

RECETTES

INDEX

BOISSONS ET COCKTAILS

amuse-gueules • entrées

SOUPES ET POTAGES

salades, vinaigrettes et mayonnaises

PLATS PRINCIPAUX

LÉGUMES ET GRATINS

DESSERTS • RUBRIQUES



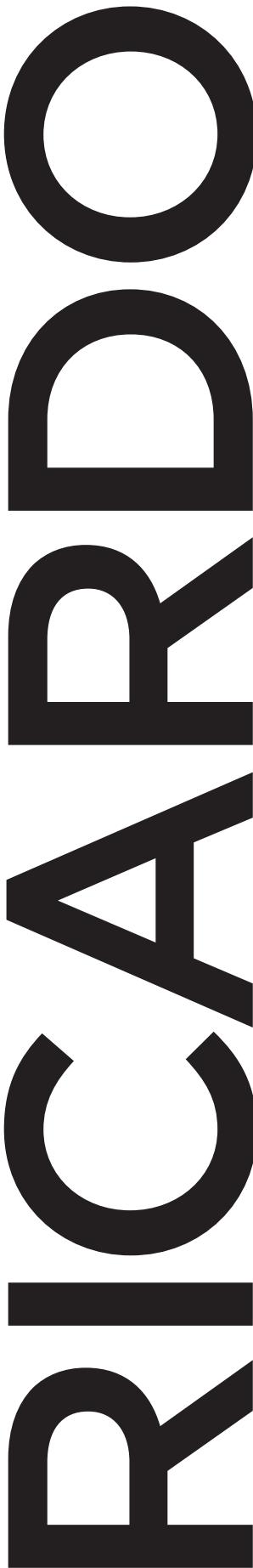


TABLE DES MATIÈRES

- 3 BOISSONS ET COCKTAILS
- 7 AMUSE-GUEULES
- 12 ENTRÉES
- 16 SOUPES ET POTAGES
- 21 SALADES, VINAIGRETTES
ET MAYONNAISES
- 28 LÉGUMES ET GRATINS
- 34 CONSERVES ET KETCHUPS
- 35 SAUCES, BEURRES ET PESTOS
- 37 TREMPETTES ET
TARTINADES SALÉES
- 38 PAINS SALÉS
- 39 PLATS PRINCIPAUX
- 85 DESSERTS
- 109 RÉPERTOIRES DES RUBRIQUES

L'index comprend les recettes de tous les numéros à partir du vol. 1 n° 1, y compris le hors-série potager (mentionné HSP) et est mis à jour à chaque parution du magazine.

BOISSONS ET COCKTAILS			
	vol.	n°	page
Affogato au granité au citron	22	6	77
<i>Agua de Valencia</i>	16	5	75
Amaretto passion	17	3	54
<i>Amaretto sour à la canneberge</i>	22	1	121
<i>Amaretto sour au pamplemousse</i>	23	2	57
<i>Amaretto sour au soda gingembre</i>	16	1	96
Aperol sour	21	5	52
Aperol Spritz	13	1	94
<i>Babycino à la citrouille et aux épices</i>	23	8	2
Bellini	8	4	117
Bière d'épinette à l'absinthe	19	1	90
Bière de gingembre	20	8	87
Bière maison coriandre et orange	17	5	80
Bloody Beer	8	7	40
Bloody Caesar	13	1	96
Bloody Caesar au raifort	15	6	91
Bloody Mary	1	4	16
Bloody Mary pour 12	10	6	93
Blue Hawaiian	15	4	107
Boisson à l'avoine	18	6	19
Boisson aux amandes	10	2	42
Boisson aux noix de cajou	17	2	87
Boisson chaude au rhum et au beurre (<i>hot buttered rum</i>)	20	2	99
Boisson pour sportif maison	11	6	22
Bramble	14	6	94
<i>Bubble tea</i>	4	2	18
Café alcoolisé à l'orange	24	1	119
Café au chocolat au lait et mousse à la noisette	12	1	92
Café au lait de coco et à la muscade	9	1	26
Café crémeux aux épices	19	2	105
Café-dessert moka	3	1	86
Café enflammé	4	2	50
Café flambé à l'Amarula	11	1	155
Café glacé à l'érable	21	6	67
Café glacé au chocolat (<i>Shokolad-Gliase</i>)	13	4	152
Café glacé au chocolat blanc	8	6	92
Café glacé au tofu	8	6	92
Café glacé aux épices	20	5	33
Café glacé express	8	4	91

	vol	n°	page
Café infusé à froid à la noix de coco (<i>cold brew</i>)	22	6	78
Café infusé à froid (<i>cold brew</i>)	19	6	91
Café irlandais	9	4	92
Café irlandais (2)	23	3	85
Café latte à la citrouille et aux épices	20	8	38
Café latte à la pistache et aux épices	23	2	103
Café liégeois	8	4	94
Café vietnamien simplifié	19	6	90
<i>Caffè correto cocktail</i>	16	6	82
Caipirinha	12	6	100
Cappuccino et son cœur à la cannelle	2	2	76
Caribou traditionnel	9	2	70
Caribou version 2011	9	2	70
Champagne cocktail	11	1	97
Chantilly à la cannelle	16	1	98
Chocolat chaud	23	1	151
Chocolat chaud à offrir	8	1	130
Chocolat chaud à la guimauve fondue	15	2	125
Chocolat chaud à l'orange et à la cannelle	12	2	71
Chocolat chaud aux amandes	22	3	102
Chocolat chaud aux amandes et éclats de meringue aux canneberges	18	1	68
Chocolat chaud au café	9	3	82
Chocolat chaud au parfum de canne de Noël	3	1	73
Chocolat chaud au piment	1	2	24
Chocolat chaud et guimauves maison	2	2	40
Chocolat chaud, crème fouettée à l'abricot	17	2	92
Cidre chaud	9	1	137
Cidre chaud (2)	14	1	52
Cidre chaud à la cannelle	3	1	16
Cidre de glace à la fleur de Sureau	13	1	98
Cidre pétillant aux fruits	13	2	52
Cidre pétillant à la poire	17	2	95
Citronnade au muscat doux	17	5	93
Cocktail -52 degrés de l'Hôtel de glace	8	1	56
Cocktail à la bière, à l'épinette et au pamplemousse	20	5	40
Cocktail à la bière blanche, à la lime et au poivre de Sichuan	19	6	60
Cocktail à la framboise et à l'Apérol	13	6	76
Cocktail à la framboise et à la barbe à papa	20	4	98
Cocktail à la grenade et à l'orange sanguine	17	2	86
Cocktail à la rose	17	5	72

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Cocktail à l'ananas épicé	14	3	64	sans produits laitiers	20	1	35
Cocktail au miel, au citron et au safran	20	2	70	Daiquiri au céleri	10	6	45
Cocktails au pamplemousse, à la grenade et à la rose	24	1	64	Daiquiri lime basilic	14	6	94
Cocktail au rhum blanc et au pamplemousse	7	1	67	Eau à la fraise et à la verveine	19	6	44
Cocktail au sucre à la crème et aux épices	21	2	132	Eau de pelures de pommes	20	8	97
Cocktail Bellini	4	3	40	Eau fraise-pomme verte	3	4	71
Cocktail champagne et agrumes	16	1	96	Eau lime-coriandre	3	4	71
Cocktail de limonade, litchis et noix de coco	8	6	41	Eau menthe-framboise	3	4	70
Cocktail érable et romarin	22	4	48	Eau menthe-framboise (2)	11	6	21
Cocktail frimas au pamplemousse	22	4	48	Eau orange-gingembre	3	4	71
Cocktail Garibaldi	22	3	82	Eau parfumée à la clémentine	10	2	38
Cocktail gin-concombre	19	6	67	Eau rhubarbe-fraises	16	5	58
Cocktail glacé au Calijo et au sucre d'érable	15	5	55	<i>El Diablo</i>	22	2	71
Cocktail glacé au cassis	16	6	70	Explosion grenade	3	1	78
Cocktail litchi-clémentine	17	1	77	Faux gin-fizz	16	8	87
Cocktail mousse, blanc sur jaune	8	4	32	<i>Floater</i> aux framboises et au ginger ale	12	1	92
Cocktail N'Ice martini de l'Hôtel de glace	8	1	56	Flotteurs au soda à la fraise maison	23	7	92
Cocktail passion de la mariée	13	6	126	French 75	14	6	96
Cocktail pomme-camomille	22	8	67	Frosé	15	6	106
Cocktail pomme-pomme-pomme	17	8	58	Gelée à l'orange	16	1	96
Cocktail prune d'automne	21	7	100	Gin au thé et aux agrumes	16	1	96
Cocktail rhum carotte gingembre	17	6	81	Gin citron-basilic sour	19	4	54
Cocktail smash aux fraises, au gin et au thym	22	7	85	Gin fizz à la menthe et aux agrumes	19	4	68
Cocktail « tartopom »	20	8	40	Ginger ale aux épices de Noël	6	1	22
Cocktail tonic du marié	13	6	126	Gin pétillant au pamplemousse	13	1	98
Cocktail tropical à la bière	18	5	59	Gin sour à l'Earl Grey	21	8	80
Cocktail whisky gingembre	22	5	51	Gin tonic au limoncello	23	7	95
Cocktails au jasmin et à la cerise	21	3	92	Gin tonic au sirop de grenade et au poivre rose	20	1	141
Cola aux cerises et au bourbon	20	6	78	Godfather	14	6	93
Coney Island Iced Tea	5	4	93	Hara-kiri	1	1	14
Cosmo au cassis	19	1	93	Hugo spritz	18	6	82
Cosmo au kombucha, à la framboise et au litchi	18	4	83	Infusion à la camomille, à la rose et au miel	20	5	32
Cosmo aux agrumes et à la grenade	12	1	88	Infusion au gingembre	16	8	71
Cosmo orange sanguine et pamplemousse rose	13	1	28	Irish Car Bomb	9	7	76
Cosmopolitain (1)	1	1	14	Jus à l'ananas, aux carottes et aux pommes	13	8	132
Cosmopolitain (2)	8	5	106	Jus de canneberges chaud aux épices	10	1	136
Cosmopolitain à la rhubarbe	11	4	50	Jus de melon d'eau et d'aloe vera	16	8	40
Crane Berry	15	3	95	Jus matinal santé	4	2	63
Crème de noisette au chocolat	16	1	98	Jus de melon d'eau	16	6	53
Crème irlandaise (Baileys ^{MD})				Jus tonifiant à l'ananas, aux carottes et aux pommes	10	2	44
				Jus vivifiant au cantaloup et à la mangue	10	2	39

