμε προσθέτουμε και τυρί)
- Τηγανίτες με λάχανο
- Τηγανίτες διάφορες
- Σκορδαλιά με αλεύρι
- Ριγανάδα
- Σκορδαλιά με ψωμί και πατάτα.
- Φασολάδα άσπρη(φασόλια, λάδι, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια)
- Φασολάδα κόκκινη(φασόλια, λάδι, σέλινο, καρότα, κρεμμύδια, ντομάτα φρέσκια)
- Πιάζυ ή μπεάζυ, είναι Τούρκικη λέξη και σημαίνει λευκά φασόλια, δηλαδή χωρίς ντομάτα. (από την άσπρη φασολάδα, κρατάμε μερικά φασόλια χωρίς ζουμί, προσθέτουμε κρεμμύδι ωμό ψιλοκομμένο, λάδι, ξύδι, μαϊντανό και κάνουμε μια σαλάτα.
- Φασόλια γιαχνί
- Μαυρομάτικα φασόλια γιαχνί
- Σουβλάκια από φασόλια
- Ρεβίθια γιαχνί
- Κεφτέδες με ρεβίθι και κάστανο-ρεβυθοκεφτέδες (μισή οκά ρεβίθια, πενήντα δράμια κάστανα, λίγο τυρί, 3 κρεμμύδια, αλεύρι ή βρασμένο τραχανά, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι και δυόσμο. Μπορούμε να βάλουμε και λίγο λουκάνικο)
- Φακή γιαχνί
- Κουκιά γιαχνί
- Φακές γιαχνί με ρύζι
- Φάβα γιαχνί με ρίγανη
- Κεφτέδες με όσπρια
- Κρέας ρηγανάτο με πατάτες
- Κεφτέδες με νεφρά
- Σωλήνες φρικασέ(αντί άνηθο βάζουμε σέλινο ή 1 φύλλο δάφνης)
- Σωλήνες πιλάφι
- Σωλήνες γιαχνί
- Χταπόδια σκορδαλιά
- Ψάρια πλακί πιλάφι
- Μπακαλιάρος παστός με ρεβύθια
- Αχινοί γεμιστοί
- Ψάρια παστά γιαχνί(παίρνουμε μερικές σαρδέλες ή σκουμπριά ή δυο κομμάτια παλαμίδα, τα ξαλμυρίζουμε βάζοντας τα στο νερό αρκετές ώρες, και τα κάνουμε γιαχνί ή πλακί ή τα ψήνουμε στη σχάρα)
- Κεφτέδες με σωλήνες της θαλάσσης
- Ομελέτα με μαρίδες

- Πατάτα γιαχνιστή
- Πατάτα πουρές
- Σέσκουλα-σέλινα-πατάτες (το φαγητό γίνεται νοστιμότερο αν αντί νερού ρίξουμε ζουμί από άσπρα φασόλια και ακόμη καλύτερο αν προσθέσουμε στο τσιγάρισμα πάχος χοιρινού)
- Κρεμμύδια φρικασέ (3-4 καλά κρεμμύδια, άνηθο, δυο φρέσκα κρεμμυδάκια, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 κουταλιά λάδι, 1 αυγό και ½ λεμόνι για αυγολέμονο)
- Πατάτες με μελιτζάνες
- Κρεμμύδια στιφάδο
- Σπανάκι γιαχνί
- Σέσκουλα γιαχνί
- Σπαράγγια γιαχνί
- Χόρτα γοργοματίσια (στα ορεινά χωριά της Κεφαλονιάς, όταν τους περισσέψουν διάφορα χόρτα βραστά δεν τα πετούν αλλά ούτε και τα τρώνε ξανά όπως είναι. Τα γυρίζουν σε γοργοματίσια. Τα στραγγίζουν καλά και τα ρίχνουν στο τηγάνι με σκόρδα.)
- Πατάτα τηγανιτή
- Κεφτέδες κουνουπίδι
- Κεφτέδες με σπανάκι
- Κεφτέδες με κολοκύθα κόκκινη
- Πατάτα στο φούρνο
- Πατάτα ψητή στη χόβολη
- Κρεμμύδια γεμιστά
- Κρεμμύδια σαλάτα (ψήνουμε τα κρεμμύδια στη χόβολη ή τα βράζουμε, τα ξεφλουδίζουμε, ρίχνουμε λάδι, ξύδι, πιπέρι, αλάτι)
- Κρεμμύδια γεμιστά με ολούς
- Φαΐ γιαχνιστό με ταχίνι(μπαίνει ως λίπος που ενισχύει το λάδι)
- Χαλβάς με ταχίνι(μπαίνει ως λίπος μαζί με το λάδι)

Πάχος χοιρινού

- Σέσκουλα-σέλινα-πατάτες (το φαγητό γίνεται νοστιμότερο αν αντί νερού ρίξουμε ζουμί από άσπρα φασόλια και ακόμη καλύτερο αν προσθέσουμε στο τσιγάρισμα πάχος χοιρινού)

Βούτυρο

- Κρεμμύδια φρικασέ (3-4 καλά κρεμμύδια, άνηθο, δυο φρέσκα κρεμμυδάκια, 1 κουταλιά βούτυρο, 1 κουταλιά λάδι, 1 αυγό και ½ λεμόνι για αυγολέμονο)
- Πουρές πατάτας
- Χυλός

Λαρδί

- Τηγανίτες με κρεμμύδια (κρεμμύδια, πελτέ ντομάτας, τυρί, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και κιμά ή λαρδί).

Παράρτημα 10: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " Τα Ψάρια και η Μαγειρική ", Αθήνα, 1956

" **Τα Ψάρια και η Μαγειρική** "

ΨΑΡΙΑ
Βραστό:

- Ψάρι βραστό μαγιονέζα (Το φαγητό αυτό δεν παρουσιάζει καμία πρωτοτυπία, όλες οι νοικοκυράδες ξέρουν να κάνουν ένα ψάρι βραστό. Το ζουμί που περισσεύει από το ψάρι που προορίζουμε για τη μαγιονέζα το χρησιμοποιούμε για ψαρόσουπα ή πιλάφι)
- Πηχτή από ψάρια: σμέρνα (Από τα ψάρια μπορούμε να κάνουμε πηχτή ανάλογη μ' εκείνη που γίνεται από κεφαλή χοίρου. Αφαιρούμε από τη σμέρνα τα εντόσθια, την κόβουμε σε κομμάτια, τη βράζουμε σε κατσαρόλα σκεπάζοντας τη με νερό. Ρίχνουμε λίγο ψιλοκομμένο σέλινο, λίγο μαϊντανό, 2-3 γαρύφαλλα, πιπέρι, δάφνη, αλάτι. Όταν βράσει, την τραβάμε από το ζουμί και την τοποθετούμε σε μια σουπιέρα, το δε ζουμί αφού το σουρώσουμε, το αφήνουμε να σιγοβράσει και να μείνει το μισό και λιγότερο. Κόβουμε αγγουράκια τουρσί και αυγά σφιχτά, τα βάζουμε γύρω-γύρω από το ψάρι μαζί με κάππαρη, και τελικώς τα περιχύνουμε όλα με του ζουμί, το οποίο αφήνουμε να κρυώσει και να μεταβληθεί σε πηχτή).
- Στοκοφίσι βραστό (το βάζουμε 2 μέρες στο νερό για να μουσκέψει καλά και να μαλακώσει. Όταν περάσει η πρώτη μέρα το βγάζουμε από το νερό το κοπανάμε λίγο για να μαλακώσει καλύτερα και το ξαναβάζουμε να μουσκέψει. Τέλος το βγάζουμε τελείως μαλακωμένο, και αφού το ξύσουμε καλά, το ανοίγουμε και αφαιρούμε το ραχοκόκκαλο. Έπειτα το κάνουμε κουλούρα, το βάζουμε στην κατσαρόλα να βράσει με αρκετό νερό. Όταν είναι έτοιμο, χύνουμε το νερό και το σερβίρουμε με σκορδαλιά ή μαγιονέζα.

Ψαρόσουπες

- Ψαρόσουπα σπιτική(1 οκά ψάρι, 150 δρμ. πατάτες, 100 δρμ κρεμμύδι, 30-40 δρμ λάδι, 2 καλές ντομάτες ή 2 αυγά, 1 ή 2 καλά λεμόνια, σέλινο, αλάτι, πιπέρι, δάφνη. Η σπιτική ψαρόσουπα γίνεται με ρύζι ή με σκέτο ζουμί, με ντομάτα ή αυγοκομμένη.)
- Ψαρόσουπα με διάφορα ψάρια(τοποθετούμε κάτω-κάτω στην κατσαρόλα όσα ψάρια θέλουν περισσότερο βράσιμο, και όσο ανεβαίνουμε τοποθετούμε τα ψάρια που θέλουν λιγότερο βράσιμο. Η σειρά έχει ως εξής: κάτω-κάτω βάζουμε τους ροφούς και τους λύχνους, σε δεύτερη σειρά τοποθετούμε τους σκορπιούς, στην τρίτη τα μικρά πετρόψαρα, πέρκες, χάνους, χειλούδες, στη τέταρτη τοποθετούμε τους σπάρους ή τους σαργούς ή τις γόπες μαζί με ένα-δυο μπαρμπούνια και στην πέμπτη σειρά τους φρέσκους μπακαλιάρους. Τα κρεμμύδια και τα σέλινα τα ρίχνουμε ψιλοκομμένα μαζί με τα ψάρια, ρίχνουμε επίσης λάδι, λεμόνι, και ντομάτα. Στο τέλος ρίχνουμε κρύο νερό)
- Κακαβιά (1 εκλεκτό ψάρι της οκάς, 1 οκά πετρόψαρα, ½ οκά μαρίδες, 100 δρμ. γαρίδες ή καβούρια, 100 δρμ. κρεμμύδια, 100 δρμ. ντομάτες, 5 αυγά, 2 λεμόνια, 50δρμ λάδι, δάφνη, σέλινο, καρότα, αλάτι, πιπέρι. Βάζουμε να βράσουν τα κρεμμύδια με τα καρότα για 20 ΄. Κατεβάζουμε τη κατσαρόλα από τη φωτιά, αφήνουμε λίγο το νερό να κρυώσει και ρίχνουμε μέσα τη ντομάτα το σέλινο, τα πετρόψαρα, και τις μαρίδες. Όλα αυτά βράζουν μισή ώρα και χυλώνουν, το μικρόψαρα γίνονται πολτός, τον οποίο περνάμε από τρυπητό, και το απόσταγμα πέφτει μέσα στο ζουμί. Τέλος σουρώνουμε το ζουμί και ρίχνουμε μέσα το μεγάλο ψάρι, τις γαρίδες, και τα καβούρια, μαζί με το λάδι. Στύβουμε λεμόνια, ρίχνουμε δάφνη, αλάτι πιπέρι. Μετά 15 ΄η κακκαβιά είναι έτοιμη, τότε βγάζουμε το ψάρι από το ζουμί, ρίχνουμε τα αυγά αχτύπητα (ποσέ). Ακολούθως σερβίρουμε από 1 αυγό σε κάθε πιάτο, μαζί με το ζουμί. Το νερό το κανονίζουμε για 5 πιάτα. Τα καβούρια πριν τα ρίξουμε τα μισοψήνουμε στη σχάρα. Στην κακκαβιά μπορούμε να ρίξουμε και θαλασσινά χόρτα, καθώς και 2 -3 κουταλιές θαλασσινό νερό. Μερικοί προσθέτουν κρίταμα, ένα είδος άγρια σέλινα που φυτρώνουν στα βράχια)
- Μπουγιαμπές (τα ίδια υλικά με την κακκαβιά, λάδι, με επιπλέον πατάτες. Αφού βράσουν τα ψάρια μαζί με τα κρεμμύδια, τα βγάζουμε με προσοχή και αφήνουμε να χυλώσουν τα κρεμμύδια και τα χορταρικά. Στη σάλτσα αυτή ρίχνουμε μισό γραμμάριο ζαφορά, αφαιρούμε τη δάφνη, και αυγοκόβουμε το ζουμί).
- Ψαροκεφαλή βραστή (Τα πολύ μεγάλα ψάρια σπάνια πουλιόνται ολόκληρα. Έτσι μπορούμε εύκολα να βρούμε κεφαλή από ροφό ή από σφυρίδα. τη μαγειρεύουμε όπως τη σπιτική ψαρόσουπα, λάδι. Ένα έχουμε και συκώτι από ψάρι τότε το φαγητό γίνεται ωραιότερο. Το συκώτι του ψαριού γίνεται πάντα βραστό. Καλή ψαρόσουπα κάνουμε και με κεφάλια από μικρότερα ψάρια, τα οποία προορίζουμε για άλλο φαγητό. Εάν έχουμε ψάρια για το τηγάνι, μπορούμε να κόψουμε τα κεφάλια και να κάνουμε σούπα, προσθέτοντας και 1-2 ψάρια ολόκληρα, για να ενισχύσουμε το ζουμί, προσθέτουμε και μερικές γαρίδες ή πεταλίδες)
- Τσιπούρες σέλινο αυγολέμονο(1 ½ οκά ρίζα σέλινο, 2-3 τσιπούρες, 3-4 αυγά για να αυγοκόψουμε τη σάλτσα. Το φαγητό αυτό είναι άγνωστο. Κι όμως είναι ωραιότατο φαγητό που γίνεται στην εποχή του, το φθινόπωρο, τότε που οι τσιπούρες είναι στο καιρό τους. τότε ακριβώς υπάρχει και η ρίζα σέλινο. Το ζουμί είναι λίγο και μοιάζει με αραιή κρέμα, ρύζι δεν βάζουμε, ούτε δάφνη, ούτε καρότα, ούτε ντομάτα)
- Ψαρόσουπα με πεταλίδες(οι πεταλίδες είναι κολλημένες στα βράχια, τις καθαρίζουμε βγάζοντας το φαΐ από το όστρακο, τις βράζουμε στη κατσαρόλα με αλάτι. Όταν βράσουν ρίχνουμε ντομάτες, κρεμμύδια, σέλινο, και δάφνη. Αφήνουμε το ζουμί να κρυώσει και τότε ρίχνουμε τα ψάρια. Ρίχνουμε παράλληλα λάδι, λεμόνι, πιπέρι, αλάτι. Βράζουμε για ένα τέταρτο, και η ψαρόσουπα είναι έτοιμη, αν θέλουμε βάζουμε και

