

Succhi di frutta e di verdura

Ananas, mango, kiwi	p. 134
Arancia, mandarino	p. 133
Fragola, lampone, melone	p. 134
Frutti rossi	p. 133
Insalata, cetriolo, ravanello, sedano, pomodoro	p. 135
Mela, carota, arancia	p. 135
Mela, fragola	p. 133
Pomodoro, pera, limone	p. 135
Rapa rossa, mela, finocchio	p. 134

Cocktail e Bibite energetiche

Calar del sole	p. 137
Cocktail ananas-papaia al latte di soia	p. 139
Dolcezza al latte	p. 139
Lassi al melone	p. 139
Limonata all'antica	p. 137
Nettare fragole e banana	p. 137
Rosa fucsia	p. 138
Yogurt ai lamponi	p. 138

Sughi e salse

Ketchup fatto in casa	p. 142
Salsa di lamponi alla "crème de cassis"	p. 142
Salsa di mango	p. 142
Salsa di peperoni alla griglia all'olio di oliva	p. 141
Sugo di pomodoro classico	p. 141

Zuppe fredde

Gazpacho	p. 144
Gazpacho di frutta estiva	p. 145
Vellutata di cetriolo alla greca	p. 144
Zuppa di melone fredda	p. 145

Dessert

Crema al mandarino e Earl Grey	p. 148
Mousse al cioccolato bianco e frutto della passione	p. 147
Mousse di fragole express	p. 147
Sorbetto al melone con salsa di kiwi	p. 149
Sorbetto di mirtillo	p. 149

Marmellate e gelatine solide di frutta

Gelatina di mele-cannella agli agrumi	p. 151
Gelatina di ribes	p. 151
Gelatine alla prugna	p. 152