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Kir à la pêche et à la mélisse	16	8	123	Limonade brésilienne	12	6	100
Kir à l'orange sanguine	7	1	52	Limonade de mon ami Mathieu	2	4	11
Kir royal en gelée	21	2	84	Limonade lime, coco et menthe	20	2	60
Kombucha à la framboise et à l'hibiscus	18	4	78	Limonade pétillante	22	5	46
L'amarett'orange cantaloup	19	7	100	Limonade pétillante aux agrumes et au sirop d'érable	23	3	48
L'ananas frappé	22	2	71	Limonade rose à la framboise et au pamplemousse	17	5	106
La Belle Bette	15	7	92	Limonade rose aux griottes	23	6	95
La Bénédiction (cocktail au champagne et à la liqueur d'herbe)	20	1	139	Limonade volcan-passion	15	4	107
La récompense du père Noël	17	1	47	Limoncello sous vide	21	2	84
Lait de coco maison	14	5	136	Liqueur de café (Tia Maria maison)	18	3	94
Lait de poule	12	1	201	Liqueur de cerises	12	4	148
Lait d'or (boisson chaude au curcuma)	20	2	100	<i>London fog</i>	19	7	55
Lait frappé à la noix de coco	14	5	127	L'Orléans (cocktail aux fraises et à l'estragon)	20	6	52
Lait frappé aux petits fruits	17	6	121	Mai Tai	15	4	107
Lait frappé du sportif	8	2	47	Manhattan	8	5	108
Lait frappé (milk shake)	3	3	56	Margarita	22	5	26
Lait frappé s'mores	15	6	153	Margarita à la bière d'épinette	6	1	70
Lait réconfortant aux amandes grillées	6	2	63	Margarita à la mangue	23	6	86
La rosée	19	4	96	Margarita au gingembre	15	2	96
Lassi à la mangue	13	4	76	Margarita au maïs	20	7	104
Le Beaudoin	23	1	63	Margarita au melon d'eau	21	6	100
Le cocktail Lillet St-Germain	16	2	121	Margarita glacée	14	3	94
Le Laurier	20	2	111	Margarita salée, fumée et pimentée à la mangue	21	2	85
Le Negroni	16	4	75	Martini à la poire et à l'anis	23	8	105
Le Poire sour	21	1	93	Margarita à l'orange et au fruit de la passion	24	1	119
Le pomme-canneberge au cidre	11	8	115	Martini au chocolat	11	4	54
Le Premier Word	15	2	103	Martini au concombre	5	1	36
Le Rigaudon	1	1	14	Martini « Big Apple »	8	5	108
Le Saint-Lambert Iced Tea	15	8	69	Martini Blanche-Neige	4	1	85
Le shortcake aux fraises	5	4	94	Martini orange et café	21	2	85
Le Vermouth cassis	21	1	50	Masala Chai	3	1	93
« Lilamonade » limonade fizz au lilas	21	5	88	Matcha latté glacé	22	6	78
Lillet et melon miel	18	7	68	Mélange pour chocolat chaud	19	1	73
Limonade à l'ananas et au citron vert	5	4	93	Mélange pour thé chaï	16	1	148
Limonade à l'orange et au miel	18	6	65	Michelada	14	6	96
Limonade à la rhubarbe	4	4	67	Mimosa à la framboise et à la rose	22	6	100
Limonade à la rhubarbe et à l'hibiscus	23	6	54	Mimosa aux oranges sanguines	1	2	24
Limonade à la pêche et à la camomille	20	5	114	Mimosas à la poire et à la lavande	21	6	48
Limonade au melon d'eau	11	6	44	Mint Julep	14	6	94
Limonade aux bleuets	9	5	44				
Limonade aux fraises	10	6	91				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Mistelle de prune	15	1	181	Punch au melon	4	4	54
Mocktail à la mûre	21	3	36	Punch au melon miel	11	6	41
Mocktail à la pêche	23	6	86	Punch au thé rouge, framboises et brandy	14	6	96
Mocktail « ananas sureau fizz »	19	2	88	Punch aux canneberges et à l'orange sanguine	7	1	87
Mocktail au citron, à la lime et au fruit de la passion	23	8	51	Punch aux framboises et au sapin	21	1	94
<i>Mocktail au shrub canneberges-framboises</i>	16	2	57	Punch aux griottes	14	1	140
Mocktail pomme-gingembre	19	8	72	Punch aux pêches et au rhum	2	4	70
Mocktail sour au basilic et au matcha	23	3	48	Punch de Noël	4	1	44
Mocktail tonic au radicchio	20	3	78	Punch de Noël (2)	18	1	85
Mocktails chauds à la pomme, au romarin et au beurre	23	3	47	Punch de Noël tutti frutti	16	1	137
Mocktails tonic au concombre	21	6	29	Punch de zombie, main et doigts ensanglantés	6	5	10
Mojito	1	2	42	Punch herbacé au vermouth	23	2	58
Mojito (2)	5	4	91	Punch rhum à la clémentine et anneaux de glace aromatique	20	1	143
Mojito orange et menthe	7	4	7	<i>Ramos gin fizz</i>	14	4	64
Moscow Mule	15	4	121	Rhum arrangé	22	1	70
Negróni colada	23	6	86	Rhum au beurre	5	1	44
Negróni sbagliato	21	6	54	Rhum aux épices de Noël	6	1	22
Noël à Tahiti	1	1	14	Rhum épicé à la marmelade	18	2	93
Orangette (limonade à l'orange)	6	4	122	Rhum & Coke 2.0	16	3	89
Paloma	18	6	30	Rhum n'Rudolph	2	1	8
Pamplemousse tonic (avec ou sans alcool)	14	6	93	Rhum punch de Trinidad	4	2	70
Paper Plane	23	2	59	Saké frappé	22	4	90
Pichet de margarita à la lime et à la goyave	23	5	67	Saké-ito	15	5	105
Pimm's Cup à la mélisse	14	6	96	Sangria	1	4	16
<i>Piña Canada</i>	23	4	88	Sangria à la fleur de sureau	23	6	86
<i>Piña colada</i>	19	3	78	Sangria à la mexicaine	5	2	101
<i>Piña colada</i> dans un biberon	11	3	79	Sangria au vin rouge	11	6	27
Pink Martini	6	1	45	Sangria blanche	3	4	13
<i>Pisco sour</i>	21	4	72	Sangria blanche au miel et à la mangue	13	6	49
Planteur antillais	11	7	156	Sangria blanche aux pêches	19	6	46
Planteur antillais (2)	17	6	60	Sangria de Noël	12	1	151
Popsicle Bloody Mary	4	4	55	Sangria exotique	6	2	26
Porto à l'orange sur glace	13	1	87	Sangria express au cassis	20	2	70
Portonic	1	1	14	Sangria rosée	3	4	13
Portonic à la grenade	5	1	44	Sangria rosée fraise et rhubarbe	9	6	129
Préparation de chocolat chaud à la guimauve sur bâton	20	2	115	Sangria rouge	3	4	13
Punch	11	1	71	Schnaps aux pêches	9	6	56
Punch à la canneberge et aux épices	24	1	121	<i>Shake</i> au chocolat	12	4	43
Punch à l'orange sanguine	24	1	113	<i>Shandy</i> au citron	17	3	74
				Shirley Temple	6	1	71
				Shooter au lait de poule	4	1	88

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Shooters bleus, blancs et rouges	8	2	53
Sirop de clémentine	9	1	82
Sirop de grenade	6	1	71
Sirop de grenade anisé	20	1	141
Sirop de pamplemousse	15	6	106
Sirop de vin rouge aux épices	10	1	107
<i>Slush</i> au citron	16	5	58
<i>Slush</i> au melon miel et au sureau	19	6	107
<i>Slush</i> au rhum	1	4	16
<i>Slush</i> cosmo	14	6	94
<i>Slush</i> mojito	HSP		102
<i>Slush</i> 3 couleurs	13	6	75
Smoothie à la banane et au thé vert matcha	10	2	36
Smoothies à la mangue et à la banane	1	2	55
Smoothie aux cerises et au lait de coco	13	6	126
Smoothie aux fraises, au melon d'eau et au yogourt au coco (sans produits laitiers)	19	7	36
Smoothie aux pêches et aux pistaches	16	4	24
Smoothie concombre-ananas	12	8	64
Smoothie crémeux au cacao, à la banane, aux amandes et aux noix de cajou (sans produits laitiers)	19	7	36
Smoothie d'or à la mangue (sans produits laitiers)	19	7	36
Smoothie grenade et petits fruits rouges	12	4	41
Smoothie mangue et cantaloup	18	7	110
Smoothie tropical	12	4	124
Smoothie végétalien au café et à la banane	19	2	104
Smoothie vert pomme-épinards	12	4	41
<i>Southern Revival</i>	17	7	92
Spritz à la clémentine	22	1	111
Spritz au gingembre	19	1	89
Spritz au limoncello	21	1	93
Spritz aux mûres	16	7	85
Spritz avec injection supervisée	22	8	107
Spritz vénitien	14	7	71
Stinger	1	1	14
Thé aux perles de tapioca fraise-melon (<i>bubble tea</i>)	21	3	113
Thé glacé à l'ananas et à la fleur de sureau	16	5	58
Thé glacé à l'orange et aux éclats de citron	17	6	44
Thé glacé aux cerises infusé au soleil	10	6	110
Thé glacé aux framboises	12	6	124
Thé rouge glacé au citron	11	6	21

	vol	n°	page
Thé thaï glacé	22	3	37
Thé vert détox à la grenade	10	2	41
Thé vert glacé à la lime	4	4	75
Thé vert glacé au gingembre et au miel	7	4	27
Ti-punch	2	2	50
Ti-punch (2)	8	2	68
Ti-punch (3)	11	7	156
Tisane de queues de fraises	19	6	95
Tisane orange-gingembre	16	1	147
Tisane pommes et cannelle	7	5	47
Twist Shandy	15	6	106
Vin blanc frappé	13	1	92
Vin parfumé au pamplemousse rose et glaçons aux péches	5	4	91
Vin de pisserlit	10	4	48
Vin rosé aux pétales de roses	4	4	17
Vodka à la canneberge	6	1	45
Vodka à la clémentine	7	1	113
Vodka à la grenade	10	1	107
Vodka au citron	5	2	57
Vodka au citron (<i>Limoncello</i>)	18	8	24
Vodka aux griottes	23	6	94
Vodka aux trois agrumes	14	1	140
Vodka fizz au pamplemousse	22	2	71
Vodka infusée aux agrumes et à la coriandre	17	4	68
Whisky à la clémentine et à la cannelle	23	1	94
Whisky sour à l'érable	20	4	58
Whisky sour au miel et au romarin brûlé	15	1	199
Whisky sour au vermouth et à l'érable	19	1	93
White Velvet aux agrumes	8	7	40

AMUSE-GUEULES

	vol	n°	page
Acras au thon et aux artichauts	23	2	56
Acras au thon sans gluten	15	6	129
Acras de crevettes, mayonnaise à la lime	19	1	111
Acras de morue	2	2	50
Acras de morue (2)	8	2	68
Acras de morue (3)	11	7	156
Acras de morue (les meilleurs)	23	7	38
Ailes de poulet (Ailes de chauve-souris)	6	5	H-12
Ailes de poulet à l'américaine	4	3	36

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Ailes de poulet à l'érable et au raifort	5	4	32	Bocconcinis farcis	2	3	29
Ailes de poulet à la Cajun	2	3	89	Bonbons de saumon cru à l'érable	19	3	100
Ailes de poulet à la portugaise	17	5	61	Bouchées au gravlax et à la crème sure	10	1	63
Ailes de poulet Buffalo	12	2	79	Bouchées au tofu et au concombre	12	1	136
Ailes de poulet Buffalo (2)	13	4	110	Bouchées d'aubergine grillées au yogourt et aux noix	6	4	32
Ailes de poulet frites au sésame	16	2	74	Bouchées de bagel au saumon fumé et tartinade au poireau	9	1	100
Ailes de poulet Général Tao	9	8	74	Bouchées de bavette tiède au paprika et à la lime	7	1	43
Ailes de poulet grillées piquantes au citron et au poivre	23	6	72	Bouchées de canard au pesto et à la tomate cerise	12	1	98
Ailes de poulet miel, citron et sésame	20	3	49	Bouchées de chèvre croustillant au panko, concombre et pomme verte	14	1	115
Ailes de poulet miso-érable	15	3	54	Bouchées de concombre à la betterave	5	1	76
Ailes de poulet piquantes	8	2	50	Bouchées de coquilles Saint-Jacques	10	1	105
Ailes de poulet piquantes au miel à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	3	81	Bouchées de <i>crabcakes</i>	11	1	85
Ailes de poulet, sauce barbecue au cidre	21	8	96	Bouchées de dinde à la californienne	4	1	87
Ailes de poulet, sauce yogourt au miel et à la moutarde	23	3	3	Bouchées de figue au chèvre, aux pistaches et au miel	15	7	69
Arancinis à l'anis	6	1	57	Bouchées de fromage grillé et de concombre	13	1	98
Arancinis à la mozzarella	18	2	82	Bouchées de halloumi frit	22	1	114
Arancinis à la saucisse	18	8	87	Bouchées de homard à l'avocat	3	4	30
Arancinis <i>al telefono</i>	23	8	19	Bouchées de melon d'eau mariné à la fraise	18	6	53
Arancinis au fromage	10	8	93	Bouchées de poires au cheddar et au citron	16	7	36
Arancinis au safran et au basilic	21	3	69	Bouchées de poulet, pêches et bacon	9	6	55
Arancinis aux crevettes	22	6	73	Bouchées de riz croustillant et saumon épice	22	2	36
Assortiment de hors d'œuvre italiens	16	1	81	Bouchées de saucisson, fenouil, orange et miel épice	20	1	130
Bacon glacé à la moutarde épicee	12	5	73	Bouchées de tartare de thon au fenouil et aux agrumes	22	1	111
Bacon glacé au poivre et au balsamique	12	5	73	Bouchées de tofu laquées, arachides et gingembre	15	8	119
Bacon glacé miel et ail	13	2	52	Bouchées mexicaines	3	3	66
Banane plantain frite au sel et à la lime	7	2	103	Bouchées millefeuilles de pomme et de fromage	13	1	98
Beignets au maïs, à la courgette et à l'halloumi	23	7	88	Boules de crème au parmesan	8	1	28
Beignets bhajis au poireau	16	1	83	Boulettes de dindon apéritives	17	1	79
Beignets de fleurs de courgette	4	4	20	Boulettes de dindon laquées au miel et aux pommes	23	1	55
Beignets de fleur de courgette à la ricotta	14	8	73	Boulettes de porc au fromage, purée de carottes	23	8	53
Beignets de maïs au bacon de mer	20	5	83	Boulettes de porc laquées, pomme verte et basilic	16	1	87
Beignets de maïs aux huîtres	14	1	74	Brandade de morue nîmoise	22	2	97
Beignets indiens à l'oignon (bhaji)	4	2	79				
Biscottis salés au parmesan	8	1	66				
Biscuits au parmesan	7	1	41				
Blinis	12	2	126				
Blinis à la truite fumée	2	1	12				
Blinis aux carottes	18	1	110				
Bocconcinis-dukka	14	8	136				
Bocconcinis et tomates soya-sésame	16	5	69				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page	
Brie chaud aux fraises, à la figue et aux amandes	19	2	87		Chips de kale pimentées au parmesan	19	6	42
Brie chaud aux noix, aux raisins et au porto	9	1	100		Chips de légumes racines	8	3	21
Brochettes de bocconcinis aux raisins et au romarin	17	1	74		<i>Chips de nori</i>	23	2	54
Brochettes de boeuf laqué à la bière noire	15	2	94		Chips de panais	16	8	90
Brochettes de canard au champagne et aux poires	14	1	142		Chips de parmesan aux épices	8	8	98
Brochettes de crevettes à l'orange	16	1	85		Chips de pita au parmesan	9	8	172
Brochettes de crevettes épicées à l'harissa	13	1	96		<i>Chips de pita au zaatar</i>	23	8	25
Brochettes de porc pomme-érable	15	2	94		Chips de taro	15	4	109
Brochettes de poulet au cari	6	1	62		Chips de won-ton au canard confit	16	1	75
Brochettes de poulet au piment et à l'ail	15	2	96		Clémentines-citrouilles	22	8	107
Brochettes de ravioli, tomates cerises et parmesan	10	1	74		Cocktail de crevettes classique	10	6	24
Bruschettas	21	6	69		Cocktail de crevettes façon ceviche (cocktail de camarones)	18	7	90
Bruschetta au concombre et au thon rouge	4	5	64		Cocktail de crevettes revisité	10	6	24
Bruschetta aux tomates cerises et au citron	HSP	34			Coquilles au fromage de chèvre et aux cerises confites	7	1	46
Bruschetta aux tomates et à l'avocat					Côtelettes d'agneau brûlé-doigts au sésame	12	6	64
Bruschetta aux tomates et aux olives noires	7	1	41		Coupelles au bacon, aux dattes et au fromage bleu	13	1	87
Bruschettas à la courgette et à la feta	11	3	98		Coupelles de gravlax de saumon et sauce à la moutarde	21	1	140
Canapés à la betterave, aux raisins et au yogourt	20	1	82		Craquelins géant au four	10	8	58
Canapés au canard laqué à l'érable	20	1	82		Craquelins à la courge et à la pomme	19	8	46
Canapés au foie gras et aux abricots	10	1	72		Craquelins à l'huile d'olive	14	1	176
Canapés au fromage et à la pomme	19	1	28		Craquelins à la truite fumée, au yogourt et aux herbes	16	7	38
Canapés au gravlax de saumon et crème à la moutarde	17	1	77		Craquelins au beurre noisette à la sauge et aux pacanes	22	1	69
Canapés aux artichauts et à la mandarine	18	1	107		Craquelins au cheddar vieilli et purée de dattes au citron	19	2	56
Canapés aux carottes marinées et tartinade à la noix de cajou	19	1	28		Craquelins au chèvre chaud et aux betteraves	10	1	65
Canapés aux rillettes de saumon	20	1	80		Craquelins au fromage (Goldfish)	5	5	92
Canapés aux rillettes de pleurotes	19	1	28		Craquelins au fromage fondant et mélange du randonneur	9	6	87
Canapés de crevette sur concombre	11	3	100		Craquelins au maïs et au chorizo, tartinade au fromage	19	8	47
Canapés de mini-tournedos à congeler	13	1	68		Craquelins de blé au sésame	13	1	124
Canapés de tartare de thon aux asticots	22	8	106		Craquelins multigrains	15	1	187
Cannellonis à la viande « ragoût » de boulettes	18	1	112		Craquelins multigrains végétaliens et sans gluten	19	5	17
Céleri et fromage fondu	10	1	107		Cre-thon	10	7	69
Champignons farcis au crabe et à la mangue	2	4	32		Crevettes à la noix de coco	3	1	34
Champignons farcis au fromage de chèvre	3	5	75		Crevettes « Bloody Ceasar »	7	1	86
Chips de bagel	5	5	120		Crevettes cajuns	1	4	20
Chips de bagel au sésame	13	2	49		Crevettes et salsa à la mangue	1	1	19
Chips de kale et assaisonnements	15	7	75		Crevettes laquées au miel et au cari	15	1	187