ρύζι. Πολύ ωραίες είναι οι πεταλίδες μαγειρεμένες, συνήθως γίνονται πιλάφι, ανώτερο εκείνο του χταποδιού)

- Κακαβιά κυκλαδίτικη (στην Αμοργό, οι ψαράδες, κόβουν κρεμμύδια ψιλά και τα τσιγαρίζουν όσο να ξανθίσουν με λάδι, τσιγαρίζουμε πρώτα τα κρεμμύδια, σβήνουμε με ξύδι, ρίχνουμε τα ψάρια, τα τσιγαρίζουμε και προσθέτουμε νερό. Το ζουμί στην κακαβιά αυτή μένει ελάχιστο, όσο χρειάζεται για να μουσκέψει το ψωμί των ψαράδων)
- Ψαρόσουπα με χταπόδι (το χταπόδι δίνει στην ψαρόσουπα μια βαρεία και αλλιώτικη μυρωδιά, και την κάνει πιο χορταστική. Βράζουμε το χταπόδι 100 δρμ. έπειτα ρίχνουμε τα κρεμμύδια, έπειτα τα ψάρια μια οκά μαζί με το λεμόνι και το λάδι.)
- Ψαρόσουπα με αφυδατωμένα ψάρια (ξύνουμε τα φρέσκα ψάρια, σπάρους ως επί το πλείστον, αφαιρούμε τα πτερύγια και τα αγκάθια καθώς και τα σπάραχνα, κόβουμε την ουρά, σχίζουμε την πλάτη, αφαιρούμε τα εντόσθια. Ξεπλένουμε το ψάρι καλά με γλυκό νερό ή καλύτερα θαλασσινό, και το κρεμούμε να στραγγίξει. Όταν στραγγίξει το αλατίζουμε μέσα και έξω, του περνούμε κατά πλάτος ένα καλαμάκι, για να στέκει ανοιχτό και το κρεμάμε στον ήλιο να ξεραθεί. Ένα χονδρό βελόνι (σακκορράφα) μας βοηθάει να περάσουμε όλα τα ψάρια στον σπάγκο και να τα κρεμάσουμε στον ήλιο. Τα κρεμάμε από το κεφάλι. Για να φτιάξουμε την ψαρόσουπα, βάζουμε τα αφυδατωμένα ψάρια στο νερό και μετά τα μεταχειριζόμαστε σαν να είχαμε φρέσκα)

Στη σχάρα:

- Ψάρι ψητό στη σχάρα (Για να μην κολλά στη σχάρα, αλείφουμε το ψάρι με λάδι ή λαδολέμονο. Μπορούμε επίσης να αλευρώσουμε το ψάρι και έπειτα να το αλείψουμε με λάδι. Το σερβίρουμε με σάλτσα λαδολέμονο.
- Ψάρια ψητά με ντομάτα: μπαρμπούνια, λυθρίνια, τσιπούρες. (Τα ψήνουμε στη σχάρα. Παράλληλα ψήνουμε και ντομάτες. Γυρίζουμε τις ντομάτες να ψηθούν από όλες τις μεριές, και όταν μαλακώσουν και πριν σκάσουν, τις τραβούμε από τη φωτιά και αφαιρούμε τη φλούδα. Κόβουμε τις ντομάτες σε μια γαβάθα, και αφαιρούμε τους σπόρους, τις λιανίζουμε, ρίχνουμε λάδι, αλάτι, λεμόνι και ρίγανη και τις χτυπάμε με το πιρούνι όπως χτυπάμε το αυγολέμονο. Μέσα στη σάλτσα ρίχνουμε τα ψημένα ψάρια.)
- Παλαμίδα ψητή (σε πολλά νησιά την παλαμίδα την ψήνουν με σκόρδο και ρίγανη. Ανοίγουν στη ράχη και τα πλευρά μικρές κουμπότρυπες με ένα μαχαιράκι, και βάζουμε σε καθεμία μισή σκελίδα σκόρδο. Βάζουμε επίσης λίγο πιπέρι, μια σταγόνα λάδι και ρίγανη. Χαράζουμε τη μια πλευρά με το μαχαίρι, την αλείφουμε με λαδολέμονο και ρίγανη και την ψήνουμε στη σχάρα).
- Ψαροκεφτέδες σχάρας (Φιλέτα από χονδρό ψάρι, προσθέτουμε μια κουταλιά γλυκού λάδι, ένα ή δύο αυγά, λίγο σκόρδο, λίγη γαλέττα τριμμένη, 1 κουταλιά κορν-φλάουρ, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι, σταγόνες λεμόνι. Ζυμώνουμε τα υλικά, κόβουμε τους κεφτέδες με κουτάλι της σούπας, τους αλευρώνουμε και τους ψήνουμε στη σχάρα. Για να μην κολλάει το μίγμα στο κουτάλι καθώς κόβουμε τους κεφτέδες, έχουμε λάδι καυτό και βουτούμε κάθε φορά μέσα το κουτάλι.)
- Σκάρος ψητός (Τα εντόσθιά του είναι καθαρά όπως και της μπεκάτσας και γίνονται σάλτσα όπως του αστακού. Πριν ψήσουμε τον σκάρο, αφαιρούμε την χολή του, όχι όμως και τα εντόσθια. Αυτά όταν ψηθούν οι σκάροι, τα αφαιρούμε με ένα πιρούνι, και τα σερβίρουμε με λαδολέμονο, μουστάρδα και μαϊντανό, και αφού τα δουλέψουμε κάνουμε μια σάλτσα με την οποία περιχύνουμε τους σκάρους)
- Μουγγρί στη σχάρα (Πριν το ψήσουμε στη σχάρα, το αλείφουμε με λάδι)
- Μουγγρί λιαστό στη σχάρα (Το λιάσιμο γίνεται ως εξής: ανοίγουμε την κοιλιά του και αφαιρούμε τα εντόσθια. Το πλένουμε και το αφήνουμε να στραγγίξει. Χαράζουμε τη ράχη του βαθιά, και ρίχνουμε ψιλό αλάτι. Πασπαλίζουμε με αλάτι τα πλευρά και την κοιλιά του ψαριού και το κρεμάμε από το κεφάλι στον ήλιο. Αφού το αφήσουμε λίγες ώρες στον ήλιο, το κρεμούμε στον ίσκιο σε μέρος που να αερίζεται καλά. Επαναλαμβάνουμε την ίδια διαδικασία για 2 μέρες ακόμη. το δέρμα του έχει ζαρώσει και το κρέας του θυμίζει παστόψαρο παρά το φρέσκο ψάρι. Τότε το τεμαχίζουμε και το ψήνουμε στη σχάρα, αφήνοντας το στη φωτιά λιγότερη ώρα από εκείνη που απαιτεί το φρέσκο ψάρι.
- Τσίροι ψητοί στη σχάρα. (Τους μαλακώνουμε αφήνοντάς τους μέσα σε νερό με ξίδι, τους μισοψήνουμε στη σχάρα για να μαλακώσουν και έπειτα τους σχίζουμε σε μικρά τεμάχια και τους κάνουμε σαλάτα με λαδόξιδο και μαϊντανό.)
- Σπάρος ψητός στη σχάρα. (αφαιρούμε πρώτα τα λέπια και μένει πρωτίστως κάμποση ώρα στο αλάτι).

Στο κεραμίδι

- Παλαμίδα στο κεραμίδι(ετοιμάζουμε την παλαμίδα σαν να πρόκειται να την ψήσουμε στη σχάρα. Κατόπιν παίρνουμε ένα κεραμίδι ελληνικό, κυρτό δηλαδή, το πλένουμε με νερό, το αφήνουμε να στεγνώσει και βάζουμε μέσα την παλαμίδα. Έπειτα τοποθετούμε το κεραμίδι στη χόβολη ή το βάζουμε στο φούρνο. Όταν ψηθεί από το ένα μέρος, τη γυρίζουμε από την άλλη. Την ψήνουμε σκέτη ή της προσθέτουμε σκόρδο και ρίγανη ή σκόρδο και πιπέρι. Με τον ίδιο τρόπο ψήνουμε και τους κέφαλους)

Στη σούβλα:

- Σουβλάκια από ξιφίο (Κομμάτια ξιφία περασμένα σε ξύλινες ή μεταλλικές σούβλες εναλλάξ με δάφνη και φέτες ντομάτας. Σερβίρουμε με λαδολέμονο)

Στο τηγάνι:

►Τα χονδρά ψάρια τηγανίζονται σε φέτες πάχους ενός δακτύλου.

Τα καταλληλότερα για το τηγάνι είναι: Μαρίδες, μπαρμπούνια, γλώσσες, κατσούλες, γαλέοι, γόπες, σπάροι, γύλοι, σαργοί, λαυράκια, μαγιάτικα, σάλπες, χειλούδες, σαλάχια, σφυρίδες, συναγρίδες, φαγκριά, λυθρίνια.

- Μπαρμπούνια με λεμόνι (Στρώνουμε τα μπαρμπούνια στο τηγάνι χωρίς να τα αλευρώσουμε. Στύβουμε αρκετά λεμόνια και ρίχνουμε το ζουμί τους στα μπαρμπούνια όσο που να τα σκεπάσει. Σκεπάζουμε με ένα καπάκι, τα βάζουμε στη φωτιά, σε λάδι όπου βράζει.)
- Ομελέτα με μαρίδες (Τηγανίζουμε τις μαρίδες με λάδι αρκετό, και μόλις τηγανισθούν ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά και τα ανακατεύουμε 2-3 φορές με το πιρούνι. Συνεχίζουμε το τηγάνισμα όπως όταν φτιάχνουμε απλή ομελέτα. Με τον ίδιο τρόπο κάνουμε και ομελέτα με αθερίνες).
- Ψάρια σαβόρο με σταφίδες (Παίρνουμε μικρά ψάρια, κατά προτίμηση μπαρμπούνια ή μαρίδες, ή γόπες ή φέτες από χονδρό ψάρι. Τηγανίζουμε τα ψάρια, τα βγάζουμε από το τηγάνι, προσθέτουμε λίγο ακόμα λάδι, και μερικές κουταλιές αλεύρι και ανακατεύουμε το αλεύρι με ξύλινο κουτάλι, μέχρι που να πάρει ένα καστανό χρώμα. Τότε ρίχνουμε για μια οκά ψάρια ½ φλιτζάνι ξύδι, 1-2 φλιτζάνια νερό, λίγο κρασί άσπρο, λίγη ντομάτα φρέσκια, 1 κουταλιά γλυκού ζάχαρη, λίγο σκόρδο, δεντρολίβανο, αλάτι, πιπέρι. Συνεχίζουμε το ανακάτωμα και ενώ η σάλτσα βράζει, ρίχνουμε 150 δρμ. μαύρη σταφίδα. Η σάλτσα με τη σταφίδα βράζει επί 10΄. Όταν η σταφίδα φουσκώσει, τη μαζεύουμε με τρυπητή κουτάλα, και τη βάζουμε στην πιατέλα που έχουμε τα ψάρια. Τη σάλτσα την αφήνουμε στη φωτιά να δέσει και όταν γίνει πυκνή περιχύνουμε με αυτήν τα ψάρια και τη σταφίδα. Το φαγητό αυτό το συνηθίζουν στην Επτάνησο).
- Μπουρέκια με ψάρι τηγανιτά (Τα μπουρέκια γίνονται είτε *με ψάρι που μας περίσσεψε,* βρασμένο είτε με ψάρι ωμό. Και στην μια και στην άλλη κοπανίζουμε τα ψαχνά του ψαριού με τυρί, 1-2 αυγά, σκόρδο, μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Ζυμώνουμε την μάζα αυγή με το κουτάλι, και φτιάχνοντας πρόχειρα φύλλο από σφιχτό ζυμάρι, χωρίς μαγιά ετοιμάζουμε τα μπουρέκια. Στην γέμιση που ετοιμάζουμε μπορούμε να προσθέσουμε και μερικές κουταλιές πυκνή σάλτσα από κρεμμύδι και ντομάτα Τα μπουρέκια για το τηγάνι γίνονται λεπτά σαν τηγανίτες, ενώ τρυπάμε καθώς τηγανίζονται την τηγανισμένη μεριά με το πιρούνι.)
- Ψάρια πιλάφι. Το φαγητό αυτό πρωτοβγήκε κατά την περίοδο της Κατοχής, τότε που ο καθένας προσπαθούσε να κάνει με λίγα και φτωχικά υλικά, ένα υποφερτό φαγητό. (1 οκά ψάρια μικρά από αυτά που δεν έχουν πολλά κόκαλα, δηλαδή μπακαλιαράκια, κεφαλόπουλα, μικρές γλώσσες, μπαρμπουνάκια, γόπες, 2-3 πέρκες. Τα καθαρίζουμε, τα αλατίζουμε. Σε μεγάλο τηγάνι κάνουμε σάλτσα με κρεμμύδι, σκόρδο, μαϊντανό, δάφνη, πιπέρι, ντομάτες και το ανάλογο λάδι. Όταν η σάλτσα ετοιμαστεί κρατούμε κατά μέρος τη μισή και στην υπόλοιπη προσθέτουμε τα ψάρια, τα κουνάμε λίγο, τα σκεπάζουμε με ένα καπάκια και τ' αφήνουμε 3-5΄να βράσουν. Στη συνέχεια αφαιρούμε το καπάκι, προσθέτουμε λίγο νερό, και πάλι άλλο λίγο μέχρι να βράσουν τα ψάρια. Τραβάμε τα ψάρια μ' ένα πιρούνι από το τηγάνι και τα τοποθετούμε σε μια πιατέλα. Βάζουμε στη φωτιά μια κατσαρόλα μέσα στην οποία υπάρχει η σάλτσα που έχουμε κρατήσει κατά μέρος. Μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε το περιεχόμενο του τηγανιού, δηλαδή τη σάλτσα με το ζουμί των ψαριών, και ενώ ο βρασμός συνεχίζεται, ρίχνουμε το ρύζι, ανακατώνουμε, σκεπάζουμε τη κατσαρόλα, και αφήνουμε το ρύζι να βράσει και να πιει το ζουμί, ρίχνοντας και λίγο νερό στο μεταξύ.)
- Ψάρια πανέ τηγανιτά: γλώσσες, φιλέτα από ψάρι, σαλάχι, ρήνα, φρέσκος μπακαλιάρος. (Αλευρώνουμε τα ψάρια, τα βουτούμε σε χτυπημένο αυγό, και τα πασπαλίζουμε με τριμμένη γαλέττα. Κατόπιν τα τηγανίζουμε με λάδι ή με βούτυρο σε δυνατή φωτιά.)
- Φιλέτα ψαριών: φρέσκος μπακαλιάρος, σφύρνα, σαμπιέρος, πεσκανδρίτσα. (Αφαιρούμε το δέρμα και τα κόκαλα από το ψάρι. κυρίως τα φιλέτα βγαίνουν από την πλάτη. Το υπόλοιπο ψάρι, κοιλιά, κεφάλι κτλ. δεν το πετάμε, αλλά το κάνουμε σούπα, ενώ τα φιλέτα τα κάνουμε τηγανιτά, σκέτα ή πανέ.
- Τσίροι τηγανιτοί (κόβουμε το κεφάλι του τσίρου και αφού τον κοπανίσουμε τον ανοίγουμε στα 2 και βγάζουμε το χοντρό κόκαλο. Έπειτα μουσκεύουμε τον τσίρο στο νερό, και ετοιμάζουμε χυλό από αλεύρι και νερό, τον βουτούμε μέσα και έπειτα τον τηγανίζουμε σε λάδι.)

Στην κατσαρόλα γιαχνί ή πλακί

- Τσιπούρες, μουρμούρες, σκαθάρια πλακί.(Κατάλληλα όλα τα ψάρια εκτός από τα λιπαρά. Καθαρίζουμε, πλένουμε, αλατίζουμε τα ψάρια. Τσιγαρίζουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο σε αρκετό λάδι, ρίχνουμε μαϊντανό με 2 φύλλα δάφνης, ντομάτες, αλάτι, πιπέρι και λίγο νερό. Όταν γίνει η σάλτσα ρίχνουμε τα ψάρια και στύβουμε λεμόνι. Αφήνουμε να βράσουν σε σιγανή φωτιά, ρίχνοντας λίγο νερό.)
- Ψάρι γιαχνί. (Γίνεται όπως το πλακί με τη διαφορά ότι βάζουμε λιγότερο λάδι, σκόρδο, μαϊντανό, ντομάτα και πιπέρι. Το κρεμμύδι επίσης δεν το τσιγαρίζουμε πολύ. Τέλος τη σάλτσα την αφήνουμε αραιότερη, ρίχνουμε περισσότερο νερό).
- Τσιλαδιά (Τσιλαδιά ονομάζεται ένα είδος πηχτής από κέφαλους που τη συνηθίζουν στα Φιλιατρά. Η πηχτή αυτή παρουσιάζει την πρωτοτυπία ότι δεν γίνεται από βρασμένο ψάρι αλλά από ψάρι γιαχνιστό. Γιαχνίζουμε τους κέφαλους με κρεμμύδια και με διάφορα μυρωδικά. Έτσι μαγειρεμένο το ψάρι μεταβάλλεται σε πηχτή. Οι κέφαλοι πρέπει να είναι από ιχθυοτροφείο γιατί τότε έχουν το απαιτούμενο πάχος. Η πηχτή τρώγεται κρύα)
- Μπακαλιάρος γιαχνί με ρεβίθια.(βάζουμε από βραδύς τον μπακαλιάρο να ξαλμυρίσει. Παράλληλα βάζουμε τα ρεβίθια στο νερό για να μαλακώσουν. Στη συνέχεια τα βράζουμε για αρκετή ώρα μέχρι να είναι σχεδόν έτοιμα. Σε μια άλλη κατσαρόλα ετοιμάζουμε σάλτσα με ντομάτα, κρεμμύδι και μαϊντανό και εκεί ρίχνουμε τα ρεβίθια και τα γιαχνίζουμε, προσθέτοντας και λίγο από το νερό μέσα στο οποίο έβρασαν. Τοποθετούμε τα κομμάτια του μπακαλιάρου πάνω στα ρεβίθια στρωτά, και όταν πάρουν βράση, ρίχνουμε λίγο ρεβυθόζουμο, σκεπάζουμε την κατσαρόλα, κι' αφήνουμε το φαγητό να βράσει 20 λεπτά. Έπειτα σερβίρουμε.)

Στο φούρνο

- Ψάρι στο φούρνο-πλακί: οποιοδήποτε ψάρι, μαρίδα, γαύρο, σφυρίδα, τσιπούρα, συναγρίδα. (Απλώνουμε το ψάρι στο ταψί και το περιχύνουμε με τη σάλτσα που κάνουμε και για το πλακί στην κατσαρόλα. Επί πλέον προσθέτουμε μερικές φέτες ντομάτες, τις οποίες απλώνουμε απάνω στο ψάρι και έπειτα τις πασπαλίζουμε με γαλέττα.)
- Μαρίδες μπουργιέττο (Παίρνουμε 1 οκά μαρίδες μικρές, 100δρμ. κρεμμύδια, δυο μικρές ντομάτες, λίγο σκόρδο, 1 μικρό φύλλο δάφνη, λίγο μαϊντανό. Τσιγαρίζουμε ελαφρά το κρεμμύδι και το σκόρδο, σε λάδι, ρίχνουμε την ντομάτα, το μαϊντανό, τη δάφνη και λίγο νερό, τ' αφήνουμε λίγο να βράσουν και έπειτα στύβουμε λίγο λεμόνι και ρίχνουμε τις μαρίδες. Κουνάμε λίγο την κατσαρόλα και σε ένα λεπτό ρίχνουμε 100 δρμ. νερό δηλαδή το μισό απ' όσο θα μας χρειαζόταν αν φτιάχναμε ψαρόσουπα. Οι μαρίδες βράζουν 10΄ σε σιγανή φωτιά).
- Μπουρέκια με ψάρι (Τα μπουρέκια αυτά γίνονται είτε με ψάρι βρασμένο που μας περίσσεψε, είτε με ψάρι ωμό. Και στις δυο περιπτώσεις κοπανίζουμε τα ψαχνά του ψαριού και τα ανακατεύουμε με λίγο τυρί, 1 -2 αυγά, λίγο σκόρδο, λίγο μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Ζυμώνουμε τη μάζα αυτή με το κουτάλι και φτιάχνοντας πρόχειρα φύλλο από σφιχτό ζυμάρι χωρίς μαγιά, ετοιμάζουμε τα μπουρέκια και τα ψήνουμε στο φούρνο. Στην γέμιση που ετοιμάζουμε μπορούμε να προσθέσουμε και μερικές κουταλιές πυκνή σάλτσα από κρεμμύδι και ντομάτα.).
- Χελιοδονοφωλιές πλακί. (Πρόκειται για τις χελιδονοφωλιές που τρώνε οι Κινέζοι, αλλά και πολλοί άλλοι Ευρωπαίοι. Οι φωλιές αυτές αποτελούνται από ψάρια και από φύκια ή άλλα θαλασσινά χορτάρια. Τις συναντάμε στους άγριους βράχους απόκρημνων ακτών, και τις φτιάχνουν τα πετροχελίδονα. Αρπάζουν με τα νύχια τους τα μικρά ψαράκια που πλέουν στον αφρό, τα επεξεργάζονται με το ράμφος τους και το στόμα τους, τα πολτοποιούν και τα επικολλούν στους βράχους. Ακολούθως μαζεύουν διάφορα φύκια ή θαλασσινά χορτάρια εκλεκτής ποιότητας και τα ανακατεύουν μαζί με τα πολτοποιημένα ψάρια. Οι κινέζοι τις θεωρούν εκλεκτό φαγητό. Βράζουν και αποδίδουν μια θαυμάσια ψαρόσουπα, μαγειρεύονται και με μανιτάρια, γίνονται και πλακί)
- Πήττα με μπακαλιάρο (6 φύλλα, 1 οκά μπακαλιάρος, 75 δρ. ρύζι, 50 δρμ. τριμμένη πατάτα, 75 δρμ. λάδι, 1 μάτσο μαϊντανός, 2 κρεμμύδια, σκόρδο, δυόσμος, αλάτι, πιπέρι. Ετοιμάζουμε φύλλο, λαδώνουμε το ταψί, στρώνουμε 203 φύλλα και βάζουμε τη γέμιση, δηλαδή το ρύζι. Μέσα στη γέμιση τοποθετούμε τα κομμάτια του μπακαλιάρου και από πάνω ρίχνουμε λάδι, ακολούθως ρίχνουμε νερό, σκεπάζουμε τη γέμιση με 2-3 φύλλα. Ψήνουμε στο φούρνο. Γίνεται και πηττα με στοκοφίσι ακριβώς με τον ίδιο τρόπο)

Κατεψυγμένα ψάρια

Τα μαγειρεύουμε με όλους τους τρόπους, αντέχουν καλύτερα από τα φρέσκα στο πολύ βράσιμο, δεν διαλύονται, δεν σκορπάνε κι έχουν σάρκα εύχυμη. Τα ψάρια αυτά αλιεύοντα με συρόμενα δίκτυα σε βάθος 50-200 μέτρα, στις δυτικές ακτές του Μαρόκου. Στο ίδιο πλοίο που τα πιάνει γίνεται και η κατάψυξη.

Παστά ψάρια

Όλα τα ψάρια γίνονται παστά. Προτιμότερα όμως είναι τα αφρόψαρα που είναι παχιά δηλαδή οι σαρδέλες, τα σαβρίδια, οι κολιοί, τα σκουμπριά, οι παλαμίδες. Παστή γίνεται η μαρίδα και οι ουρές των αστακών.