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Crevettes, sauce cocktail blanche	22	1	56	Foccacia aux herbes	15	7	73
Crevettes laquées au sésame	23	2	57	Foccacia aux tomates cerises	11	6	99
Crevettes marinées	11	1	90	Foccacia sans pétrissage	22	5	46
Crevettes tempura et sauce aigre-piquante à la mangue	20	2	70	Foccacias aux olives au gaufrier	20	2	29
Crevettes tempura et sauce aigre-douce au poivron	14	3	68	Fondue parmesan aux trois fromages	8	1	63
Cromesquis de fromage	3	1	31	Fraises farcies au fromage à la crème et aux noix	1	1	20
<i>Croquetas</i> au poulet et à la mozzarella	11	1	88	Fromage à la crème fouettée	13	2	49
Croquettes de bocconcini au basilic et poivron rouge	6	1	46	Fromage à l'ouzo	9	2	111
Croquettes de chèvre à la tomate séchée	4	3	69	Fromage de chèvre mariné	1	1	20
Crostini à la tomate, au bocconcini et à l'huile de roquette	3	1	37	Fromage de chèvre et fleurs de betteraves sur brioche	19	1	119
Crostini au fromage de chèvre et aux pistaches	3	1	37	Fromage en grains mariné	7	4	87
Crostini au magret de canard et à la confiture d'oignons	3	1	37	Fromage en grains mariné au fenouil et à l'orange	21	7	33
Crostini aux épinards et au chèvre chaud	4	3	66	Fromage en grains pané à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	4	2
Crostini aux figues et au gorgonzola	2	2	36	Fromage frais (<i>queso fresco</i>)	19	6	63
Crostini de pâté de foies de volaille	14	7	89	Gougères au Gré des champs	4	1	86
Crostinis aux champignons marinés	23	2	58	Gougères aux trois fromages	11	3	100
Croustilles nature	14	4	40	Gougères sans gluten	16	1	45
Croutons au cheddar	4	5	38	Gnudis, courge Butternut au beurre et aux noisettes	19	8	65
Croutons de pain naan	10	4	59	Graines de citrouille aux épices barbecue	23	8	63
Croutons de roquefort et raisins verts confits	7	1	131	Graines de citrouilles épicées	13	2	49
Dattes farcies au fromage bleu	5	1	37	Granola salé au parmesan	20	7	49
Doigts-saucisses cocktail à l'érable	22	8	106	Gratin d'huîtres à la florentine	1	1	54
Dukka	2	2	94	Gratin d'huîtres à la mousseline d'agrumes	2	1	20
Dukka à l'italienne	12	3	37	Grelots au thym et au bacon	15	1	189
Dumplings au porc et aux crevettes	7	2	68	<i>Gremolata</i> de grenade, de pistache et de ciboulette	13	1	124
Dumplings de Noël	17	1	81	Huîtres au chorizo gratinées	14	1	74
Dumplings de porc et sauce aux arachides	8	1	60	Huîtres au citron vert	3	1	32
Endives au yogourt et aux pacanes	16	5	68	Huîtres Bloody Caesar	14	1	76
Endives farcies aux œufs et aux lardons	7	1	56	Huîtres et mignonnette à la lime et au gingembre	14	1	76
Feuilles de vigne farcies	1	5	30	Huîtres et mignonnette à l'orange	13	1	94
Feuilletés à la saucisse et à la moutarde	23	2	59	Huître et mignonnette de légumes à l'érable	19	1	51
Feuilletés au chèvre et au radis	12	1	142	Huîtres et salsa exotique à l'ananas et au kiwi	14	1	76
Fèves de soya lime-chili	16	3	24	Huîtres fraîches et mousse à l'échalote	7	1	34
Fèves de soya pour l'apéro	12	7	19	Huîtres frites	9	4	83
Figues au marsala	12	1	138	Huîtres, granité au champagne	24	1	64
Fleurs de ciboulette au sel	19	6	44	Huîtres, mignonnette au jus de grenade et au poivre rose	19	1	110
Foccacia aux courgettes, à la roquette et aux amandes grillées	17	5	106				
Foccacia artistique (<i>foccacia d'arte</i>)	19	6	45				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Huîtres rémoulade	16	1	83	Olives frites	2	1	12
Huîtres Rockefeller (les meilleures)	24	1	23	Olives frites, mayonnaise			
Jicama à la mexicaine	8	3	22	« antipasto » piquante	21	3	41
Légumes présentés comme des charcuteries et prosciutto	17	6	75	Olives martini	14	1	174
Linguines à la crème d'ail avec chou-fleur, brocoli et chips d'ail	19	1	112	Pacanes épicées à l'érable	6	3	74
Lupins marinés façon cornichons	21	5	34	Pailles au parmesan	10	1	66
Madeleines aux herbes	8	5	42	Pain grillé au beurre à l'ail et aux herbes	8	3	44
Mélange de noix épicées	4	2	59	Pain grillé au fromage gratiné (welsh rarebit)	19	2	79
Mélange du randonneur	9	6	87	Pain apéritif au sésame et à l'érable	11	4	74
Melon apéritif	15	7	69	Pain farci au fromage et ses 2 garnitures	12	1	136
Mini-brochettes de poulet au pesto, aux canneberges et aux pistaches	11	1	92	Palmiers aux champignons	11	1	94
Mini egg rolls (<i>limpias</i>) au porc	19	1	125	Palmiers salés	4	1	86
Mini-feuilletés aux escargots, au pastis et aux tomates confites	14	1	142	Pâtes farcies au poulet et aux artichauts	7	1	44
Minimuffins au maïs, à la crème fraîche et au saumon fumé	4	1	85	Pelures de pommes de terre aux 3 fromages	9	7	69
Mini-pogos de merguez	11	1	94	Peperonata	13	1	124
Mousse de fromage frais aux herbes et rubans de courgettes	19	1	121	Petits pains appéritifs	14	8	136
Mousse de saumon	19	1	142	Petits pains au fromage (<i>Pão de queijo</i>)	12	6	100
Muhammara	13	3	65	Piments farcis de Jeff Dinelle	9	7	78
<i>Nigiri</i> au saumon	15	2	36	Piments jalapeños farcis (<i>jalapeño poppers</i>)	22	2	49
Noix de cajou épicées (Ongles d'orteils de sorcière)	6	5	H-8	Piments shishito au sésame et au soya	21	7	92
Noix épicées	10	8	58	Panisse	14	7	57
Noix rôties au miel et au sumac	16	4	51	Pitas croustillants aux épices	2	5	50
Noix rôties au poivre et à l'huile de truffe	12	1	138	Pizza alsacienne	10	1	71
Oeufs BLT	23	7	46	Plateau d'oeufs de Noël	19	1	39
Oeufs farcis	15	1	189	Pleurotes frits	22	8	44
Oeufs farcis au crabe et à l'estragon	11	3	97	Pois chiches croquants cannelle et érable	16	4	26
Oeufs farcis aux cornichons	23	8	51	Pois chiches frits	5	1	77
Oeufs farcis croustillants épicés	22	2	46	Pop-corn de chou-fleur	5	1	99
Oeufs marinés à la betterave	8	4	32	Popcorn cajun	13	1	166
Œufs marinés au Bloody Mary	21	1	75	Popcorn chipotle	13	6	128
Œufs marinés au cari	21	1	75	Popcorn sucré et épicé au <i>chili crisp</i>	23	2	78
Œufs marinés aux échalotes et au poivre rose	21	1	75	Popcorn sucré-salé aux herbes	15	5	55
Oeufs ranch aux haricots noirs (<i>huevos rancheros</i>) au barbecue	19	5	33	Pommes de terre farcies aux escargots	2	1	11
Okras frits	16	6	99	Pommes de terre grelots farcies au saumon fumé	4	4	76
Olives à l'orange et au fenouil	17	1	100	Profiteroles antillaises aux crevettes	7	2	106
Olives chaudes épicées	6	1	57	Pruneaux au vinaigre	12	1	138
Olives chaudes à l'anis et au citron grillé	22	6	54	Purée de courge au parmesan	13	1	126

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Rondelles d'oignons frits	10	5	66
Rondelles d'oignons frits au cari	16	2	55
Rouleau de concombre et de saumon fumé	16	1	85
Salade de crevettes nordiques à la lime	13	1	126
Salsa de cantaloup	11	6	42
Samosa	3	1	93
Samosas sans friture revisités	19	7	81
<hr/>			
Sandwichs frits aux crevettes (<i>shrimp toast</i>)	22	6	98
Saucisses en croûte	12	1	50w
Saucisses cocktail général Tao	14	1	125
Saumon fumé au citron et à l'estragon	13	1	126
<i>S'mores</i> salés au fromage	24	1	2
Snack de pois chiches épicee	12	5	79
Spanakopita (chaussons aux épinards)	2	4	50
« Sucettes » de parmesan	4	1	85
Tapas express	6	1	67
Tartare de boeuf épice et croustillant à l'éralbe	19	1	51
Tartare de saumon sur algue nori frite	7	1	44
Tartare de thon au radicchio et à l'orange	23	2	54
Tartelettes aux tomates farcies aux escargots à l'ail	9	1	55
Tarte à la tapenade et au poisson	13	1	92
Tarte apéro au prosciutto	16	2	53
Tarte feuilletée aux asperges et aux petits pois	22	4	82
Tarte fine à la courgette	21	2	101
Tarte fine à la courgette et aux tomates cerises	23	1	72
Tarte fine pomme-cheddar	12	8	134
Tarte flambée au pâté de campagne à la pistache et au jambon cru	23	3	90
Tarte salée aux champignons	23	1	56
Tarte Tatin aux échalotes françaises	19	3	86
Tataki de boeuf à l'orange sanguine	13	1	38
Tofu frit à l'asiatique	2	1	11
Tofu mariné au citron	22	8	94
Tofu mou au soya et au sésame	16	7	37
Tomates cocktail farcies au tartare de pétoncles	6	1	62
Tomates farcies au mascarpone	8	6	42
Tortillas farcies au poulet (<i>taquitos</i>)	19	4	54
Truffes de chèvre aux olives noires	6	1	86
Verrines d'avocat et crevettes	10	1	69

	vol	n°	page
Verrines de crème de chou-fleur	16	1	65
Verrines de lait de poireau et fromage croustillant	17	1	74
<hr/>			
ENTRÉES			
	vol	n°	page
Artichauts au court-bouillon	9	7	25
Artichauts farcis aux herbes	14	7	90
Artichauts rôtis aux tomates	9	7	27
Asperges au gratin	2	3	12
Asperges blanches au beurre blanc à l'orange	5	3	37
Asperges croustillantes, sauce aux herbes	16	1	87
Asperges grillées et mayonnaise maison	17	5	75
Asperges grillées, sauce mousseline à l'estragon	2	3	11
Assiette de tomates, burrata et chapelure aux amandes	16	7	80
Avocats à la crème sure maison	14	5	80
Avocat et endive vinaigrette	5	2	75
Avocats farcis au ceviche de pétoncles	16	8	85
Baguette de style nachos à l'italienne	11	2	77
Baguette radis et beurre	17	5	112
Bhajis au four, yogourt au concombre	22	8	80
Bhajis au poulet au gaufrier	20	2	28
Bleu dans le porto	2	1	76
Blinis au gravlax de saumon	24	1	38
Bombas de pommes de terre	16	4	97
Boules de fromage aux pacanes et au jalapeno	14	1	144
Boulettes de boeuf à la feta laquées	24	1	97
Boulettes de crevettes au sésame	7	2	65
Bouraks à la viande	3	2	18
Bretzels géants	17	6	101
Brie chaud à la pancetta et aux prunes	10	3	48
Brie chaud au porto et au miel	10	3	49
Brikas au thon et à l'oeuf	16	4	93
Brochettes de moules et de prosciutto	2	1	17
Brochettes de pétoncles à la pancetta	4	4	42
Brochettes de pain, de cornichon et de saucisson, façon raclette	13	5	139
Brochettes de porc aux épices sur salade de roquette	11	3	98