Ο παστός Μπακαλιάρος (ο παστός μπακαλιάρος είναι ο γάδος των βορείων θαλασσών και του ωκεανού. Είναι το πιο προσιτό ψάρι για τον κοσμάκη, τις λαϊκές τάξεις των πόλεων και για τους αγρότες. Είναι φτηνός, θρεπτικός και ευκολομαγείρευτος, μαγειρεύεται δε με όλους τους τρόπους.

Χαβιαρόγλωσσες. Είναι παστωμένες ωοθήκες ψαριών, δηλαδή αυγά ψαριού αλατισμένα.

Παστός σπάρος. Τρώγεται γδαρτός. Τον γδέρνουν από το κεφάλι έως την ουρά, πετούν το κεφάλι και τον σερβίρουν με λάδι και λεμόνι.

Λιόκαφτα ψάρια

Μερικά ψάρια όπως ο σπάρος, ο Κέφαλος, το χέλι, η τσιπούρα γίνονται ως εξής: το ψάρι σχίζεται στα δύο, από τη ράχη, μαζί με το κεφάλι. Έτσι αλατίζεται και το ψαχνό και το μυαλό. Συγχρόνως το ψάρι χαρακώνεται στα πλάγια, έπειτα ξεπλένεται, στραγγίζει, αλατίζεται και κρεμιέται στον ήλιο. Σε 5-10 μέρες είναι έτοιμο. Αυτά τα ηλιοψημένα ψάρια τρώγονται ψητά, οι σπάροι τρώγονται και ωμοί δηλαδή παστοί.

Καπνιστά ψάρια

Τα παστά ψάρια γίνονται και καπνιστά. Μετά το πάστωμα το κρεμάμε στον καπνό. Η ρέγκα είναι πολύ γνωστή καπνιστή, αλλά και η σαρδέλα, η γόπα, το σαβρίδι, ο κολιός, η παλαμίδα, ο κέφαλος και το χέλι. Απαραίτητος όρος για να γίνει ένα ψάρι καπνιστό είναι να είναι παχύ. Επίσης τα μπαγιάτικα ψάρια, προκειμένου να πεταχτούν γίνονται καπνιστά.

Ο Λικουρίνος.(Πρόκειται για τον καπνιστό Κέφαλο αλλά δεν γίνονται όλοι οι Κέφαλοι Λικουρίνοι. Λικουρίνοι γίνονται οι Κέφαλοι που έχουν ζήσει σε φωτεινό τόπο και μακριά από το πολύ αλάτι. Είναι τότε Κέφαλοι παχύς και νόστιμοι, κατάλληλοι για πάστωμα και λιβάνισμα. Η αξία του Λικουρίνου έχει σχέση με τον τόπο διαμονής του και την εκλεκτικότητα της τροφής του.)

Σαρδέλες , γαύροι, αντσούγιες. (Τα γνωστότερα καπνιστά μετά τις ρέγκες και τους λικουρίνους είναι οι σαρδέλες.

Σάντουιτς με αλεσμένη καπνιστή ρέγκα.(αλέθουμε το καθαρό φιλέτο της ρέγκας, το αλέθουμε, και γίνεται κιμάς. Βάζουμε αυτόν τον κιμά σε γυάλινο δοχείο, το σκεπάζουμε με 2 μέρη λάδι και 1 μέρος λεμόνι χτυπημένα, και έτσι διατηρείται. Κάνουμε σάντουιτς με αυτήν προσθέτοντας και λίγο βούτυρο).

Αφυδατωμένα ψάρια

Τσίροι. Πρόκειται για αφυδατωμένα σκουμπριά. Σε τσίρους μεταβάλλονται τα άπαχα σκουμπριά.

Στοκοφίσι. Πρόκειται για αφυδατωμένο ψάρι που έρχεται από την Νορβηγία.

Το αυγό και το συκώτι του ψαριού

Το ψάρι μας δίνει και το συκώτι του κα το αυγοτάραχό του. Υπάρχουν ψάρια που έχουν μεγάλο συκώτι. Όλα τα μεγάλα ψάρια έχουν καλό συκώτι, δεν πρέπει να τρώμε το συκώτι της παλαμίδας και των λιπαρών ψαριών γενικά. Το συκώτι του σκουμπριού είναι υπέροχο αλλά είναι μικρό. Από το συκώτι αυγό, δηλαδή τα συκώτια εκατοντάδων σκόμβρων βγαίνει ένα ωραιότατο άρτυμα ο γάρος. Είναι διατηρημένο και αλατισμένο συκώτι. Το συκώτι του ψαριού πρέπει να τρώγεται *πάντοτε βραστό*. Αντιθέτως το αυγοτάραχο πρέπει να τρώγεται *τηγανιτό*.

Ωραίο αυγοτάραχο δίνει το φαγκρί καθώς και η συναγρίδα. Το αυγοτάραχο του Κέφαλου το τρώμε ταριχευμένο. Είναι το γνωστό αυγοτάραχο του Μεσολογγίου, με περίβλημα από κερί. Σπουδαίο είναι το αυγοτάραχο του οξύρρυγχου, από το οποίο βγαίνει το χαβιάρι. *Το καλύτερο όμως αυγοτάραχο* στην Ελλάδα δεν μας το δίνουν τα ψάρια αλλά τα *χταπόδια*. Τα αυγά του χταποδιού αλατισμένα είναι υπέροχος μεζές. Δεν βρίσκονται όμως στο εμπόριο, μόνο αν έχετε φίλιο κανένα ψαρά.

Χαβιάρι διάφορων ειδών

Μαύρο χαβιάρι, προέρχεται από τα αυγά του Οξύρρυγχου. Οξύρρυγχοι υπάρχουν στα ελληνικά παράλια με το όνομα "στουριόνια". Μαύρο χαβιάρι παράγεται στην Αλεξανδρούπολη και είναι το πιο ακριβό είδος χαβιαριού.

Κόκκινο χαβιάρι ή ταραμάς. Προέρχεται από αυγά διάφορων ψαριών, τρώγεται συνήθως ωμός υπό μορφή σαλάτας- ταραμοσαλάτα. Γίνονται και ταραμοκεφτέδες. Τη θέση του κιμά παίρνει ο ταραμάς ζυμώνεται με αλεύρι και με τσιγαρισμένα κρεμμύδια, μαϊντανό, κτλ.)

Το μπρικ προέρχεται από τα αυγά του σολομού. Τρώγεται ωμό, σκέτο ή ανακατωμένο με βούτυρο.

Οι χαβαριόγλωσσες: Πρόκειται για παστωμένες ωοθήκες ψαριών, δηλαδή αυγά αλατισμένα. Στη μορφή θυμίζουν το αυγοτάραχο, στην γεύση μοιάζουν με τον ταραμά. Οι χαβιαρόγλωσσες γίνονται είτε ολόκληρες με κρεμμύδια, ντομάτες, είτε λιωμένες και ανακατωμένες με διάφορα λαχανικά.)

Γάρος

Πρόκειται για το ταριχευμένο συκώτι του σκουμπριού. Τρώγεται με το ψωμί όπως η πάστα της αντσούγιας ή χρησιμοποιείται ως μουστάρδα για το βραστό κρέας.

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Βραστά:

- Χταπόδι βραστό (το βράζουμε με διάφορους τρόπους. Αν είναι ξερό, το μουσκεύουμε πρώτα, κατόπιν το βράζουμε και σερβίρουμε με λάδι, ξύδι και ζουμί στο οποίο έβρασε. Όταν έχουμε φρέσκο, το βράζουμε χωρίς νερό, σιγοβράζει με το νερό που χύνει το ίδιο. Όταν πιει το ζουμί του, ρίχνουμε νερό, και φρέσκιας ντομάτες, και λίγο λάδι, αν πρόκειται να το φάμε στεγνό, δεν του ρίχνουμε ντομάτα, ούτε λάδι, στο πιάτο ρίχνουμε λαδόξιδο)
- Χταπόδι σκορδαλιά (συνηθίζεται στην Κεφαλονιά. Βράζουμε το χταπόδι, ετοιμάζουμε σκορδαλιά και χύνουμε σε αυτή μέρος από το ζουμί του χταποδιού, προσθέτοντας λίγο λάδι)
- Ψαρόσουπα με χταπόδι (το χταπόδι δίνει στην ψαρόσουπα μια βαρεία και αλλιώτικη μυρωδιά, και την κάνει πιο χορταστική. Βράζουμε το χταπόδι 100 δρμ. έπειτα ρίχνουμε τα κρεμμύδια, έπειτα τα ψάρια μια οκά μαζί με το λεμόνι και το λάδι.)

Στη κατσαρόλα:

- Χταπόδι γιαχνί (το φτιάχνουμε με 3 τρόπους: ο πρώτος είναι να βράσει με το νερό του και μετά να γιαχνιστει, ο δεύτερος να βράσει με νερό και έπειτα να γιαχνιστει, οπότε το νερό το χύνουμε, και το τρίτος να γιαχνιστεί απευθείας, ωμό, χωρίς να βράσει προηγουμένως. Το νερό το ρίχνουμε μετά το καβούρδισα. Το χταπόδι μαγειρεύεται κομμένο σε μικρά κομμάτια. Χρησιμοποιείται αρκετή ντομάτα, και αρκετό κρεμμύδι, άλλα δεν βάζουμε δάφνη, ούτε σκόρδο. Εάν προσθέσουμε ρύζι, τότε μεταβάλλεται σε χταπόδι πιλάφι με ντομάτες. Αντί για ρύζι μπορούμε να ρίξουμε μακαρονάκι κοφτό. Με τον ίδιο τρόπο κάνουμε και τις σωλήνες και τις πίνες.)
- Χταπόδι κρασάτο (καβουρδίζουμε το κρεμμύδι με σκόρδο, κατόπιν ρίχνουμε το χταπόδι κομμένο σε κομμάτια, αφήνουμε να βράσει. Ρίχνουμε μαύρο κρασί, για να σκεπασθεί το χταπόδι, λίγη ντομάτα, αλατοπίπερο.
- Χταπόδι στιφάδο (καβουρδίζουμε το χταπόδι με κρεμμύδι και σκόρδο και σβήνουμε με ξύδι. Προσθέτουμε δάφνη, ντομάτα, νερό, και αφήνουμε να βράσει. Όταν το χταπόδι ψηθεί, ρίχνουμε αρκετά κρεμμύδια ολόκληρα)
- Αστακός πιλάφι (βράζουμε τον αστακό με νερό, κρεμμύδι, λάδι και σέλινο. Τον βγάζουμε, τον τεμαχίζουμε, κρατούμε χωριστά τα εντόσθια, κάνουμε σάλτσα με κρεμμύδι, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, δάφνη, και αφού σουρώσουμε το ζουμί ρίχνουμε μέσα στη σάλτσα τα εντόσθια του αστακού. Κατόπιν ρίχνουμε το ρύζι, το λευκό κρέας του αστακού το σερβίρουμε ιδιαιτέρως ή το ανακατεύουμε με το πιλάφι)
- Πίνες κατά τον τρόπο των ψαράδων (βράζουν τις πίνες στο ίδιο τους το καύκαλο, προσθέτοντας λάδι, λεμόνι και πιπέρι. Αυτό γίνεται στην άκρη του γιαλού όπου οι ψαράδες ανάβουν φωτιά με φρύγανα.)
- Πιλάφι με πεταλίδες ανάμικτες με θαλασσινά σαλιγκάρια. (τα σαλιγκάρια τα ζεματάμε με θαλασσινό νερό και κατόπιν τα βγάζουμε από το καβούκι τους με το βελόνι. Το πιλάφι γίνεται ακόμα γευστικότερο αν προσθέσουμε στο βράσιμο, ζουμί από ψάρια.)

Στη σχάρα:

- Χταπόδι ψητό στη σχάρα (Κόβουμε τα πόδια, και ψήνουμε στη σχάρα. Δεν βάζουμε τίποτα στο ψήσιμο. Εν είναι νερό, το βρέχουμε με νερό, το κοπανάμε, το βρέχουμε με ξύδι και το τοποθετούμε στη σχάρα. Η κουκούλα του μπορεί να γίνει επίσης ψητή αλλά είναι κατώτερη από τα πόδια)

Στο τηγάνι:

- Μύδια τηγανιτά με χυλό από αλεύρι, αυγά και μπύρα.(η αναλογία είναι 100 δρμ. αλεύρι, 2 αυγά, 10 δρμ μπύρα.) αυτό τον χυλό με μπύρα τον ξανασυναντήσαμε στη συνταγή πατ α φριρ του 1863.

Σουπιές και καλαμάρια

οι σουπιές μαγειρεύονται τηγανιτές, γιαχνί, σκέτες με σπανάκι, με πιλάφι, ή με πατάτες. Μόνο ψητή στη σχάρα δεν γίνεται η σουπιά γιατί ξεροψήνεται απ' έξω και από μέσα μένει άψητη. Από την σουπιά δεν πρέπει να πετάμε τίποτα, εκτός από το κόκαλο, αν πετάξουμε τα γλυκάδια της, το μελάνι τη κτλ, και κρατήσουμε μόνο το λευκό κρέας, θα έχουμε ένα άνοστο φαγητό.

Οι μεγάλες σουπιές μπορεί να αποξηρανθούν όπως τα χταπόδια. Ανοίγουμε τη σουπιά, αφαιρούμε, τα εντόσθια, την πλένουμε, τις περνούμε ένα καλαμάκι για να στέκει ανοιχτή και την κρεμούμε κάπου για να ξεραθεί.

Τα καλαμάρια είναι τρυφερότερα, γλυκύτερα και νοστιμότερα από τη σουπιά. Τα μικρά καλαμαράκια είναι εξαίσια τηγανιτά. Από το καλαμάρι δεν πρέπει να πετούμε τίποτα εκτός από την πέννα, το λεπτό διάφανες κόκαλο.

Καβούρια, γαρίδες, καραβίδες

Σ' όλα τα παράλια της Ελλάδος υπάρχουν καβούρια, τα οποία είναι υπέροχα όταν ψηθούν στα κάρβουνα. Δίνουν επίσης ωραίο πιλάφι. Ωραίο πιλάφι γίνεται και με τις γαρίδες, οι οποίες τρώγονται βραστές με λαδολέμονο ή με μαγιονέζα ή τηγανίζονται με το κέλυφος. Γίνονται πανέ αφού αφαιρέσουμε το κέλυφος και ψητές στη σχάρα.

Τα θαλασσινά

Ονομάζονται περιληπτικώς τα στρείδια, μύδια, χτένια, πίνες, κυδώνια, αχιβάδες, καλόγνωμες, χάβαρα, σωλήνες, φούσκες, αχινοί, πεταλίδες, θαλασσινά σαλιγκάρια. Τρώγονται ωμά και διατηρούν όλες τους τις βιταμίνες. Τα θαλασσινά είναι και ωφέλιμη τροφή. Διότι έχουν θεραπευτικές ιδιότητες, είναι φάρμακα, ωφελούν τους αναιμικούς, τους ραχιτικούς, τους ηλικιωμένους, τους εξαντλημένους. Θεραπεύουν ή προλαμβάνουν την αβιταμίνωση. Και τέλος καταπολεμούν την τάση προς την παχυσαρκία. Από όλα τα θαλασσινά που αναφέραμε οι φούσκες τρώγονται πάντα ωμές, ενώ αντιθέτως οι πίνες και οι σωλήνες τρώγονται πάντοτε μαγειρεμένες. Μαγειρεμένα τρώγονται ως επί το πλείστον και τα μύδια. Όλα τα άλλα τρώγονται ωμά αλλά μπορούμε και να τα μαγειρέψουμε.

ΑΥΓΑ

Στο τηγάνι

- Ομελέτα με μαρίδες (Τηγανίζουμε τις μαρίδες με λάδι αρκετό, και μόλις τηγανισθούν ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά και τα ανακατεύουμε 2-3 φορές με το πιρούνι. Συνεχίζουμε το τηγάνισμα όπως όταν φτιάχνουμε απλή ομελέτα. Με τον ίδιο τρόπο κάνουμε και ομελέτα με αθερίνες)

Βραστά:

- Κακαβιά (σε κάθε πιάτο βάζουμε 1 αυγό ποσέ)
- Πηχτή από ψάρια: σμέρνα (Από τα ψάρια μπορούμε να κάνουμε πηχτή ανάλογη μ' εκείνη που γίνεται από κεφαλή χοίρου. Αφαιρούμε από τη σμέρνα τα εντόσθια, την κόβουμε σε κομμάτια, τη βράζουμε σε κατσαρόλα σκεπάζοντας τη με νερό. Ρίχνουμε λίγο ψιλοκομμένο σέλινο, λίγο μαϊντανό, 2-3 γαρύφαλλα, πιπέρι, δάφνη, αλάτι. Όταν βράσει, την τραβάμε από το ζουμί και την τοποθετούμε σε μια σουπιέρα, το δε ζουμί αφού το σουρώσουμε, το αφήνουμε να σιγοβράσει και να μείνει το μισό και λιγότερο. Κόβουμε αγγουράκια τουρσί και αυγά σφιχτά, τα βάζουμε γύρω-γύρω από το ψάρι μαζί με κάππαρη, και τελικώς τα περιχύνουμε όλα με του ζουμί, το οποίο αφήνουμε να κρυώσει και να μεταβληθεί σε πηχτή).

Διάφορα

- Μπουρέκια με ψάρι στο φούρνο είτε τηγανιτά
- Ψαροκεφτέδες σχάρας

ΟΣΠΡΙΑ

- Μπακαλιάρος γιαχνί με ρεβίθια.

Τουρσί

- Πηχτή από ψάρια: σμέρνα

ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

Τυρί

- Μπουρέκια με ψάρι (Τα μπουρέκια αυτά γίνονται είτε με ψάρι βρασμένο που μας περίσσεψε, είτε με ψάρι ωμό. Και στις δυο περιπτώσεις κοπανίζουμε τα ψαχνά του ψαριού και τα ανακατεύουμε με λίγο τυρί, 1 -2 αυγά, λίγο σκόρδο, λίγο μαϊντανό, αλάτι, πιπέρι. Ζυμώνουμε τη μάζα αυτή με το κουτάλι και φτιάχνοντας πρόχειρα φύλλο από σφιχτό ζυμάρι χωρίς μαγιά, ετοιμάζουμε τα μπουρέκια και τα ψήνουμε στο φούρνο. Στην γέμιση που ετοιμάζουμε μπορούμε να προσθέσουμε και μερικές κουταλιές πυκνή σάλτσα από κρεμμύδι και ντομάτα.).

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Αλεύρι

- Πήττα με μπακαλιάρο.(6 φύλλα, 1 οκά μπακαλιάρος, 75 δρ. ρύζι, 50 δρμ. τριμμένη πατάτα, 75 δρμ. λάδι, 1 μάτσο μαϊντανός, 2 κρεμμύδια, σκόρδο, δυόσμος, αλάτι, πιπέρι)
- Μπουρέκια με ψάρι (Ζυμώνουμε τη μάζα αυτή με το κουτάλι και φτιάχνοντας πρόχειρα φύλλο από σφιχτό ζυμάρι χωρίς μαγιά)

Ρύζι

- Χταπόδι γιαχνί (το φτιάχνουμε με 3 τρόπους: ο πρώτος είναι να βράσει με το νερό του και μετά να γιαχνιστει, ο δεύτερος να βράσει με νερό και έπειτα να γιαχνιστει, οπότε το νερό το χύνουμε, και το τρίτος να γιαχνιστεί απευθείας, ωμό, χωρίς να βράσει προηγουμένως. Το νερό το ρίχνουμε μετά το καβούρδισα. Το χταπόδι μαγειρεύεται κομμένο σε μικρά κομμάτια. Χρησιμοποιείται αρκετή ντομάτα, και αρκετό κρεμμύδι, άλλα δεν βάζουμε δάφνη, ούτε σκόρδο. Εάν προσθέσουμε ρύζι, τότε μεταβάλλεται σε χταπόδι πιλάφι με ντομάτες. Αντί για ρύζι μπορούμε να ρίξουμε μακαρονάκι κοφτό.
- Αστακός πιλάφι (βράζουμε τον αστακό με νερό, κρεμμύδι, λάδι και σέλινο. Τον βγάζουμε, τον τεμαχίζουμε, κρατούμε χωριστά τα εντόσθια, κάνουμε σάλτσα με κρεμμύδι, ντομάτα, αλάτι, πιπέρι, μαϊντανό, δάφνη, και αφού σουρώσουμε το ζουμί ρίχνουμε μέσα στη σάλτσα τα εντόσθια του αστακού. Κατόπιν ρίχνουμε το ρύζι, το λευκό κρέας του αστακού το σερβίρουμε ιδιαιτέρως ή το ανακατεύουμε με το πιλάφι)
- Πιλάφι με πεταλίδες ανάμικτες με θαλασσινά σαλιγκάρια.
- Πήττα με μπακαλιάρο.(6 φύλλα, 1 οκά μπακαλιάρος, 75 δρ. ρύζι, 50 δρμ. τριμμένη πατάτα, 75 δρμ. λάδι, 1 μάτσο μαϊντανός, 2 κρεμμύδια, σκόρδο, δυόσμος, αλάτι, πιπέρι)
- Ψαρόσουπα σπιτική

Ζυμαρικά

- Χταπόδι γιαχνί (το φτιάχνουμε με 3 τρόπους: ο πρώτος είναι να βράσει με το νερό του και μετά να γιαχνιστεί, ο δεύτερος να βράσει με νερό και έπειτα να γιαχνιστεί, οπότε το νερό το χύνουμε, και το τρίτος να γιαχνιστεί απευθείας, ωμό, χωρίς να βράσει προηγουμένως. Το νερό το ρίχνουμε μετά το καβούρδισα. Το χταπόδι μαγειρεύεται κομμένο σε μικρά κομμάτια. Χρησιμοποιείται αρκετή ντομάτα, και αρκετό κρεμμύδι, άλλα δεν βάζουμε δάφνη, ούτε σκόρδο. Εάν προσθέσουμε ρύζι, τότε μεταβάλλεται σε χταπόδι πιλάφι με ντομάτες. Αντί για ρύζι μπορούμε να ρίξουμε μακαρονάκι κοφτό.

ΛΑΧΑΝΙΚΑ-θαλασσινές σαλάτες

Θαλασσινά φυτά δεν τρώμε, ενώ κάνουμε μέγιστη χρήση της φυτικής τροφής προέρχεται από την ξηρά. Μολαταύτα η θάλασσα μας προσφέρει δυο-τρία φυτικά προϊόντα κατάλληλα προς βρώση. Οι ψαράδες μας έχουν ανακαλύψει στα παράλια μας δυο θαλασσινά φυτά που τρώγονται είτε ωμά είτε μαγειρεμένα. Στην πρώτη γραμμή έχουμε τα ράμματα. Είναι περίεργα φυτά που έχουν στέλεχος λεπτό, μακρύ, και στρογγυλό. Το χρώμα τους είναι σκούρο καστανό. Φυτρώνουν τούφες τούφες στους υφάλους στα ρηχά. Η σάρκα τους είναι τραγανή και έχει αρκετή νοστιμάδα. Τρώγονται ευχάριστα ωμά με λαδόξιδο, ως σαλάτα.

Υπάρχει μια ακόμα θαλασσινή σαλάτα. Γίνεται με κάτι άσπρα ή χρυσοκίτρινα διαφανή τραγανά χορταράκια που μοιάζουν σαν μικροσκοπικές λόγχες και φυτρώνουν στα βράχια της ακρογιαλιάς σ' ελάχιστο βάθος.

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ΚΑΙ ΞΗΡΆ ΦΡΟΎΤΑ

Σταφίδες

- Ψάρια σαβόρο με σταφίδες

ΛΊΠΗ

Βούτυρο

- Ψάρια πανέ τηγανιτά: γλώσσες, φιλέτα από ψάρι, σαλάχι, ρήνα, φρέσκος μπακαλιάρος. (Αλευρώνουμε τα ψάρια, τα βουτούμε σε χτυπημένο αυγό, και τα πασπαλίζουμε με τριμμένη γαλέττα. Κατόπιν τα τηγανίζουμε με λάδι ή με βούτυρο σε δυνατή φωτιά.)
- οι γλώσσες και οι κατσούλες τηγανίζονται με βούτυρο.
- Φιλέτα ψαριών: φρέσκος μπακαλιάρος, σφύρνα, σαμπιέρος, πεσκανδρίτσα. (Αφαιρούμε το δέρμα και τα κόκαλα από το ψάρι. κυρίως τα φιλέτα βγαίνουν από την πλάτη. Το υπόλοιπο ψάρι, κοιλιά, κεφάλι κτλ. δεν το πετάμε, αλλά το κάνουμε σούπα, ενώ τα φιλέτα τα κάνουμε τηγανιτά, σκέτα ή πανέ.