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Brochettes de poulet et sa sauce satay	1	1	19	<i>Crab cakes, salade de courgette et de maïs</i>	17	6	48
Burrata à la tomate cerise confite	14	7	73	Crâne prosciutto-bocconcinis	22	8	106
Burrata aux figues confites	18	6	81	Crevettes à la pancetta et à l'érable	11	4	84
Burrata aux pêches grillées et aux tomates confites	19	5	50	Crevettes au chocolat blanc et purée de chou-fleur	9	3	56
Burratina à la fraise et à la rhubarbe	23	5	38	Crevettes croustillantes à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>), sauce cari-coco	24	1	44
Burratina et prunes rôties au vinaigre balsamique	21	7	72	Crevettes grillées et laitue romaine, vinaigrette au lait de coco	17	6	29
Calmars farcis et sauce à l'échalote	10	2	128	Crevettes grillées et sauce aux noix de cajou	12	6	102
Calmars frits et aïoli	17	5	23	Crevettes marinées au piment	23	5	62
Carpaccio de betteraves au fromage de chèvre	8	1	71	Crevettes piri-piri	12	4	150
Carpaccio de betteraves aux raisins et aux noix rouges	12	4	74	Crevettes tachetées froides	15	6	83
Carpaccio de bœuf	3	2	30	Croquettes au fromage de Marie-Soleil Michon	3	3	53
Carpaccio de bœuf aux olives et au romano	6	1	66	Croustades d'aubergine au bleu l'Ermite	1	1	20
Carpaccio de boeuf et de betteraves jaunes	20	6	70	Crudo d'omble, canneberges et riz soufflé	21	1	43
Carpaccio de fenouil	3	5	66	Egg rolls (pâtés impériaux)	2	1	83
Carpaccio de melon au jambon des îles de la Madeleine	5	3	109	Egg rolls (pâtés impériaux) aux crevettes et au chou nappa	6	1	64
Carpaccio de radis, de pomme et de saumon fumé	19	5	92	Endives braisées au jus d'orange et salade de croûtons maison	13	3	53
Cassolettes d'escargots aux saucisses	3	2	18	Entrée au fromage de chèvre	9	8	120
Caviar d'aubergine tomaté	16	4	45	Entrée d'artichauts, crème aux amandes	5	3	37
Ceviche à la diabolo	5	2	104	Entrée de ris de veau aux champignons	5	1	62
Ceviche margarita	2	4	58	Entrée de saucisson et de mozzarella di bufala	20	1	130
Ceviche de pétoncles et granité de concombres	20	5	86	Entrée de tomates au fromage grillé et à la fleur d'ail	12	6	37
Champignons au citron	14	8	136	Escabèche de truite et salade de fenouil	17	3	68
Champignons farcis aux deux fromages	10	8	94	Falafels d'Anne Bachour	3	3	63
Chèvre croustillant aux pêches et aux amandes caramélisées	9	6	66	Falafels sans friteuse	19	4	80
Choux de Bruxelles rôtis au parmesan, vinaigrette César	22	1	114	Feta chaude	16	4	49
Choux de Bruxelles sur tige	21	7	79	Feta chaude aux échalotes et aux dattes rôties	22	3	114
Churros au fromage	21	6	33	Feta chaude aux tomates et aux olives	17	6	77
Cocktail de crevettes à la mangue	5	2	40	Feuilleté au fromage Oka	13	2	98
Concombres farcis au porc croustillant	HSP		40	Feuilletés caramélisés à l'érable et mousse de foies de volaille	24	1	67
Coquilles Saint-Jacques	8	1	77	Feuilleté de courge au fromage de chèvre	11	8	140
Coquilles Saint-Jacques (la meilleure)	10	8	61	Feuilleté d'escargots au pastis	6	1	104
Coquilles Saint-Jacques revisitées	2	1	22	Feuilletés au <i>jalapeño poppers</i>	23	1	54
Côtelettes d'agneau brûlé-doigts au sésame	12	6	64	Feuilletés au poireau et au jambon, salade de pomme à l'estragon	23	4	53
Courge turban farcie au pain et au fromage	4	5	36	Feuilletés au yogourt et au poireau	22	1	90
<i>Crab cakes</i> (les meilleurs)	13	5	83	Feuilletés aux champignons	2	5	30

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Feuilletés aux champignons et aux herbes	23	8	53	et aux fraises	2	4	21
Feuilletés aux poivrons et aux asperges	11	3	97	Millefeuilles de légumes et de tofu à la méditerranéenne	2	4	32
Feuilletés aux tomates	2	5	57	Minibrochettes de fromage halloum et de poivron grillé	4	4	60
Figues farcies aux échalotes caramélisées et noix sucrées-salées	20	1	129	Minibrochettes d'escargots au pastis	4	4	42
Flans aux champignons en coquille	5	3	39	Minibrochettes de poulet César	18	1	110
Fleurs de courgette farcies à la niçoise	9	6	32	Minipoivrons farcis au fromage halloumi	22	6	56
Fleurs de courgettes farcies aux petits légumes	4	4	20	<i>Monkey bread</i> aux herbes et au fromage	21	1	112
Fleurs d'oignons frits	2	4	79	Moules à la thaïlandaise	2	2	94
Foie gras au torchon	1	1	36	Moules froides au vin blanc	15	6	83
Foie gras en pot	12	2	72	Moules gratinées	11	2	102
Foies de volaille aux radis, aux petits pois et au xérès	7	3	31	Moules rafraîchissantes sur coquilles	7	3	30
Foie gras poêlé aux raisins verts	3	1	50	Moules sur le barbecue à la salsa verde	17	5	83
Fondue au fromage au four, au vermouth et au bacon	20	2	100	Mousse aux crevettes	7	4	109
Fondue parmesan en croûte de noix	4	2	44	Mousse aux crevettes (2)	12	1	147
Frites au cari	19	2	48	Mousse de foie de volaille à l'érythème et au brandy	5	5	54
Frites au sumac	18	5	29	Mousse de foies de volaille et pommes poêlées	17	1	115
« Frites » de mozzarella	2	2	62	Mousse de pétoncles et de crevettes	4	1	48
Fromage fondant aux canneberges	1	1	46	Muffins salés aux carottes et à la feta	17	8	75
Fromage halloum grillé	1	4	20	Nachos façon poké	15	4	109
Galettes de tomates	9	2	111	Nachos « La Soirée du hockey » avec fromage en grains	8	2	50
Gelato au Grana Padano du chef Micol Negrin	2	1	14	Œufs durs de caille et mayonnaise à l'estragon	4	3	41
Granité au céleri	10	6	58	Nachos au chili	16	5	73
Granité aux herbes pour huîtres	16	8	83	Napoléon de tomates, vinaigrette à la ciboulette	HSP		33
Gravlax de saumon à l'aneth, au citron et à la grenade	22	1	112	Nems au poulet	5	3	62
Gravlax au calvados	6	2	48	Os à moelle sur le barbecue	22	8	44
Gravlax de Fernande	11	5	64	Pailles au fromage en soleil	22	2	52
Gravlax de saumon à l'érythème	11	4	74	Palourdes au vin blanc, crumble au persil et au bacon	17	6	41
Gravlax de saumon au gin et au miel	15	2	92	Palourdes froides à l'huile d'herbes	15	6	83
Gravlax de saumon, vinaigrette cocktail	23	1	55	Pancakes au panais et au crabe avec salsa verte	15	4	78
Gravlax de truite au cidre de glace	13	2	49	Panna cotta à la laitue	HSP		90
Hoummous aux noix de pin	16	4	49	Panna cotta aux carottes, salade de haricots et de pamplemousse	5	1	127
Hoummous sans sésame	21	5	87	Panna cott, gelée de framboises et de canneberges, pistaches et mascarpone en pot	18	3	118
Huîtres au BBQ et kimchi minute	15	5	92	Parfait de foie de volaille à la poire	6	1	72
Huîtres gratinées	11	2	102	Parfait de foie de volaille aux noisettes	12	1	138
Kebbés à la viande	16	4	45	Pastrami de canard	5	1	48
Labneh aux zaatar	16	8	92				
Lard au romarin	21	3	83				
Main prosciutto-fromage	22	8	107				
Miche au Migneron de Charlevoix fondant							

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Patatas bravas	10	1	182	Rouleaux de printemps au canard confit	6	3	56
Patates douces garnies style nachos à la plaque	20	3	49	Rouleaux de printemps au crabe	12	4	88
Pâté de campagne	5	1	54	Rouleaux de printemps au tofu et aux arachides	19	2	78
Pâté de foie de volaille au pastis	2	1	14	Rouleaux de printemps César	15	4	82
Pâtes au bleu sur lit d'épinards	3	1	50	Rouleaux de printemps frits	7	2	71
Petits sandwichs à la pizza à partager	21	2	71	Rouleaux impériaux allégés	10	4	30
Pétoncles au beurre d'orange	5	1	39	Rouleaux impériaux sans friture	5	2	107
Pétoncles aux petits pois à la crème	11	3	40	Sandwichs aux oeufs japonais (<i>tamago sando</i>)	24	1	95
Pétoncles frais et salsa de fraises	15	6	85	Saucisses cocktail au bacon, à l'érable et au whisky	24	1	95
Pétoncles grillés sur crème fouettée au basilic	2	1	14	Saucisses cocktail au sirop d'érable	1	20	113
Pétoncles poêlés, mousseline de haricots au citron et salsa d'oranges sanguines	8	1	48	Saumon mariné au whisky	1	1	72
Pétoncles poêlés sur purée de céleri-rave	7	1	68	Saumon mariné aux agrumes	4	3	40
Piments farcis, sauce aux noix	14	6	118	Socca anisée	17	6	77
Pitas grillés aux légumes verts	9	5	58	Soufflés au fromage et aux herbes	3	3	18
Pizza <i>scappata</i> aux tomates rôties (pizza sans croûte)	16	7	80	Spanakopita croustillant	20	4	74
Plateau apéritif à partager	17	2	86	Super nachos pour le Super Bowl	6	2	79
Plateau d'huîtres	21	1	48	Tartare de boeuf au boulghour	16	2	113
Poireaux confits sous vide, vinaigrette au thym et au citron	21	8	35	Tartare de bœuf classique	4	3	94
Poireaux grillés vinaigrette, <i>burrata</i> et tomates séchées	12	8	55	Tartare de boeuf et caviar de moutarde	20	1	55
Poireaux vinaigrette	2	5	50	Tartare de thon et mousseline d'avocat au wasabi	8	3	22
Poireaux vinaigrette aux moules fumées	17	5	79	Tarte à l'oignon et au fromage ricotta	2	5	25
Pommes de terre écrasées garnies façon nachos	22	5	79	Tarte aux poireaux et salade de foie de veau	11	7	92
Pommes de terre ratten farcies aux œufs de caille	8	4	34	Tarte aux tomates	3	4	83
Popcorn végétalien à la lime et au poivre	18	2	60	Tarte aux tomates et au cheddar	1	5	34
Portobellos farcis	6	5	78	Tarte de pommes de terre, de tomates et de fromage en grains	7	4	90
Potage vert sapin	12	1	144	Tarte feuilletée aux endives et aux champignons	4	5	42
Poulet frit au sésame	13	4	110	Tarte feuilletée aux poireaux, aux pommes et au camembert	3	5	14
Raviolis à la bette à carde et à la ricotta	17	2	90	Tartelettes aux poires et aux gésiers de canard	6	3	53
Raviolis de foie gras aux raisins de Muscat	5	1	36	Tartelettes aux tomates à la provençale	6	3	95
Raviolis de poivrons et crevettes	6	1	58	Tartes fines aux figues et au foie gras	4	1	73
Reblochon en pâte croustillante	2	5	35	Tarte salée au fenouil, aux tomates et aux olives	18	6	80
Rillettes de canard confit à l'oignon	6	1	89	Tarte Tatin aux tomates	5	5	76
Rillettes de maquereau fumé	20	5	84	Tartinade de fromage cheddar (Cheez Whiz maison)	5	5	90
Rillettes de saumon	12	2	49	Tartine à l'aubergine et salade de mâche aux tomates séchées	13	4	89
Rillettes de truite au bacon	13	5	122	Tartines au fromage fondant et tomates au vinaigre balsamique	14	3	34
Rouleaux de bette à carde au sarrasin et aux pleurotes	20	3	76				
Rouleaux de printemps	2	4	59				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Tartines aux gourjanes et à la ricotta	14	6	52
Tartines de champignons	5	5	71
Tartines de champignons et de gouda	5	1	122
Tartines grillées à la ricotta, tomates cerises confites	23	5	42
Tartines grillées aux courgettes et salade de tomates et de fraises à la menthe	17	7	49
Tartines prosciutto-fraises	20	6	50
Tataki de saumon à la lime et à la clémentine	14	3	66
Tatin aux échalotes	4	2	78
Tempura de légumes et de fruits de mer	11	4	136
Tempura de légumes et sauce asiatique	5	3	102
Terrine de canard en gelée	10	1	113
Terrine de mousse de foies de volaille et gelée de canneberges	21	1	111
Terrine de pintade aux abricots et aux pistaches	3	1	44
Terrine de poisson	3	3	14
Terrine de porc en gelée	16	6	70
Terrine de porc au cassis	17	3	47
Terrines aux quatre fromages	8	1	82
Tofu frit et bouillon	8	7	110
Tomates farcies au caviar d'aubergine	2	5	16
Tomates farcies au thon	5	5	38
Tomates farcies aux haricots blancs	4	5	65
Tomates rôties à la saucisse	10	8	49
Tomates vertes frites et trempette au paprika	14	8	80
Tomates rôties à la saucisse	10	8	49
Tomates rôties à la saucisse	10	8	49
Tour de fromages en croûte	21	1	130
Tranche de melon d'eau, tomates, basilic et feta	13	5	96
Végé-pâté aux oignons caramélisés	15	7	71
Yogourt salé au concombre et aux amandes grillées	16	3	25