Λάδι

Όλες οι υπόλοιπες συνταγές

Παράρτημα 11: Κωδικοποίηση των συνταγών του Βιβλίου Μαγειρικής του Ποταμιάνου Θ., " "33 ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ" , Αθήνα, 1965

"33 ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ"

ΨΑΡΙΑ

Βραστά:

- Τσιπούρες σέλινο αυγολέμονο (Κόβουμε φέτες το σέλινο και το βράζουμε σε όσο μπορούμε λιγότερο νερό. "Επειτα ρίχνουμε τα ψάρια και, μόλις βράσουν, τα αυγοκόβουμε με αρκετά αυγά. Το ζουμί μένει λίγο και μοιάζει σαν αραιή κρέμα. Μέσα στο φαγητό δεν βάζουμε τίποτα άλλο, ούτε ρύζι, ούτε πατάτα, ούτε καρότο ούτε ντομάτα)
- Στοκοφισι σκορδαλιά (Μια δυνατή σκορδαλιά, με άσπρο ψωμί ή με ψωμί ανάμικτο με πατάτα, ταιριάζει πολύ με το στοκοφίσι. Αφού μαλακώσει το στοκοφίσι καλά, το βγάζουμε από το νερό, το ξύνουμε καλά και αφαιρούμε το ραχοκόκαλο. Κατόπιν τού ρίχνουμε λίγο αλάτι και το βράζουμε επί μία ώρα και πλέον. Στην κατσαρόλα δεν ρίχνουμε τίποτε άλλο, έκτός από λίγο αλάτι ακόμα αν χρειάζεται. "Όταν βράσει το κατεβάζουμε, χύνουμε όλο το ζουμί και σερβίρουμε το ψάρι με σκορδαλιά.
- Τσιλαδιά (Ή πηχτή όμως από ψάρια είναι φαγητό μάλλον άγνωστο. Επί πλέον απαιτούνται ορισμένα ψάρια για να γίνει πηχτή. Ένα ψάρι κατάλληλο για πηχτή είναι ή σμέρνα, άγριο ψάρι με φιδίσιο κορμί πού μοιάζει κάπως με το χέλι. Πολύ κατάλληλο ψάρι για πηχτή είναι και ο Κέφαλος. Ή πηχτή από ψάρια γίνεται με τον ίδιο τρόπο πού γίνεται ή πηχτή από κρέας. Διαφορά παρουσιάζει μόνον μια ξεχωριστή πηχτή από Κέφαλους τής λίμνης ή τής λιμνοθάλασσας, πού συνηθίζεται γύρω στα Φιλιατρά και είναι γνωστή με το όνομα τσιλαδιά)
- Ψαρόσουπα με ψάρι ξερό (Ξύνουμε το ψάρι καλά, κόβουμε τα πτερύγια και το σκίζουμε βαθιά από τη ράχη, αφήνοντας ανέπαφη την «κοιλιά». Έπειτα το ανοίγουμε, αφαιρούμε τα εντόσθια, το πλένουμε με νερό κατά προτίμηση με θάλασσα, το αφήνουμε να στραγγίξει και το πασπαλίζουμε με λίγο αλάτι ψιλό. Έπειτα παίρνουμε ένα καλαμάκι, για να στέκει το ψάρι ανοιχτό και το κρεμούμε στον ήλιο και στον αέρα για να ξεραθεί. Σε 3-4 μέρες είναι έτοιμο. Κρεμασμένο μένει και τη νύχτα και με τη συννεφιά. Ώρες - ώρες μάλιστα το μεταφέρουμε από τον ήλιο στον Ίσκιο και πάλι ξανά στον ήλιο. Μετά την «αποξήρανση» τοποθετούμε τα ψάρια σ' ένα ξύλινο κουτί ή σ' ένα καλάθι, μαζί με λίγα φύλλα δάφνης, και τα πάμε όπου θέλουμε. Είναι καθαρά και άοσμα δεν μυρίζουν ψαρίλα και μεταφέρονται θαυμάσια παντού. Όταν θέλουμε να κάνουμε ψαρόσουπα τα βάζουμε στο νερό να μαλακώσουν και τότε μοιάζουνε σαν φρέσκα. Αλάτι στη σούπα δεν ρίχνουμε, ή μάλλον δοκιμάζουμε και αν χρειαστεί ρίχνουμε. Αυτό είναι όλο.

Στη κατσαρόλα:

- Ψάρια πιλάφι (Παίρνουμε το κατάλληλο τηγάνι και εκεί μέσα *καβουρδίζουμε μπόλικα κρεμμύδια μαζί με λίγο ψιλοκομμένο σκόρδο*. Τα κρεμμύδια πρέπει να έχουν το μισό βάρος των ψαριών πού θα χρησιμοποιήσουμε στο φαγητό. Λάδι ανάλογο. Μόλις ξανθίσουν τα κρεμμύδια, ρίχνουμε ψιλοκομμένες ντομάτες, μαϊντανό, ελάχιστο δυόσμο, δάφνη και πιπέρι. Βράζουν σε σιγανή φωτιά και σχηματίζουν μία παχύρρευστη σάλτσα, ή όποια σκεπάζει το μισό βάθος του τηγανιού. Μέσα στη σάλτσα ρίχνουμε τα ψάρια. Τα ψάρια, μισοσκεπασμένα από τη σάλτσα, σιγοβράζουν έως πέντε λεπτά. Τότε τα γυρίζουμε από την άλλη πλευρά και τ' αφήνουμε να βράσουν άλλο τόσο. "Όταν τα ψάρια είναι έτοιμα τα τοποθετούμε σε σκεύος, όπου τα διατηρούμε ζεστά. Αδειάζουμε τη σάλτσα σε κατσαρόλα προσθέτουμε νερό και βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά, ρίχνουμε το ρύζι. Σ' ένα κιλό ψάρια αναλογούν 200 - 250 γραμμάρια ρύζι.)
- Ψάρια με ντομάτες ψητές (Παίρνουμε λοιπόν τα ψάρια, γόπες ή λυθρίνια ή μπαρμπούνια ή τσιπούρες, ψήνουμε στη σχάρα. Πλάι, σε μια άλλη σχάρα ή στην ίδια, αφού κατεβάσουμε τα ψάρια, τοποθετούμε τις ντομάτες και τις αφήνουμε λίγη ώρα να σιγοψηθούν. Με το ψήσιμο μαλακώνει ή ψίχα τους και μισοκαίγεται ο φλοιός, ο οποίος τώρα αποχωρίζεται πολύ εύκολα από την ψίχα. Τις ξεφλουδίζουμε, αφαιρούμε τα σπόρια, τις ρίχνουμε σε μια πιατέλα, όπου τις «λιανίζουμε» με το πιρούνι. Ρίχνουμε λάδι, ρίγανη, λεμόνι, αλάτι. Σχηματίζεται έτσι ένας κόκκινος πολτός, μέσα στον οποίον ρίχνουμε ζεστά, τα ψημένα ψάρια.
- Ψάρια γιαχνί με πιπεριές (Κόβουμε 2, 3 κρεμμύδια ψιλά, και τα βάζουμε στην κατσαρόλα με ένα φλιτζάνι λάδι να ροδίσουν. Προσθέτουμε μετά πιπεριές, μεγάλες "γλυκές", πιπεριές καθαρισμένες από τα σπόρια και χονδροκομμένες. Φυσικά, οι πιπεριές μπαίνουν στην κατσαρόλα πριν από το ψάρι γιατί απαιτούν περισσότερη ώρα για να βράσουν. Αφού προσθέσουμε λίγες ντομάτες, και νερό, τ' αφήνουμε να σιγοβράσουν. Όταν κοντεύουν να ψηθούν προσθέτουμε το ψάρι. Μόλις ψηθεί το ψάρι, τα τραβάμε όλα από τη φωτιά, και ανάλογα με το γούστο μας αραιώνουμε ή πυκνώνουμε τη σάλτσα.)

Στο φούρνο:

- Ψαρόπιττα (Παίρνουμε μεγάλες μαρίδες ή μαρίδες ανάμικτες με σαρδέλες τις τηγανίζουμε και τις βάζουμε κατά μέρος στεγνές. "Επειτα παίρνουμε διάφορα χόρτα κατάλληλα για πίττα, δηλαδή σπανάκι, άνηθο, μυρώνια, καυκαλήθρες κ.τ.λ. και αφού τα καβουρδίσουμε ελαφρά με κρεμμύδι, σκόρδο, ντομάτα, τα στρώνουμε στο ταψί, χωρίς φύλλο. Κατόπιν πάνω στα χόρτα βάζουμε μία στρώση ψάρια τα τηγανισμένα και από πάνω άλλη μία στρώση χόρτα, σε μικρότερη ποσότητα. Τέλος ρίχνουμε το ανάλογο λάδι και το ανάλογο νερό και βάζουμε το ταψί στο φούρνο ή στα κάρβουνα. Πολυτελέστερη γίνεται αν στο τέλος ρίξουμε και τριμμένο τυρί, εξαιρετική δε θεωρείται, αν μαζί με τα ψάρια τηγανίσουμε και μερικές γαρίδες η μικρές καραβίδες ή μερικά καλά (βασιλικά) καβούρια.

- Μπακαλιαρόπιττα (1 κιλό μπακαλιάρο. 150-200 γραμ. ρύζι. 100-150 γραμ. τριμμένη πατάτα. 200 γραμ. ψιλοκομμένο κόκκινο κολοκύθι, μαϊντανό. 2 κρεμμύδια, ½ κεφάλι σκόρδο, δυόσμο, λάδι. Κόβουμε ψιλά το κρεμμύδι και το σκόρδο, ρίχνουμε μαϊντανό, δυόσμο, το ρύζι, την τριμμένη πατάτα και το κολοκύθι, και λίγο αλατοπίπερο, 1 κουταλιά λάδι και τα ανακατεύουμε όλα καλά. Λαδώνουμε το ταψί και στρώνουμε δύο τρία φύλλα και μέσα βάζουμε και απλώνουμε τη γέμιση. Μέσα στη γέμιση τοποθετούμε τα κομμάτια του μπακαλιάρου κι από πάνω ρίχνουμε το λάδι και το ανάλογο νερό ως τρία τέταρτα του κιλού. "Επειτα σκεπάζουμε τη γέμιση με δύο – τρία φύλλα και τα βάζουμε στο φούρνο όπου πρέπει να παραμείνει περισσότερο από μια ώρα για να ψηθεί καλά.

Στο τηγάνι :

- Ψάρια σαβορο με σταφίδες (Τηγανίζουμε σε αρκετό λάδι μέτριες γόπες ή μεγάλες μαρίδες ή άλλα μικρά ψάρια και, αφού τα τραβήξουμε από το τηγάνι τα κρατάμε κάπως ζεστά, σε κατάλληλο σκεύος. Κατεβάζουμε το λάδι από τη φωτιά. Εάν στο λάδι πού έμεινε στο τηγάνι υπάρχουν τίποτα μαυράκια ή ίχνη ψαριού τα βγάζουμε με το πιρούνι και προσθέτουμε και άλλο λίγο λάδι. Ψιλοκόβουμε σκόρδο, διαλύουμε λίγο αλεύρι με νερό. Ξαναβάζουμε το τηγάνι σε σιγανή φωτιά και ρίχνουμε το ψιλοκομμένο σκόρδο. Καθώς τηγανίζεται το σκόρδο, πριν ψηθεί καλά, ρίχνουμε στο τηγάνι με προσοχή και λίγο-λίγο, δύο ή τρεις κουταλιές του γλυκού ξύδι. Ακολούθως και σχεδόν αμέσως ρίχνουμε στο τηγάνι σιγά - σιγά, το διαλυμένο στο νερό αλεύρι και το ανακατώνουμε συνεχώς, προσθέτοντας κατά δόσεις λίγο νερό ακόμα. Δυναμώνουμε λίγο τη φωτιά και αφήνουμε το αλεύρι να βράσει ως πέντε λεπτά τής ώρας, αραιώνοντάς το με νερό για να μη γίνει σφιχτό και ανακατώνοντας συνεχώς. Τέλος ρίχνουμε στο τηγάνι τις σταφίδες σε ποσότητα ανάλογη με τα ψάρια και με τον χυλό. Οι σταφίδες βράζουν και εμείς προσέχουμε να μη σφίξει ο χυλός. Όταν οι σταφίδες φουσκώσουν και γίνουν σαν φρέσκιας, το φαγητό είναι έτοιμο. Βάζουμε τα ψάρια σε πιατέλα και περιχύνουμε με τον χυλό. Στην πιατέλα τα ψάρια πρέπει σχεδόν να κολυμπούν στον χυλό και να είναι γαρνιρισμένα με τις σταφίδες.

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Στον βράχο:

- Μύδια στον αχνό (Ο βράχος πρέπει να είναι ίσιος, ομαλός, επίπεδος, αρκετά μεγάλος και καθαρός. Απάνω εκεί οι ψαράδες ανάβουν μεγάλη φωτιά με τα συγκεντρωμένα ξυλά και όταν σχηματισθεί στο βράχο μία καλή θρακιά, ρίχνουν απάνω, απλωτά, τα μύδια. "Εχουν ακόμη μαζέψει από πριν χορτάρια του βυθού, ξανθά θαλασσινά πολυτρίχια, πράσινα φύκια και άλλα. Με τα υγρά αυτά χορτάρια σκεπάζουν τα μύδια, τα οποία έτσι σιγοψήνονται με τον αχνό και ανοίγουν)

Βραστά:

- Μύδια σαλάτα (Διαλέγουμε μεγάλα μύδια αφαιρούμε το όστρακο, τα ζεματάμε. Τα στραγγίζουμε και κάνουμε σαλάτα, στην οποίαν προσθέτουμε κομματάκια από σφιχτό βρασμένο αυγό, λεμόνι, αλάτι, λάδι. Μερικοί προσθέτουν και κομματάκια ντομάτα, λίγο άσπρο τυρί και μερικές ελιές μαύρες ή πράσινες).