SOUPES ET POTAGES

	vol	n°	page
Bisque de homard simplifiée	19	5	101
Bortsch à la polonaise à la façon de Martine	4	2	42
Bouillon au curcuma	10	2	46
Bouillon aux cèpes et au parmesan	15	2	87
Bouillon de bœuf au porto et aux petits légumes	2	1	45

	vol	n°	page
Bouillon de bœuf pour soupe tonkinoise	19	3	81
Bouillon de dinde	10	1	139
Bouillon de dinde et cuisses de dindon pochées	16	8	100
Bouillon de légumes vide-frigo	18	4	87
Bouillon de poulet	6	3	17
Bouillon de poulet maison	4	1	114
Bouillon de poulet maison (2)	13	3	25
Cappuccino à l'oignon caramélisé	6	1	66
Chaudrée de crabe de San Francisco	6	3	103
Chaudrée de crabe et de crevettes	12	4	83
Chaudrée de crabe et de maïs	2	2	36
Chaudrée de homard et de petits pois	13	2	100
Chaudrée de la Nouvelle-Angleterre	3	2	16
Chaudrée de palourdes de la Nouvelle-Angleterre	9	5	134
Chaudrée de palourdes et de légumes râpés	15	8	85
Chaudrée de palourdes (la meilleure)	18	7	73
Chaudrée de poisson d'avril	11	4	93
Chaudrée de pommes de terre sans produits laitiers	20	8	32
Chaudrée de poulet et de maïs en courge Buttercup	8	8	60
Chowder de crevettes et de maïs	8	5	93
Cock-a-leekie	1	2	11
Consommé au safran en croûte	1	1	36
Consommé espresso au chorizo et au parmesan	5	1	39
Crème d'asperges au basilic et croûtons au fromage cottage	14	1	56
Crème d'asperges au parmesan et à l'œuf poché	6	3	26
Crème de carottes au tahini et au brocoli	17	8	73
Crème de carottes jaunes et poireaux et safran	10	4	64
Crème de carottes et de lentilles rouges	17	3	32
Crème de céleri et épinards	9	7	92
Crème de céleri et de pétoncles poêlés	13	2	96
Crème de céleri-rave et tilapia au beurre noir	8	3	52
Crème de champignons	3	5	77
Crème de champignons (2)	8	1	28
Crème de champignons bourguignonne	6	2	54
Crème de champignons sauvages	13	2	104
Crème de chou	9	4	92
Crème de chou-fleur	3	5	62

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Crème de chou-fleur à la ciboulette	11	1	131	île flottante à l'estragon	5	4	118
Crème de chou-fleur au homard	10	5	79	Crème de tomates rôties, croûtons de croissants	23	1	95
Crème de chou-fleur aux moules et au vin blanc	6	3	56	Crème de topinambours	2	5	55
Crème de chou-fleur cheddar aux pommes	4	5	38	Crème d'oignons à la sauge et au romarin	15	1	95
Crème de chou-fleur et d'amandes	16	3	55	Crème d'oignon et cheddar, pomme et bacon	16	3	50
Crème de chou-fleur et foie gras	11	1	110	Fond brun de bœuf	6	3	18
Crème de chou-fleur et ses trois garnitures	7	1	70	Fumet de champignons	2	3	16
Crème de chou-fleur, roquette et amandes	11	1	118	Fumet de poisson	13	5	132
Crème de courge et de tomates rôties	23	8	77	Gaspacho	8	7	37
Crème de courge, gelée d'amandes et dentelles croustillantes au parmesan	8	1	46	Gaspacho (2)	16	4	111
Crème de foie gras	8	1	50	Gaspacho (3)	17	6	33
Crème de gourganès à la mijoteuse	9	2	89	Gaspacho au concombre et au melon	15	7	69
Crème de laitue et crevettes nordiques	17	5	30	Gaspacho de poivrons jaunes	1	4	44
Crème de lentilles aux légumes	6	5	70	Gaspacho en trois temps	9	6	40
Crème de maïs	6	5	86	Gaspacho vert	6	4	100
Crème de maïs à la courge poivrée	2	4	92	Grits aux crevettes	17	5	63
Crème de maïs au tofu barbecue	18	2	32	Lait de poireaux moussé à la muscade	7	1	87
Crème de maïs, crevettes et popcorn au paprika fumé	11	7	62	Mais en crème	17	4	95
Crème de maïs, lime et chili	16	3	46	Minestrone	3	5	54
Crème de navet à l'oignon caramélisé	6	1	45	Minestrone alla genovese	8	7	70
Crème de panais, cerf, brocoli et canneberges	13	2	102	Minestrone à la tomate	9	2	28
Crème de patate douce au kasha	16	2	112	Minestrone au jus de tomate	5	5	48
Crème de patates douces au gingembre et au rhum	1	2	43	Minestrone au risotto	12	3	61
Crème de patates douces rôties, yogourt grec au gingembre et au curcuma	21	2	107	Minestrone aux haricots blancs et au chou noir de Toscane	14	6	60
Crème de petits pois, huile au pesto, coriandre et lime	14	1	148	Minestrone aux tomates, au curcuma et au poulet	17	7	74
Crème de poireaux et de cresson	7	2	59	Minestrone blanc	21	1	26
Crème de pois jaunes cassés aux tomates	16	4	33	Minestrone d'été aux fruits de mer	9	6	81
Crème de poivrons, garniture au crabe	HSP		48	Minestrone de légumes d'hiver	7	2	57
Crème de pommes de terre à l'ail rôti et aux moules	13	2	100	Minestrone verte	16	7	30
Crème de pois chiches, chips d'ail et sirop d'érable au cari	22	4	48	Nage de crustacés	9	5	58
Crème de radis et de pommes	9	5	26	Potage à la banane verte et au lait de coco	8	2	73
Crème de rutabaga et carottes à l'érable	10	1	128	Potage à la bière	1	5	76
Crème de têtes de violon	4	4	69	Potage à la courge et au gingembre rôti	11	3	82
Crème de tomates	9	2	28	Potage à la courge et crevettes cajuns	10	2	90
Crème de tomates au basilic	1	5	32	Potage à la courge poivrée rôti	2	5	30
Crème de tomates au cari	5	5	54	Potage Argenteuil	2	3	12
Crème de tomates BLT	9	3	72	Potage au chou-fleur, au lait de coco et au cari	21	3	47
Crème de tomates et				Potage au poireau et au poisson	14	2	110
				Potage aux carottes	5	5	91
				Potage aux carottes et craquelins			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
de tortillas au fromage	22	8	113	Soupe à l'oignon et au chocolat	6	2	86
Potage aux légumes-racines et au poisson blanc	17	1	118	Soupe à l'oignon et rouille aux poivrons	8	1	77
Potage aux légumes verts vide-frigo	18	2	84	Soupe à l'oignon gratinée	1	2	20
Potage aux patates douces, aux lentilles rouges et au curcuma	5	5	61	Soupe à l'orge, à la courge et au brocoli	13	2	94
Potage aux poireaux et tartine de cheddar au canard confit	12	8	46	Soupe à l'orge, aux champignons et à l'oeuf poché	18	1	122
Potage aux poires et aux poireaux	2	5	35	Soupe à l'orge et au confit de canard	5	5	71
Potage aux tomates et aux haricots blancs	10	2	90	Soupe à l'orge et aux haricots rouges	11	1	68
Potage bicolore aux deux céleris	5	1	52	Soupe à l'orge et aux légumineuses	13	8	90
Potage Bloody Mary	3	1	49	Soupe à la courge spaghetti et au kale	20	7	83
Potage Choisy	1	3	63	Soupe à la patate douce et au cari	20	2	23
Potage Crécy	21	3	55	Soupe alphabet au poulet	7	5	71
Potage de carottes et garniture de pleurotes à l'estragon	5	3	33	Soupe asiatique à la coriandre	1	2	12
Potage de céleri aux noix et au bleu	2	1	20	Soupe au boeuf et à l'avoine	6	3	87
Potage de fenouil aux agrumes	16	3	53	Soupe au boeuf et à l'orge à l'autocuiseur	19	4	75
Potage au fenouil et aux haricots blancs, croûtons aux amandes	24	1	34	Soupe au boeuf et aux nouilles udon à la mijoteuse	21	7	53
Potage garbure	7	1	138	Soupe au boulgour <i>chorba</i>	16	4	99
Potage de haricots blancs aux tomates séchées	6	2	39	Soupe au cheddar	6	2	53
Potage de petits pois aux pignons	1	2	10	Soupe au cheddar et au brocoli	10	3	88
Potage de poivrons bicolore	1	5	29	Soupe au chou et au jambon	10	7	103
Potage de poivrons jaunes	5	5	121	Soupe au chou-fleur et pois chiches au cari	10	4	58
Potage de pommes de terre à l'oignon gratiné	19	2	46	Soupe au chou gratinée	5	2	57
Potage Saint-Germain	11	3	48	Soupe au chou, pommes de terre et saucisses	6	1	163
Potage tout vert	10	2	86	Soupe au kale, à la pomme de terre et à la saucisse	12	3	100
Potage vert sapin	12	1	144	Soupe au lait de coco et aux crevettes (<i>Tom Kha Kung</i>)	17	3	66
Potage vide-frigo	2	2	60	Soupe au macaronis et aux haricots	10	8	152
Potage vide-frigo (2)	12	7	77	Soupe au pistou	1	5	29
Sagamité végétalienne de Lysanne O'Bomsawin	23	5	102	Soupe au pistou (2)	6	5	46
Soupe à la courgette, au parmesan et aux pistaches	19	7	109	Soupe au porc, au chou et aux pommes de terre - <i>Gamjatang</i>	9	7	105
Pot de soupe à offrir	9	4	30	Soupe au poulet, au poireau et au cheddar	22	8	51
Soupe aigre piquante à la citrouille	5	5	30	Soupe au poulet, aux tomates et au maïs	20	2	95
Soupe à l'oignon allégée et croûton de fromage frais	10	3	46	Soupe au poulet avgolemono	1	2	11
Soupe à l'oignon (La meilleure)	18	3	81	Soupe au poulet et au riz sauvage	4	1	114
Soupe à la courgette et aux pois chiches	15	7	123	Soupe au poulet et aux épinards	6	2	35
Soupe à la pomme de terre et au brocoli	11	8	99	Soupe au poulet et aux nouilles de konjac	19	5	19
Soupe à l'ail et aux amandes (<i>ajo blanco</i>)	17	3	92	Soupe au ragout de boulettes	16	1	129
Soupe à l'oignon (la meilleure)	14	3	75	Soupe au tofu, aux nouilles soba et au soya	21	3	29
				Soupe au tofu, aux patates douces et au cari	20	3	88
				Soupe au tofu et au kale	13	1	57

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Soupe au tofu soyeux	22	8	53	Soupe aux nouilles udon et à l'encre de seiche	13	8	140
Soupe aux betteraves	2	5	61	Soupe aux nouilles ramen et au boeuf	11	2	71
Soupe aux boulettes de poisson et crevettes	9	2	42	Soupe aux panais et aux oignons rôtis	21	2	69
Soupe aux boulettes de porc	10	1	80	Soupe aux pois	6	3	67
Soupe aux boulettes et à la courge spaghetti	10	7	60	Soupe aux pois (2)	18	3	84
Soupe aux boutons	5	2	64	Soupe aux pois (3)	21	4	61
Soupe aux champignons sauvages	23	3	70	Soupe aux pois à l'ancienne	4	2	41
Soupe aux cornichons à l'aneth	5	3	80	Soupe aux pois cassés, à la courge et au cari	21	8	68
Soupe aux crevettes à la louisianaise	16	8	65	Soupe aux pois chiches et aux courgettes	12	4	54
Soupe aux crevettes, au porc et au lait de noix de coco	2	5	42	Soupe aux pois chiches et aux légumes racines	11	3	72
Soupe aux épinards	4	2	42	Soupe aux pois et dumplings au fromage	13	2	102
Soupe aux épluchures de légumes racines	4	5	64	Soupe aux raviolis et aux petits pois	10	3	66
Soupe aux fèves de soya et au tofu tendre	7	2	65	Soupe aux saveurs de hamburger	7	2	54
Soupe aux fines herbes et à l'avoine	20	7	49	Soupe aux saucisses et aux haricots blancs, croûtons au parmesan	20	3	88
Soupe aux gourganes de Charlevoix	3	4	94	Soupe aux tomates	14	7	42
Soupe aux gourganes	6	5	42	Soupe aux tortellinis à la chair de saucisses	20	4	76
Soupe aux haricots blancs et zeste de citron	9	7	87	Soupe aux tomates, croûtons au parmesan et au fenouil	16	7	78
Soupe aux haricots noirs de Santa Fe	1	2	12	Soupe aux trois haricots	HSP		54
Soupe aux huîtres	3	1	49	Soupe aux vers (potage aux épinards et macaronis longs)	4	5	108
Soupe aux huîtres gratinées	6	1	130	Soupe campagnarde à l'oseille	4	3	32
Soupe aux légumes	13	2	98	Soupe campagnarde au chou de Savoie	2	2	60
Soupe aux légumes (2)	18	3	82	Soupe cassoulet	8	2	62
Soupe aux légumes dans un caquelon à fondue	10	3	97	Soupe crémeuse au poulet	6	5	30
Soupe aux légumes et au fromage en grains	17	2	88	Soupe crémeuse au poulet et à l'estragon	19	2	79
Soupe aux légumes et au jambon, croûtons à la raclette	23	4	54	Soupe bœuf et orge	9	8	44
Soupe aux légumes et aux fèves de Lima (à la mijoteuse)	7	5	52	Soupe dahl à la patate douce	23	1	22
Soupe aux légumes et croûtons au bacon	12	2	82	Soupe de crabe au lait de coco	1	5	70
Soupe aux légumes rôtis	15	7	34	Soupe de homard au chocolat blanc	6	2	86
Soupe aux légumes verts	2	5	50	Soupe de maïs au cari et aux crevettes	23	7	88
Soupe aux légumineuses à la marocaine	18	4	90	Soupe de maïs, de pommes de terre et de poivrons	5	5	57
Soupe aux lentilles	2	5	50	Soupe de miso aux crevettes et au tofu	7	1	106
Soupe aux lentilles, chou-fleur et crevettes	15	8	40	Soupe de miso au tofu	3	2	74
Soupe aux lentilles rouges	7	5	71	Soupe de pois chiches et de pâtes	3	2	53
Soupe aux lentilles et aux fanes de carottes	15	2	71	Soupe de poisson	4	3	73
Soupe aux lentilles et aux poivrons rouges	10	2	90	Soupe de poisson à la tomate et au fenouil	18	3	25
Soupe aux lentilles rouges à l'indienne	4	2	41	Soupe de poisson et de fenouil	14	8	40
Soupe aux nouilles, au gingembre et aux boulettes de porc	2	3	52	Soupe de pommes de terre, de poireaux et de maïs	13	2	104
Soupe aux nouilles et au porc épicé	10	7	88	Soupe de riz sauvage au canard confit	13	2	94

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Soupe de truite à la coriandre	13	5	132	Soupe ramen au tofu (2)	17	2	118
Soupe de tomates grillées	6	5	86	Soupe ramen au porc et au miso	19	8	106
Soupe de tofu aigre-piquante à l'autocuiseur	17	7	63	Soupe réconfortante à l'orge et au poulet	11	2	79
Soupe espagnole à l'ail et au pain (<i>sopa de ajo</i>)	23	2	90	Soupe-repas à la bette à carde, à l'orzo, aux champignons et à la pancetta	19	8	21
Soupe froide à l'avocat et au concombre	10	6	65	Soupe repas à la mexicaine	2	2	35
Soupe froide à l'avocat et au fenouil, salade de crevettes nordiques	18	6	53	Soupe-repas au chorizo et aux patates douces	22	1	27
Soupe froide aux pois chiches et à la roquette	20	6	71	Soupe-repas au poulet à l'indienne	21	4	25
Soupe froide aux petits pois et glaçons à la menthe	5	3	63	Soupe-repas au poulet, à l'orge et aux légumes	17	2	64
Soupe froide d'avocat et sa garniture de crevettes épicées	2	4	58	Soupe-repas au poulet et au riz	16	7	61
Soupe froide de carottes	9	5	60	Soupe-repas aux boulettes de quinoa et porc	15	6	41
Soupe froide de céleri	10	6	62	Soupe repas aux légumineuses et au curcuma	8	1	94
Soupe froide de courgettes à l'orange	2	4	58	Soupe-repas aux légumes et aux pois chiches	15	5	41
Soupe froide de laitue	HSP		88	Soupe-repas aux lentilles, aux pois chiches et aux légumes	23	7	34
Soupe froide de laitue et craquelins à la César	5	4	19	Soupe-repas aux nouilles, à la courge et au tofu	16	1	32
Soupe froide de laitue et de radis	16	6	72	Soupe-repas aux tortellinis et à la courge	20	8	20
Soupe gratinée à l'oignon et aux tomates	9	2	75	Soupe-repas aux tortellinis et aux légumes	21	8	21
Soupe haïtienne au giraumon de mon amie Martine	6	2	53	Soupe-repas épicee aux lentilles et au bœuf	9	2	63
Soupe hot pot vietnamienne	9	2	37	Soupe-repas miso aux champignons	15	2	31
Soupe matinale de Hue	10	2	130	Soupe Ribollita de Toscane	6	1	132
Soupe maricaine à l'agneau et aux légumineuses (<i>harira</i>)	19	3	32	Soupe Rico Pozole	5	2	103
Soupe mexicaine au poulet et aux tortillas	4	2	38	Soupe <i>steak'n egg</i> (boeuf et oeuf)	13	2	92
Soupe minestrone	22	7	83	Soupe <i>stracciatella</i>	19	7	88
Soupe miso aux boulettes de dindon	17	1	37	Soupe thaïe aux crevettes et au lait de coco	9	1	89
Soupe niçoise	7	2	54	Soupe thaïe au tofu	4	5	48
Soupe noces à l'italienne	22	3	31	Soupe tonkinoise	4	2	38
Soupe onctueuse à l'oignon et croûtons au cheddar	12	2	72	Soupe tonkinoise à l'italienne	8	3	48
Soupe <i>passatelli</i>	12	3	72	Soupe tonkinoise au boeuf (<i>phò bò</i>)	19	3	81
Soupe poulet et nouilles	16	3	82	Soupe toscane de tomate et de pain	10	8	128
Soupe poulet et nouilles au jus de carotte	10	2	88	Soupe veloutée aux champignons et saumon poêlé	20	3	86
Soupe provençale à l'ail et à l'œuf poché	1	2	10	Soupe won-ton	2	1	83
Soupe ramen au lait de coco, au poulet et au bok choy (<i>khao soy</i>)	14	5	120	Soupe won-ton (2)	22	2	89
Soupe ramen au <i>jerky</i> de bœuf et aux champignons	19	6	86	Soupe won-ton à la citronnelle et nouilles aux légumes	15	4	75
Soupe-ragoût aux pâtes et aux pois chiches	14	1	92	Soupe won-ton et saumon au sésame	13	2	92
Soupe ramen au porc braisé	11	4	93	Velouté aux patates douces, aux pommes et au girofle	1	3	63
Soupe ramen au tofu	14	5	120				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Velouté d'asperges, moules et croûtons à l'ail	17	4	54
Velouté de champignons	15	8	59
Velouté de chou-fleur au gingembre et au cari	7	5	70
Velouté de chou-fleur rôti au four	20	1	57
Velouté de courge et de fenouil au poivre rose	18	1	114
Velouté de courgettes	13	3	84
Velouté de fenouil, garniture au saumon fumé	3	3	14
Velouté d'endives et dentelles de pain frit	19	1	113
Velouté d'épinards	6	5	39
Velouté de topinambours et de céleri-rave	10	2	87
Velouté d'oignons caramélisés et foie gras	9	1	105
Velouté de patates douces au lait de coco	16	3	55
Velouté de petits pois et croûtons au fromage comté	8	4	76
Velouté de petits pois et radis glacés	4	3	43
Velouté de poireaux et jambon frit	21	1	115
Velouté de pommes de terre, pancetta et noisettes	16	3	53
Velouté de poulet	3	2	15
Velouté de poulet et de poireaux	10	8	80
Velouté d'oignons	4	1	58
Vichyssoise à la courgette et au basilic	11	6	68
Vichyssoise aux courgettes	4	4	90

SALADES, VINAIGRETTES ET MAYONNAISES

	vol	n°	page
Asperges césar	8	5	40
Asperges et pêches grillées en salade	6	4	38
Asperges mimosa	17	3	49
Couscous à l'oignon	8	6	56
Couscous aux pommes et à la menthe	5	3	41
Couscous rafraîchissant aux fruits de Marie-Soleil Michon	3	3	46
Endives braisées au jus d'orange et salade de croûtons maison	13	3	53
Huile à l'ail et à l'échalote	1	5	62
Huile à l'asiatique	1	5	62
Huile aux agrumes	1	5	62
Laitue tomates, bacon... et avocat	8	5	72
Mayonnaise à l'ail (aioli)	6	4	21
Mayonnaise à l'américaine	6	4	21
Mayonnaise à l'indienne	6	4	21
Mayonnaise à la moutarde	15	6	81
Mayonnaise au bacon et au poivre	10	5	68
Mayonnaise au beurre à l'ail	10	5	106
Mayonnaise au citron rôti	5	3	42
Mayonnaise aux tomates séchées	6	4	37
Mayonnaise classique	6	4	20
Mayonnaise classique (2)	9	5	109
Mayonnaise épiceée	18	3	74
Mayonnaise rémoulade	6	4	21
Moutarde sucrée de maman Guay	2	4	34
Panzanella au pain de maïs	11	8	51
Panzella aux agrumes et à la feta	8	7	69
Panzanella de haricots blancs	14	4	48
Petite salade de fenouil	4	3	69
Petite salade de haricots verts	3	1	55
Salade à l'américaine	6	4	53
Salade à la crème fouettée	12	8	72
Salade à la mangue verte	14	6	50
Salade à la truite fumée et aux œufs mimosa	21	4	80
Salade antipasti	8	5	75
Salade au kale et aux betteraves	21	4	80
Salade au pastrami de canard	5	1	48
Salade au porc laqué et légumes marinés	16	6	101
Salade aux œufs, vinaigrette crémeuse à l'aneth	21	7	66
Salade aux pétales d'oignon mariné	15	7	71
Salade aux patates douces, aux fèves de Lima au kale et aux tomates	13	8	90
Salade aux poivrons grillés, aux pêches et aux crevettes croustillantes	21	7	93
Salade BLT avec laitue grillée au barbecue	5	4	20
Salade cajun avec okras frits, maïs noircis, haricots et saucisse fumée	16	6	99
Salade californienne au porc	9	7	102
Salade californienne au poulet	1	5	16
Salade californienne au poulet (2)	6	4	72
Salade caprese au tofu soyeux	8	6	76
Salade César	16	5	107
Salade César classique	8	2	20
Salade César iceberg	13	5	98
Salade César légère	8	2	21

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Salade chaude de poisson et de haricots verts	11	8	138
Salade chimichurri aux légumes grillés	18	5	96
Salade crémeuse à l'estragon	18	4	73
Salade crémeuse de céleri	10	6	54
Salade croquante au quinoa, chou, radis et feta	15	5	36
Salade croquante aux légumes marinés	22	1	58
Salade croustillante aux asperges, au thon et aux oeufs	22	5	23
Salade croustillante végétalienne	22	4	78
Salade d'accompagnement pour les pastillas	8	2	30
Salade d'agrumes et d'endives	1	1	28
Salade d'amour	14	3	66
Salade d'asperges aux oeufs pochés et à la <i>burrata</i>	12	4	107
Salade d'asperges, de tomates, de homard et de pleurotes	4	4	70
Salade d'asperges et de courgettes crues, noix de pin et parmesan	18	6	80
Salade d'aubergine grillée, sauce au tahini	22	6	55
Salade d'avoine, de bocconcini, de courgettes et d'agrumes	12	2	42
Salade d'avoine et truite grillée	16	6	72
Salade d'edamame aux poivrons grillés et aux bocconcini	12	7	20
Salade de gnocchis au brocoli et au cheddar	23	7	31
Salade d'endives au boudin frit	15	3	89
Salade d'endive et de céleri	4	3	94
Salade d'endives aux poires et radis noirs, croûtons de chèvre cendré	8	3	54
Salade d'endives, de pommes de terre et de noix de pin caramélisées au miel	10	4	82
Salade d'endives et de laitue Boston	13	1	151
Salades d'endives et de pommes	13	7	56
Salade d'endives au saumon fumé et vinaigrette au miel	15	1	27
Salade d'épeautre aux tomates et aux avocats	14	3	34
Salade d'épinards à la noix de coco	4	4	61
Salade d'épinards à la sauce satay	4	5	48
Salade d'épinards au bacon, vinaigrette à l'éralbe	22	4	52
Salade d'épinards au chorizo et aux pommes	7	5	38
Salade d'épinards aux betteraves et œufs marinés	8	4	33
Salade d'épinards aux lentilles			

	vol	n°	page
et aux asperges	11	4	98
Salade d'épinards, de fenouil et de poire rouge	12	8	127
Salade d'épinards et chips de parmesan	1	5	18
Salade d'épinards et d'avocat aux agrumes	2	3	29
Salade d'épinards et de fraises	1	4	50
Salade d'épinards et de poulet grillé à la grenade et aux noix de pin	13	5	68
Salade d'épinards et d'oignons rôtis	8	8	94
Salade d'épinards, vinaigrette tiède aux oignons verts	20	3	72
Salade d'herbes	10	5	22
Salade d'orge au fenouil et aux tomates	20	1	24
Salade d'orge aux poivrons rôtis et à la feta	22	2	86
Salade d'orge, de chou-fleur et de patate douce	15	8	61
Salade d'oranges, de carotte et de fenouil	17	8	71
Salade d'orzo aux fruits de mer grillés	18	5	99
Salade d'orzo aux petits pois et aux abricots	11	3	52
Salade de Béatrice (tomates, haricots, bocconcini)	2	5	18
Salade de bébés épinards aux pleurotes et aux œufs	1	2	76
Salade de bébé kale citronnée	16	5	97
Salade de betteraves au tofu grillé, vinaigrette au yogourt grec	19	5	79
Salade de betteraves aux pommes et aux canneberges	11	8	113
Salade de betteraves, de carottes et de haricots noirs	13	8	136
Salade de betteraves et de feta	23	3	43
Salade de betteraves et garniture croquante	22	2	83
Salade de betteraves et yogourt aux herbes	21	1	118
Salade de blé au kale et aux raisins, vinaigrette au yogourt grec	21	2	108
Salade de bleu chaud	5	2	79
Salade de boeuf à la mangue	12	5	106
Salade de boeuf mariné aux épices du Moyen-Orient	7	5	65
Salade de bœuf, de betteraves et de pommes de terre	8	7	68
Salade de bœuf tiède sur asperges et haricots à la sauce rémoulade	7	4	68
Salade de bok choy et de filet de porc, vinaigrette teriyaki	14	2	48