- Ψαρόσουπα με χταπόδι (Μερικές φορές ρίχνουν λίγο χταπόδι μέσα στην ψαρόσουπά τους οι ψαράδες. Το χταπόδι βράζει αρκετή ώρα μόνο του και έπειτα το ρίχνουμε τα ψάρια, μαζί με το κρεμμύδι, το λάδι και το λεμόνι. Ή προσθήκη ντομάτας, πατάτας, καρότων, σέλινου, αφήνεται στη διάθεσή μας. Προτιμότερο όμως είναι να μη ρίξουμε τίποτα απ' όλ' αυτά, για να κυριαρχήσει ή μυρουδιά του χταποδιού. Το χταπόδι δίνει στην ψαρόσουπα μια αλλιώτικη γεύση και την κάνει πιο χορταστική.)

- Χταπόδι σκορδαλιά (Σε κάποια μέρη το ζουμί από το βράσιμο του χταποδιού το χρησιμοποιούν για να βράσου πιλάφι ή για σκορδαλιά. Η σκορδαλιά με χταπόδι είναι ένα λαϊκό φαγητό πού συνηθίζεται στην Κεφαλονιά και σε μερικά αλλά μέρη. Για το φαγητό αυτό χρειάζεται χταπόδι χονδρό και καλά παραγουλιασμένο (χτυπημένο). Βράζουν καλά το χταπόδι και αφήνουν να μείνει λίγο ζουμί. 'Ετοιμάζουν εν τω μεταξύ μια σκορδαλιά πολύ πηχτή και την αραιώνουν με το ζουμί του χταποδιού. Με τη σκορδαλιά αύτή γαρνίρουν το βρασμένο χταπόδι. Το υπόλοιπο ζουμί το χρησιμοποιούν, αν θέλουν, ως σάλτσα ρίχνοντας λάδι, ξύδι και ρίγανη.

Στη κατσαρόλα:

- Πιλάφι με σαλιγκάρια της θάλασσας (Όπως είναι διπλοαμπαρωμένα μέσα στο καβούκι τους, τα ρίχνουμε μέσα σε μια κατσαρόλα με ζεματιστό νερό. Προτιμούμε το θαλασσινό νερό το για το ζεμάτισμα. Μετά με 1 βελόνι τα τραβάμε ένα - ένα έξω από το όστρακό τους και τα ξεπλένουμε. Ακολούθως φτιάχνουμε κόκκινη

σάλτσα με κρεμμύδια, λάδι, σκόρδο, ντομάτες, μαϊντανό, δάφνη, πιπέρι και δυο κουταλιές καθαρό θαλασσινό νερό Όταν γίνει ή σάλτσα, ρίχνουμε μέσα τα σαλιγκάρια και τα αφήνουμε να βράσουν 5-10 λεπτά της ώρας χωρίς νερό. Ακολούθως προσθέτουμε λίγο νερό και ξανά πάλι άλλο, όσο να βράσουν καλά. Το βράσιμο απαιτεί αρκετή ώρα, σχεδόν όση ώρα απαιτεί το κρέας. Όταν τα σαλιγκάρια βράσουν καλά, ρίχνουμε το ρύζι, υπολογίζοντας γύρω στα 20 γραμμάρια για κάθε πιάτο.

Στο φούρνο ή στη χόβολη:

- Κρεμμύδια γεμιστά με ολούς (Εξασφαλίζουμε πεντέξι ή δέκα θολούς μάλλον μικρούς) και διαλέγουμε ισάριθμα κρεμμύδια ανάλογα στο μέγεθος. Κόβουμε την κορυφή του κρεμμυδιού. Το κρεμμύδι δεν το καθαρίζουμε απ' έξω, δεν αφαιρούμε την εξωτερική φλούδα, άλλά αφαιρούμε την καρδιά του, δηλαδή το κουφώνουμε, σκάβοντάς το με ένα μαχαιράκι. Έπειτα αλείφουμε τον θολό με λάδι, ρίχνουμε αλατοπίπερο και ρίγανη και τον βάζουμε μέσα στο κρεμμύδι, ρίχνοντας από πάνω δύο - τρεις σταγόνες λάδι και λίγο λεμόνι. Τέλος βουλώνουμε το κρεμμύδι με την κομμένη κορυφή του και ψήνουμε στη χόβολη (στάχτη με αναμμένα ψιλοκάρβουνα) όπου παραχώνουμε τα κρεμμύδια, τα βγάζουμε από τη στάχτη, αφαιρούμε τις εξωτερικές φλούδες πού έχουν καεί και τα τοποθετούμε στο πιάτο, όπου τα κόβουμε στα τέσσερα και ρίχνουμε λεμόνι ή λίγο ξύδι. Το ίδιο όμως φαγητό μπορούμε να το φτιάσουμε και στο φούρνο, σε ταψί.

- Αχινοί γεμιστοί (Μ' ένα μαχαιράκι μυτερό και μ' ένα πιρουνάκι, βγάζουμε το δόντι του αχινού πού βρίσκεται στο κεντρικό βαθούλωμα του όστρακου και ανοίγουμε τρύπα, αφαιρώντας γύρω - γύρω κομματάκια από το όστρακο. Χύνουμε τα ¾ από το νερό του, ξεκολλάμε τα αυγά του, πού είναι κολλημένα στα εσωτερικά τοιχώματα του οστράκου, μαζί με τις άλλες του σάρκες. Όλα αυτά τα αφήνουμε πάλι μέσα στο καβούκι, προσθέτουμε τη γέμιση πού αποτελείται από ρύζι, κρεμμύδι, μαϊντανό και λάδι. Βουλώνουμε την τρύπα με το ίδιο το δόντι του αχινού το οποίον τυλίγουμε με ζυμάρι και ψήνουμε στο φούρνο.)

Στο τηγάνι ή στη σχάρα:

- Σωληνοκεφτέδες (τις κόβουμε κομματάκια και τις περνάμε από τη μηχανή του κρέατος. Μετά το άλεσμα, προσθέτουμε στον «κιμά» ψιλοκομμένο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο μαϊντανό, αλατοπίπερο, τριμμένο παξιμάδι, τις πλάθουμε, τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε με αρκετό λάδι σε σιγανή φωτιά ή τις ψήνουμε στη σχάρα όπως τούς κεφτέδες του κρέατος)

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Βραστά:

- Σκολύμπρια σκορδαλιά (Είναι κάτι χαμηλά μικρόσωμα χόρτα με σκληρά, κατσαρά φύλλα πού φυτρώνουν σε ακαλλιέργητους πετρώδεις τόπους, γνωστά με το όνομα «σκολύμπρια». Μοιάζουν σαν μικρά. πράσινα αγκάθια Γύρω από τη ρίζα, υπάρχει χονδρό, σαρκώδες, τρυφερό περίβλημα το οποίον τρώγεται. Με μία τομή, το αφαιρούμε ατόφιο από τον ξυλώδη πυρήνα και το βράζουμε. Έτσι έχουμε μια ωραία σαλάτα. Πιο καλά όμως τα σκολύμπρια τρώγονται με σκορδαλιά.)

- Κρίταμα σαλάτα (Τα κρίταμα είναι περίεργα χόρτα πού φυτρώνουν αποκλειστικά στους απόκρημνους βράχους των ακρογιαλιών. Έχουν χρώμα ζωηρό πράσινο και φύλλα τροφαντά στενόμακρα, μαλακά και τρυφερά με κάπως υφάλμυρη γεύση και με μια σπιρτάδα πού μαζί με την μυρουδιά τους (όταν μασηθούν) θυμίζει από μακριά το σέλινο. Τρώγονται ωμά και είναι ορεκτικά. Ανοίγουν την όρεξη. Καλύτερα όμως τρώγονται ζεματισμένα και σερβιρισμένα ως σαλάτα, με λάδι και λεμόνι. 0ι ψαράδες ρίχνουν καμιά φορά μερικά φύλλα στις ψαρόσουπες. Επίσης τα κρίταμα γίνονται και τουρσί, όπως η κάπαρη. Αυτό το τουρσί είναι σπιτικό. Δεν βρίσκεται στο εμπόριο.

- Αγριοκουκούτσες (Με το όνομα «αγριοκουκούτσες» είναι γνωστές στα Επτάνησα οι άγριες αγκινάρες. Είναι πολύ μικρότερες από τις γνωστές, τις ήμερες αγκινάρες και μοιάζουν περισσότερο με τούς... αχινούς παρά με τις αγκινάρες. Κάθε φύλλο και αγκάθι. Ή «καρδιά» τους μοιάζει σαν τής ήμερης αγκινάρας και απάνω στα στενά φύλλα τους υπάρχει λιγοστό φαΐ. "Όταν οι αγριοκουκούτσες βράσουν, τα φυλλαράκια τους ξεκολλούν εύκολα και, ένα - ένα τα παίρνουμε στις άκρες των δακτύλων, αφαιρούμε το φαΐ με τα δόντια και κατόπιν τα πετάμε και παίρνουμε άλλα.. *Πουλιούνται (βρασμένες)* στους δρόμους, σε καλάθια, όπως τα βρασμένα κάστανα. Στην Αθήνα είναι άγνωστες. Είναι όμως πολύ γνωστές στην Πάτρα, στον Πύργο, στα νησιά του Ιονίου, σε διάφορα μέρη τής Πελοποννήσου, στην Κω και ασφαλώς και σε άλλα μέρη. Παντού τρώγονται με τον ίδιο τρόπο. Μπορεί κανείς να χει *λίγο λαδολέμονο* στο πιάτο του και να βουτάει εκεί το κάθε φυλλαράκι πριν το δαγκώσει.

Στη κατσαρόλα:

- Τσιγαρίδι (Η άγνωστη σε πολλούς λέξη «τσιγαρίδι» προέρχεται από το «τσιγαρίζω», πού θα πει σοτάρω (γαλλικά), καβουρδίζω, γιαχνίζω. 'Για να φτιάξουμε τσιγαρίδι, μαζεύουμε σπανάκι, σέσκουλα, μερικά παντζαρόφυλλα, μερικά μαρουλόφυλλα, λάπατα, καυκαλήθρες, μυρώνια, άγρια πράσα χλωρά σκόρδα, ακόμα και λίγες τρυφερές κορυφές από νεαρές τσουκνίδες. Ακολούθως πλένουμε τα χόρτα, τα κόβουμε (όχι πολύ ψιλά) και τα ζεματάμε. Τα μυρωδικά πού θα βάλουμε στο φαΐ (άνηθο, δυόσμο κλπ) δεν τα ζεματάμε. Αφήνουμε τα ζεματισμένα χόρτα να στραγγίξουν και τσιγαρίζουμε με αρκετό και καλό λάδι, 2-3 κρεμμύδια ξερά. Ρίχνουμε μέσα τα χλωρά σκόρδα το άνηθο και τα άλλα μυρωδικά, το πιπέρι, προσθέτουμε

λίγο νερό. Τελευταία ρίχνουμε τα ζεματισμένα χόρτα και τ' αφήνουμε να βράσουν με λίγο νερό. "Όταν τα σερβίρουμε πρέπει να έχουν πιει το ζουμί τους. Το αλάτι το ρίχνουμε προς το τέλος. Το τσιγαρίδι συνοδεύεται συνήθως με άσπρο τυρί.

- Ανθή κολοκυθιάς (Στην Άνδρο και σε άλλα μέρη, χρησιμοποιούν ως φαγητό τα άνθη τής κολοκυθιάς και τα μαγειρεύουν κατά δύο τρόπους : *Γεμιστά με ρύζι* (ρύζι, κρεμμύδι, λίγο σκόρδο, μαϊντανό, δυόσμο αλατοπίπερο) *ή τηγανητά με χυλό από σκέτο αλεύρι ή με χυλό στον οποίον προσθέτουμε αυγά και τυρί*. Είναι ένα φαγητό απλό, ελαφρύ και νόστιμο πού ταιριάζει πολύ με το βραστό (στεγνό) κρέας.