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Salade de brocoli	12	1	142	Salade de chou-rave et de pomme	15	7	73
Salade de brocoli, de crevettes et de betteraves	19	4	81	Salade de chou rouge	15	8	125
Salade de brocoli et de boeuf grillés, vinaigrette crémeuse au parmesan	21	6	23	Salade de chou rouge au maïs	16	2	86
Salade de brocoli et de raisins frais	20	1	113	Salade de chou rouge au vinaigre de cidre	15	3	83
Salade de brocoli grillé, vinaigrette aux herbes	22	8	46	Salade de chou traditionnelle	3	5	70
Salade de cactus	4	2	71	Salade de chou Waldorf	1	5	10
Salade de calmars et de pommes de terre	19	2	50	Salade de choux de Bruxelles et d'endives	16	1	133
Salade de calmars grillés et mayonnaise épicee	9	5	60	Salade de coeurs de palmier	3	4	48
Salade de canard confit et de haricots Lima	16	4	66	Salade de coeurs de palmier et de coeurs d'artichaut	2	2	74
Salade de cantaloup et de courgettes grillées	11	6	51	Salade de coeurs de palmier et de crevettes	6	1	89
Salade de carottes deux façons aux pois chiches	22	2	81	Salade de concombres à la feta et houmous aux betteraves	16	8	65
Salade de carottes et de pois chiches rôtis aux abricots et à la feta	23	1	56	Salade de concombres au sésame	16	8	110
Salade de carottes et de radis	16	5	62	Salade de concombres aux herbes	15	8	42
Salade de céleri et feta	15	4	80	Salade de concombres écrasés	15	5	99
Salade de céleri-rave rôti à la pomme	20	8	78	Salade de concombres écrasés au sésame	22	5	48
Salade de chayotte et de pommes de terre	8	2	74	Salade de concombre et de tomates	5	1	67
Salade de chou	10	5	68	Salade de confit de canard	8	8	45
Salade de chou à la betterave et à la grenade	15	1	103	Salade de confit de canard ultrarapide	2	1	45
Salade de chou à l'indienne	6	4	37	Salade de courgettes aux raisins et au thon	20	4	51
Salade de chou au chorizo	15	5	70	Salade de couscous à l'orange et aux canneberges	4	1	48
Salade de chou au cornichons	15	6	39	Salade de couscous aux melons et au prosciutto	2	5	28
Salade de chou crémeuse	3	5	70	Salade de couscous, de poulet et de mangue	13	2	66
Salade de chou crémeuse aux pieds de brocoli	20	5	69	Salade de couscous israélienne	16	4	95
Salade de chou croquante	10	6	108	Salade de cresson et d'edamames avec vinaigrette crémeuse au citron	14	4	103
Salade de chou croustillante à l'asiatique	5	5	83	Salade de crevettes à l'ananas et jus de concombre	16	8	40
Salade de chou, d'edamame et de halloumi grillé	13	4	37	Salade de crevettes cocktail, de tomates et de melon miel	18	1	116
Salade de chou et d'oignon rouge	10	1	118	Salade de crevettes, d'avocats et de mangue	1	1	66
Salade de choux, de pommes et de pacanes	8	7	44	Salade de crevettes et de patates douces à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	4	29
Salade de chou-fleur	4	1	48	Salade de crevettes nordiques et de maïs	13	4	38
Salade de chou-fleur et de petits pois	14	4	72	Salade de crevettes nordiques façon tartare	21	4	71
Salade de chou-fleur rôti et de truite épicee	13	5	134	Salade de crevettes, poires et mangues d'Hélène	8	1	42
Salade de chou marinée (kimchi rapide)	6	4	77	Salade de crevettes grillées style rouleaux de printemps	21	6	23
Salade de chou rouge à la pomme et aux canneberges	13	1	130	Salade de crevettes tièdes, poivrons grillés et ruban de concombre	6	4	41
Salade de chou au gingembre et au sésame	14	6	57	Salade de crevettes, tomates et bocconcinis	11	3	97
Salade de chou au maïs et aux herbes	14	5	78				
Salade de chou et d'ananas	15	4	109				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Salade de farfalles aux pommes, aux canneberges et à la feta	14	1	156	Salade de homard et de légumes d'été	21	5	33
Salade de fenouil	7	2	34	Salade de kale (façon salade de chou)	13	2	35
Salade de fenouil, asperges et pieuvre grillées	20	6	90	Salade de kale au poulet et aux figues	15	1	42
Salade de fenouil au brocoli	15	4	80	Salade de kale au poulet et aux poires	23	7	33
Salade de fenouil et de grenade	5	1	81	Salade de kale et de céleri Waldorf	18	1	112
Salade de fenouil et de pomme verte	18	4	47	Salade de kale et de poulet au barbecue	20	5	22
Salade de Ficello	8	3	76	Salade de kimchi de Mi Kyum Kim	16	2	74
Salade de filet de porc à la mangue et au poivron	11	7	45	Salade de laitue amère à la pomme verte	15	5	41
Salade de filet de porc thaï	14	8	44	Salade de laitue romaine grillée au barbecue	8	5	68
Salade de fraises, de concombre et de feta	16	6	37	Salade de légumes asiatiques	4	5	50
Salade de fraises, framboises, fenouil et burrata	22	6	28	Salade de légumes aux cerises de terre et poisson rôti	17	8	32
Salade de fruits de mer grillés et salsa verte au basilic thaï	16	6	101	Salade de légumes croquants	2	5	42
Salade de gésiers de canard aux haricots blancs et aux agrumes	5	3	52	Salade de légumes et de poulet grillés	17	7	29
Salade de gourganes, de prosciutto et de chou de Bruxelles	12	2	74	Salade de légumes et de thon	4	4	94
Salade de gravlax aux framboises, vinaigrette au citron	20	6	52	Salade de légumes et vinaigrette crèmeuse à la moutarde	17	1	79
Salade de halloumi et de patates douces rôties, vinaigrette à l'aneth	23	4	65	Salade de légumes grillés à l'agneau et à la coriandre	10	5	36
Salade de haricots au melon et au canard fumé	8	8	45	Salade de légumes grillés à l'ail	10	6	108
Salade de haricots au poulet et aux raisins	13	7	30	Salade de légumes grillés à l'oeuf poché	9	8	41
Salade de haricots avec turbot	20	8	83	Salade de légumes grillés au fromage de chèvre	3	4	48
Salade de haricots blancs	11	5	116	Salade de légumes grillés aux œufs	8	4	44
Salade de haricots blancs, croquettes de sardines et tomates confites	15	2	60	Salade de légumes grillés sur feuille de lasagne	7	4	82
Salade de haricots blancs et de crevettes grillées	13	3	48	Salade de légumes printaniers et de pamplemousse	10	5	82
Salade de haricots blancs et tomates au boeuf braisé	12	7	98	Salade de légumes verts aux échalotes rôties	22	2	86
Salade de haricots blancs et tortillas croustillant	18	7	46	Salade de légumineuses aux pommes et aux herbes fraîches	7	5	65
Salade de haricots et de saumon express	5	2	48	Salade de légumineuses, pomme et canneberges	9	7	89
Salade de haricots et de tomates	16	3	34	Salade de légumineuses, pommes et canneberges (2)	17	7	76
Salade de haricots et vinaigrette au miso	7	5	67	Salade de lentilles	4	4	75
Salade de haricots jaunes, de roquette et de tomate	HSP		54	Salade de lentilles aux légumes	7	5	76
Salade de haricots rouges aux rabinis et escalopes de poulet grillées	13	6	68	Salade de lentilles, de carottes et de raisins au cari, boeuf grillé	21	7	23
Salade de haricots verts et de chou rouge	20	3	48	Salade de lentilles, de poulet, d'asperges et d'oignons rôtis	12	2	41
Salade de haricots verts et de maïs	11	7	66	Salade de lentilles noires et de tomates cerises	20	6	72
Salade de homard	1	4	69	Salade de macaronis au brocoli et aux poivrons grillés	11	3	100
				Salade de macaronis aux betteraves	10	1	128

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Salade de macaronis classique	20	1	113	et tofu barbecue	18	5	26
Salade de macaronis crémeuse au maïs grillé	19	6	60	Salade de pâtes de blé entier, tomates grillées	6	4	38
Salade de macaronis froids jambon-moutarde	16	5	60	Salade de pâtes, de thon, de pommes et d'artichauts	12	2	41
Salade de maïs et de crabe	16	6	53	Salade de pâtes froides « antipasti »	14	5	44
Salade maïs et de halloumi grillés, mesclun et vinaigrette au bacon	23	6	77	Salade de pêches et de mozzarella fraîche	17	5	108
Salade de maïs et de haricots à l'œil noir	1	2	45	Salade de petits pois et de betteraves	20	1	59
Salade de maïs et de haricots noirs	2	4	86	Salade de pétoncles et d'oranges en tulipe	8	5	44
Salade de mangues et de concombres au sésame	18	5	54	Salade de pieuvre aux lentilles, au fenouil et aux agrumes	14	7	62
Salade de mangue thaïe aux arachides	17	2	60	Salade de pieuvre et de légumes grillés, couscous au jus de carottes	18	5	79
Salade de mangue verte et poulet au cari	11	3	67	Salade de pieuvre grillée	16	4	95
Salade de melon d'eau et de fêta	2	4	48	Salade de pieuvre grillée, de courgette et de pois chiches	22	6	58
Salade de melon miel et de concombres	20	6	74	Salade de pissenlit	10	4	48
Salade de melon miel et crevettes	5	3	65	Salade de pleurotes et de confit de dinde	4	1	62
Salade de mozzarella et de cerises, vinaigrette à la pistache et au basilic	24	1	96	Salade de poires asiatiques et d'avocat	7	3	69
Salade de nouilles de riz au tahini, au tofu et à la mangue	19	6	19	Salade de poires grillées et de poulet à la moutarde	2	4	40
Salade de nouilles soba, d'édamames, de poivrons rouges et de fèves germées	12	2	42	Salade de pois chiches, de crevettes, de poivrons et de persil	12	2	41
Salade de nouilles soba et bavette de boeuf à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	2	84	Salade de poisson et de patate douce au basilic	12	7	68
Salade de nouilles udon et de poulet au miso et au gingembre	21	4	35	Salade de poisson et vinaigrette à la tomate	4	5	65
Salade d'oeufs, de pois mange-tout et de pommes de terre	15	2	27	Salade de poivrons et de chou-fleur au tofu et au fromage en grains	19	7	88
Salade de panais et de carottes	13	8	94	Salade de pomélo et de crabe épicé	7	2	42
Salade de papaye verte	7	4	24	Salade de pomélo thaïe aux crevettes	20	2	58
Salade de papaye verte (2)	22	3	47	Salade de pommes de terre à la crème fouettée	2	4	10
Salade de patates douces et de brocoli	22	2	84	Salade de pommes de terre au bacon	10	6	108
Salade de pâtes à l'italienne	2	4	72	Salade de pommes de terre au maïs	HSP		83
Salade de pâtes alla gremolata	4	4	75	Salade de pommes de terre au parmesan, croûtons aux anchois	22	6	93
Salade de pâtes à la peperonata	12	1	142	Salade de pommes terre aux oeufs et aux crevettes nordiques	20	7	21
Salade de pâtes au chorizo et aux légumes verts	6	4	37	Salade de pommes de terre bleues et chou-fleur	8	6	66
Salade de pâtes au chorizo, sauce romesco	21	6	82	Salade de pommes de terre BLT	8	5	73
Salade de pâtes au citron et au chou noir	16	6	97	Salade de pommes de terre et de macédoine de légumes	18	7	95
Salade de pâtes au poulet à la César	8	5	76	Salade de pommes de terre, d'asperges et de truite fumée	3	4	47
Salade de pâtes au thon, au maïs et aux tomates cerises	7	5	62	Salade de pommes de terre, de haricots verts et d'échalotes françaises marinées	19	3	88
Salade de pâtes aux agrumes	10	5	34	Salade de pommes et de			
Salade de pâtes aux légumes grillés et vinaigrette à la tomate	19	5	50				
Salade de pâtes aux légumes verts							