- Στιφάδο χωρίς κρέας (Λέγεται και ψευτοστιφάδο Το ψεύτικο στιφάδο εμφανίζεται με δύο μορφές: Ή πρώτη είναι ένα στιφάδο με όλα τα υλικά του στιφάδου, από το οποίον όμως λείπει το κρέας. 'Η βάση του φαγητού είναι το κρεμμύδι. Ή άλλη μορφή είναι πάλι ένα στιφάδο με όλα τα υλικά του στιφάδου και με ένα ολοκαίνουργιο υλικό το οποίον αντικαθιστά το κρέας. Το υλικό αυτό είναι ή ελιά ή κάπαρη ή ένας συνδυασμός από κάπαρη και ελιές. Οι ελιές πρέπει να μη πικρίζουν. "Όσο για την κάπαρη, αυτή ταιριάζει πολύ με το στιφάδο, γιατί και στα δυο μπαίνει ξύδι. Το στιφάδο με κάπαρη συνηθίζεται πολύ στα χωριά τής "Άνδρου και τής Σίφνου όπου αφθονούν οι κάπαρες.

Στη σχάρα ή στα κάρβουνα:

- Σπαράγγια ψητά (*σπαράγγια άγρια*. Είναι κάτι σαν μεζές, άλλά και σαν φρούτο. Αυτά τα σπαράγγια τα μαζεύουν και τα βράζουν συνήθως μαζί με τις οβρυές, ένα τρυφερό αναρριχητικό φυτό. Άλλοι τα μαγειρεύουν μαζί με το κρέας. Το φόρτε όμως της νοστιμάδας το βρίσκουμε στη σχάρα ή απλώς στα κάρβουνα. Τα αφήνουμε εκεί 1-2 λεπτά τής ώρας και έπειτα τα τραβάμε και τα καταβροχθίζουμε έτσι σκέτα όπως είναι, χωρίς αλάτι, χωρίς τίποτα. Είναι ασυναγώνιστα στη γεύση και στη μυρουδιά.

- Θαλάσσιες ανεμώνες (Οι θαλάσσιες ανεμώνες είναι κατώτερα ζώα του βυθού, που μοιάζουν με λουλούδια. Μαγειρεύονται με διάφορους τρόπους. Υπάρχουν δύο ειδών ανεμώνες. Οι κολλιτσάνοι που συναντούμε στα ρηχά νερά ριζωμένους στις πέτρες. Είναι δύσκολο να τους ξεριζώσει κανείς, γιατί μόλις τούς αγγίξεις εξαφανίζονται. Τραβιούνται αστραπιαία στο βάθος τής χαραμάδας ή οποία τούς φιλοξενεί. Αν είναι σε μικρή κινητή πέτρα κολλημένοι παίρνεις την πέτρα έξω και σκαλίζοντας μ' ένα μυτερό μαχαιράκι, τούς βγάζεις. Τώρα πλέον δεν έχουν τη μορφή του λουλουδιού, αλλά μοιάζουν σαν ένα γλοιώδες κουβάρι, σαν ένα μαλακό κεφτεδάκι, το οποίον, αν θέλεις το τηγανίζεις όπως τούς πραγματικούς κεφτέδες, αφού το ζυμώσεις με λίγο κρεμμυδάκι κ.λ.π. Επίσης οι κολλιτσάνοι γίνονται και σούπα. Πολύ καλύτερες από τούς κολλιτσάνους είναι οι ανεμώνες πού ζούνε στα βαθιά νερά. *Συνήθως ζουν κολλημένες πάνω σε άδεια όστρακα κοχυλιών τα οποία όστρακα φιλοξενούν στο εσωτερικό τους ένα περίεργο κόκκινο κάβουρα με μακρουλή μαλακή κοιλιά.* Ο κάβουρας κουβαλάει το όστρακο στην πλάτη του και βγάζει περίπατο την ανεμώνη και εκείνη για ανταμοιβή του προσφέρει ένα μερίδιο από το φαγητό της δηλαδή από τα μικρά ψαράκια που πιάνει με τα πλοκάμια της. Οι ψαράδες πιάνουν στα βαθιά νερά τις ανεμώνες με το αγκίστρι. Όταν πέσει το αγκίστρι πάνω στην ανεμώνη, αύτή πιάνεται αμέσως και ανεβαίνει πάνω μαζί με το όστρακο και τον κάβουρα πού είναι μέσα. Έτσι έχουμε διπλό μεζέ. Συχνά πάνω στο ίδιο όστρακο υπάρχουν δύο ή και τρεις ανεμώνες μεγάλες σαν καρύδια. Όλες ψήνονται στα κάρβουνα όπου τις ρίχνουμε όπως είναι κολλημένες στο όστρακο και με τον κάβουρα μαζί. Μόλις νοιώσουν τη φωτιά ξεκολλούν και ψήνονται όπως τα κεφτεδάκια. Είναι τρυφερές και νόστιμες. Με τις ίδιες ανεμώνες μπορούμε να φτιάσουμε και κεφτέδες, όπως φτιάχνουμε με τον κιμά από κρέας.

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ

Τραχανάς

- Τραχανόπιττα (τραχανάς γλυκός, λάδι ή βούτυρο ή λάδι ανάμικτο με βούτυρο και άσπρο τυρί. Διαλύουμε τον τραχανά σε μια γαβάθα με μισό κιλό νερό ή περισσότερο και κατόπιν προσθέτουμε το λάδι (ή το βούτυρο) και το τυρί. Ανακατώνουμε καλά και έπειτα αδειάζουμε το περιεχόμενο τής γαβάθας σ' ένα ταψί να γεμίσει ως απάνω. "Επειθα βάζουμε το ταψί στο φούρνο.

Πολέντα

- Πολέντα (χυλός από καλά κοσκινισμένο καλαμπόκι. Βράζουμε το αλεύρι καλά, με μερικές κουταλιές καλό λάδι. Έπειτα τον σερβίρουμε στα πιάτα και τον συνοδεύουμε με άσπρο τυρί. Μερικοί τρώνε μαζί και λίγο ωμό κρεμμύδι. Ο ίδιος χυλός μετατρέπεται και σε γλύκισμα, αφού προσθέσουμε στο βράσιμο αρκετή μαύρη σταφίδα και λίγη ζάχαρη, αν θέλουμε. Στο βράσιμο προσθέτουμε λίγο λάδι ή και λίγο φρέσκο βούτυρο. Όταν τον σερβίρουμε στα πιάτα, ρίχνουμε από πάνω πετιμέζι ή μέλι ή και κανέλλα)

Αλεύρι

- Ψάρια σαβορο με σταφίδες

- Μπακαλιαρόπιττα (γίνεται με φύλλα)

- Τηγανόψωμα με ταραμά (Γίνονται σε αναλογία 75 προς 30. Δηλαδή, σε 75 γραμμάρια αλεύρι βάζουμε 30 γραμμάρια ταραμά. Ρίχνουμε το αλεύρι τον ταραμά και ως δύο κουταλιές νερό, τ' ανακατεύουμε και

ζυμώνουμε. Αφού ετοιμάσουμε το ζυμάρι, ρίχνουμε λάδι "Όταν κάψει το λάδι, ρίχνουμε μέσα το ζυμάρι και το απλώνουμε γρήγορα, πιέζοντάς το με το κουτάλι, 'Ωραιότερο, πιο αφράτο και πιο γευστικό γίνεται το τηγανόψωμο, αν προσθέσουμε στο ζυμάρι λίγο σιμιγδάλι ψιλό και ένα ή μισό αυγό.)

Ψωμί

- Ριγανάδα (χωριάτικο ψωμί, λάδι καλό, ρίγανη και σκόρδο. Παίρνουμε ξερό κατά προτίμηση ή ξεροψημένο ψωμί, το μουσκεύουμε λίγο να μαλακώσει με νερό, έπειτα του ρίχνουμε αρκετό λάδι, πασπαλίζουμε με ρίγανη. Στο τέλος προσθέτουμε λίγο, ελάχιστο ξύδι)
- Στοκοφισι σκορδαλιά (Μια δυνατή σκορδαλιά, με άσπρο ψωμί ή με ψωμί ανάμικτο με πατάτα, ταιριάζει πολύ με το στοκοφίσι.
- Σκολύμπρια σκορδαλιά Σκολύμπρια σκορδαλιά
- Χταπόδι σκορδαλιά

Ρύζι

- Αχινοί γεμιστοί
- Πιλάφι με σαλιγκάρια της θάλασσας
- Ψάρια πιλάφι
- Μπακαλιαρόπιττα
- Ανθή κολοκυθιάς (*Γεμιστά με* ρύζι, κρεμμύδι, λίγο σκόρδο, μαϊντανό, δυόσμο αλατοπίπερο)

ΑΥΓΑ

- Καγιανάς (καγιανάς με ντομάτες : Ζεματάμε 5-6 ντομάτες για να τις ξεφλουδίσουμε εύκολα. "Επειτα, τις κόβουμε κομμάτια και τις βάζουμε στο τηγάνι, να σιγοψηθούν σε σιγανή φωτιά με λίγο αλάτι και, αν χρειάζεται, λίγο νερό και μια κουταλιά ζάχαρη ανακατεύοντάς τες με ξύλινη κουτάλα. "Όταν οι ντομάτες γίνουν σαν πελτές ρίχνουμε λίγο λάδι ή βούτυρο αυγά και τυρί. 'Αλλά δεν σπάμε τ' αυγά, παρά τ' αφήνουμε να ψηθούν μάτια)
- Φρουτάλια (Τα φρουτάλια είναι φαγητό των Κυκλάδων. Συνηθίζεται πολύ στην Άνδρο και στην Τήνο: Για ένα μέτριο ταψί χρησιμοποιούμε ½ κιλό κολοκύθια, ½ κιλό πατάτες 300 — 350 γραμ. σύγκλινο και 6 -7 αυγά. Κόβουμε τα χορταρικά και τα βάζουμε σε στρώσεις στο ταψί και όπως τα στρώνουμε, τ' άλατοπιπερώνουμε, προσθέτοντας δυόσμο μαϊντανό ψιλοκομμένο και το σύγκλινο. Σε ½ ποτήρι νερό, αραιώνουμε ντομάτα (γίνεται όμως το φαγητό και χωρίς ντομάτα) και ρίχνουμε 1 1/2 φλιτζάνι λάδι. Τα αυγά χτυπημένα τα ρίχνουμε τελευταία στα διάκενα και στην επιφάνεια του ταψιού, όπου σχηματίζουν ένα είδος κρούστας. Τα φρουτάλια μαγειρεύονται και με μίγμα από λάδι, λίπος και βούτυρο)
- Μύδια σαλάτα

Κιμάς

- Πατατόπιττα (Μοιάζει σαν παστίτσιο, εις το οποίον τα μακαρόνια έχουν αντικατασταθεί από δύο «στρώσεις» πατάτες, κομμένες σε φέτες μάλλον λεπτές και ισόπαχες. Ο κιμάς μπαίνει ανάμεσα στις δυο στρώσεις σε αναλογία ένα προς δύο. "Ενα κιλό κιμάς, δύο κιλά πατάτες. Την πατατόπιττα την μαγειρεύουμε όπως το παστίτσιο, δηλαδή βράζουμε πρώτα τις πατάτες. Πολύ νόστιμη γίνεται ή πίττα αν μετά το βράσιμο αφού τις κόψουμε φέτες, τις τηγανίσουμε ελαφρά. Μπορούμε ακόμα να προσθέσουμε και λίγο τυρί, ή και λίγα κομματάκια φρέσκια ντομάτα στον κιμά την ώρα πού τον καβουρδίζουμε.

Συγκλινο

- Φρουτάλια

ΤΥΡΙ

- Πατατόπιττα
- Καγιανάς
- Τραχανόπιττα
- Ψαρόπιττα
- Ανθή κολοκυθιάς τηγανητά με χυλό από σκέτο αλεύρι ή με χυλό στον οποίον προσθέτουμε αυγά και τυρί
- Μύδια σαλάτα

Σταφίδες

- Ψάρια σαβορο με σταφίδες

Ελιές

- Στιφάδο χωρίς κρέας
- Μύδια σαλάτα (Διαλέγουμε μεγάλα μύδια αφαιρούμε το όστρακο, τα ζεματάμε. Τα στραγγίζουμε και κάνουμε σαλάτα, στην οποίαν προσθέτουμε κομματάκια από σφιχτό βρασμένο αυγό, λεμόνι, αλάτι, λάδι. Μερικοί προσθέτουν και κομματάκια ντομάτα, λίγο άσπρο τυρί και μερικές ελιές μαύρες ή πράσινες).

Λίπη

Φρουτάλια: η φρουτάλια μαγειρεύεται με μείγμα από λάδι, βούτυρο και λίπος.

Λάδι

Οι 29 συνταγές γίνονται με λάδι

Βούτυρο: οι παρακάτω συνταγές γίνονται και με λάδι ή και με βουτυρο και με λάδι

- Φρουτάλια
- Καγιανάς
- Τραχανόπιττα
- Πολέντα