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
boeuf grillé à la thaïe	21	8	95
Salade de pommes de terre et de saumon	11	6	68
Salade de pommes de terre et d'oeufs	13	6	98
Salade de pommes de terre étagées	5	4	75
Salade de pommes de terre et de champignons à l'huile de truffe	7	3	74
Salade de pommes de terre et vinaigrette crèmeuse aux herbes	12	8	66
Salade de pommes de terre grelots aux oeufs	14	6	68
Salade de pommes de terre grillées	11	8	90
Salade de pommes de terre ratten aux chips	19	6	60
Salade de pommes vertes et de cheddar	3	2	32
Salade de poulet au cari et aux pommes	11	3	68
Salade de poulet au melon d'eau, à la feta et au concombre	9	5	48
Salade de poulet Buffalo	16	7	48
Salade de poulet, de pommes de terre et de raisins	5	3	51
Salade de poulet et antipasti	12	3	68
Salade de poulet et vinaigrette à la mangue	8	4	65
Salade de poulet thaï	1	1	65
Salade de poulet tzatziki	4	5	29
Salade de pousses	4	2	44
Salade de quenouilles et de rosette de Lyon	8	1	60
Salade de quinoa à l'asiatique	1	5	87
Salade de quinoa à l'asiatique	16	2	107
Salade de quinoa au melon et aux betteraves	11	6	55
Salade de quinoa aux crevettes	2	4	10
Salade de quinoa aux légumes verts	13	5	49
Salade de quinoa aux pois chiches et aux amandes	21	4	79
Salade de quinoa, de pêches et d'estragon	12	6	50
Salade de quinoa, de ricotta, d'épinards et d'oignons rouges	12	2	39
Salade de riz aux artichauts, aux coeurs de palmier et au poulet	5	3	79
Salade de radicchio aux poires et aux pacanes	14	4	72
Salade de radis, de melon d'eau et de pois sucrés, vinaigrette aux herbes	19	5	92
Salade de radis et de cerises	11	5	116
Salade de riz aux pommes et au poivron	12	7	66
Salade de riz estivale	1	4	45
Salade de riz et de lentilles	5	5	38
Salade de riz noir au tofu et à la pomme	21	3	69

	vol	n°	page
Salade de riz sauvage	1	1	28
Salade de riz sauvage au porc grillé et aux arachides	7	5	67
Salade de riz sauvage aux haricots noirs	4	3	82
Salade de riz sauvage aux pêches	3	4	47
Salade de riz sauvage, canard confit et bleuets	15	6	85
Salade de riz sauvage pomme-fenouil	14	8	40
Salade de rondelles d'oignon et de chèvre	6	3	53
Salade de roquette	4	3	44
Salade de roquette à la saucisse	11	5	75
Salade de roquette à la truite et aux betteraves jaunes	22	1	25
Salade de roquette à la vinaigrette au jalapeño	6	5	44
Salade de roquette au citron confit	3	2	54
Salade de roquette au kaki et aux amandes	18	1	41
Salade de rotinis au thon et à l'avocat	17	6	29
Salade de saumon à la rémoulade de céleri-rave et de pommes de terre	19	4	54
Salade de saumon fumé et de têtes de violon	9	4	21
Salade de saumon froid, concombre et fenouil à l'aneth	9	7	89
Salade de saumon rôti aux légumes croquants	16	8	63
Salade de spaghetti au chou	12	6	77
Salade de tartare de saumon épice, maïs et chips de pita	19	6	15
Salade de thon à la tunisienne	3	4	48
Salade de thon frais à la niçoise	20	7	53
Salade de tofu épice et de clémentines	17	1	37
Salade de tomates	15	7	73
Salade de tomates au bacon et au fromage halloumi grillés	18	5	55
Salade de tomates aux croûtons de tofu style « panzanella »	18	4	61
Salade de tomates cerises et de fromage en grains	7	4	90
Salade de tomates crétoise (<i>dakos</i>)	19	3	44
Salade de tomates, de fenouil et de croûtons	13	3	84
Salade de tomates et de fenouil grillé	2	4	70
Salade de tomates et de pêches, vinaigrette béarnaise	18	6	41
Salade de tomates, de haricots verts et d'aïglefin poché au vin blanc	13	8	36
Salade de tomates et quinoa à la mangue	12	7	66
Salade de tortellinis au thon et aux épinards	5	3	49

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Salade de tortellinis au thon et aux épinards (2)	10	7	69	Salade-repas aux asperges grillées et au tofu soyeux	21	5	82
Salade de vermicelles de riz	1	5	17	Salade repas aux haricots, tomates et oeufs durs	15	7	38
Salade de vermicelles et de thon épice	22	7	44	Salade-repas aux légumes rôtis et au fromage feta	18	4	35
Salade de <i>zuccini</i> froids à la menthe	14	7	78	Salade-repas aux merguez et au kale à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	5	30
Salade douce-amère au fenouil et à l'orange	23	1	95	Salade repas aux pois chiches et au thon	9	5	68
Salade en altitude	5	4	19	Salade-repas Cobb	10	7	78
Salade en pot	11	8	70	Salade-repas fattouche aux lentilles	15	1	39
Salade exotique au poulet et à l'ananas	1	3	41	Salade Santa Fe	14	3	92
Salade express de légumes croquants	20	7	87	Salade style niçoise aux pitas épice	4	2	33
Salade fattouche	3	3	65	Salade-taco au poulet	13	6	80
Salade fattouche	16	4	111	Salade tacos au steak	22	4	21
Salade de fenouil et carpaccio de saumon	18	6	21	Salade tendre au canard fumé et aux cerises	7	4	18
Salade fraîche d'automne au radis, aux pommes et au navet blanc	5	5	40	Salade tiède au chou-fleur et au quinoa croustillant	22	2	83
Salade froide de nouilles soba au miso	14	6	68	Salade tiède au poulet et aux légumes rôtis, sauce à l'ail	23	2	29
Salade froide d'épautre au saumon et à l'avocat	12	7	58	Salade tiède aux grelots, aux radis et au thon	23	5	30
Salade gaspacho	6	4	41	Salade tiède d'aiglefin et de haricots blancs à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	2	28
Salade gratté-ciel au fromage de chèvre	1	3	41	Salade tiède d'asperges et de chorizo	4	4	71
Salade grecque au fromage en grains	23	8	54	Salade tiède de boulghour, de pois chiches et de brocoli	2	1	50
Salade hachée à l'italienne (<i>chopped salad</i>)	21	7	26	Salade tiède de canard confit et de têtes de violon	4	4	69
Salade mesclun à la pomme et au tempeh miel-cari	20	4	54	Salade tiède de fenouil, halloumi et raisins	20	6	91
Salade mesclun, fenouil rôti et raisins	22	5	73	Salade tiède de filets de porc, de betteraves et d'oranges	17	1	94
Salade méditerranéenne	1	4	24	Salade tiède de foie de veau aux bleuets	4	4	37
Salade méditerranéenne (2)	5	4	86	Salade tiède de foies de volaille et de betteraves	2	5	26
Salade minestrone	2	2	79	Salade tiède de kale et poulet laqué miel-paprika	20	8	24
Salade niçoise	18	6	29	Salade tiède de lentilles, vinaigrette à la moutarde et à la bière	15	6	89
Salade niçoise <i>tonnato</i>	16	7	34	Salade tiède de légumineuses et de tofu poêlé	17	3	34
Salade panzanella	1	3	41	Salade tiède de légumes rôtis et de kamut, vinaigrette au kéfir	17	3	68
Salade panzanella (2)	4	5	27	Salade tiède de magret de canard grillé au barbecue	3	4	23
Salade panzanella au maïs	2	4	92	Salade tiède de nouilles soba et vinaigrette crèmeuse au cresson	16	6	103
Salade panzanella aux fraises, au kale grillé et à la mozzarella fraîche	23	6	25	Salade tiède de patates douces, kale et poulet	19	2	21
Salade <i>panzanella</i> aux légumineuses et au poulet	20	4	23				
Salade printanière d'endives rôties, d'asperges et d'œufs pochés	5	3	51				
Salade printanière, vinaigrette à la fleur d'ail	17	4	47				
Salade ranch au poulet	21	6	88				
Salade rémoulade	4	3	35				
Salade-repas à l'orge, au chou et au jambon	16	5	33				
Salade-repas au poulet à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	7	20				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Salade tiède de pâtes au thon et au brocoli	16	1	34	Salsa de tomatilles grillées	17	7	25
Salade tiède de brocoli à l'orange sanguine, vinaigrette crémeuse aux amandes	20	2	57	Samosas déconstruits et cari de pois chiches	17	4	33
Salade tiède de pois chiches aux tomates fraîches et à la menthe	6	4	68	Sauce mayonnaise à la mangue	6	4	22
Salade tiède de pommes de terre et d'escargots	5	3	68	Sauce mayonnaise à l'orange	5	3	66
Salade tiède de pommes de terre et de haricots jaunes	16	5	97	Taboulé à la patate douce, à la feta et aux raisins	16	7	34
Salade tiède de tomates cerises	4	2	30	Taboulé (salade de persil)	3	3	65
Salade tiède d'huîtres frites	1	1	54	Verdure à la pancetta croustillante	7	3	39
Salade tonkinoise	18	7	50	Verdure au chèvre et aux fruits	2	1	20
Salade tortilla au bœuf	3	2	24	Vinaigrette à la levure de Michel	2	1	37
Salade verte à la crème	HSP		87	Vinaigrette à la mangue	17	6	55
Salade verte à la grenade	8	1	82	Vinaigrette à l'échalote rôtie et au balsamique	8	5	78
Salade verte à la moutarde	10	7	100	Vinaigrette à l'échalote rôtie et au balsamique (2)	10	6	112
Salade verte à la poire et à la grenade, croûtons aux épices	17	1	120	Vinaigrette à l'érable	3	3	40
Salade verte à l'oeuf poché	16	6	103	Vinaigrette à l'érable et à la moutarde	17	6	53
Salade verte au citron	16	4	33	Vinaigrette à l'érable de Guy Mongrain	6	3	74
Salade verte aux capucines et au tournesol	4	4	18	Vinaigrette au bacon	HSP		88
Salade verte aux dattes et aux clémentines	3	1	49	Vinaigrette au balsamique	1	3	47
Salade verte aux herbes	17	3	49	Vinaigrette au café	4	4	61
Salade verte aux herbes et à la feta (<i>maroulosalata</i>)	21	4	57	Vinaigrette au café (2)	8	4	88
Salade verte aux pommes, noix, bacon et érable	11	4	72	Vinaigrette au cari et au gingembre	8	5	78
Salade verte d'été	3	4	16	Vinaigrette au gorgonzola et au miel	8	5	78
Salade verte et vinaigrette à la mélasse	6	1	94	Vinaigrette au jus de citron	11	5	82
Salade verte et vinaigrette à la papaye	15	4	109	Vinaigrette au lait de beurre	8	5	80
Salade verte et vinaigrette crémeuse à la clémentine	9	1	76	Vinaigrette au parmesan	8	5	80
Salade verte, vinaigrette à la moutarde et au cheddar	24	1	69	Vinaigrette au pesto de cresson	8	5	78
Salade verte, vinaigrette au miel et aux épices	19	1	142	Vinaigrette au tahini	17	6	54
Salade Waldorf à la pomme verte, au céleri et aux pacanes	16	6	97	Vinaigrette au vinaigre de framboise de Marina	2	1	37
Salsa aux tomates et au concombre	3	2	24	Vinaigrette au yogourt citronné	21	4	79
Salsa d'avocat et de maïs grillé	11	7	60	Vinaigrette au yogourt et à la feta	21	4	79

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Vinaigrette crémeuse aux herbes fraîches	17	6	53
Vinaigrette de base	11	5	82
Vinaigrette de base	HSP		89
Vinaigrette du Café RICARDO	17	6	56
Vinaigrette teriyaki	17	6	55
Vinaigrette ranch	17	6	79

LÉGUMES ET GRATINS

	vol.	n°	page
Aligot au cheddar frais	10	3	76
Aligot au fromage en grains	17	1	133
Artichauts farcis aux herbes	14	7	90
Asperges à la gremolata citronnée	7	3	38
Asperges au beurre citronné	8	8	75
Asperges carbonara	15	4	127
Asperges croustillantes, sauce aux herbes	16	1	87
Asperges et radis rôtis, feta fouettée	23	4	69
Asperges grillées	1	4	20
Asperges grillées, vinaigrette sucrée-épicée à la pancetta	17	5	61
Asperges mimosa	17	3	49
Asperges rôties et figues au vin rouge	4	3	43
Asperges sauce romanesco	16	4	68
Assiette de légumes verts et de fleurs d'ail grillés avec trempette à l'avocat	17	4	49
Aubergines marinées	9	7	55
Aubergines farcies à l'agneau	9	8	59
Aubergines farcies aux pois chiches sur le barbecue	18	5	98
Aubergines grillées aigres-douces et fines herbes	12	6	62
Aubergines grillées marinées	14	8	66
Aubergines laquées au miso	15	5	97
Aubergines moussaka	13	5	96
Banana split de légumes	6	3	41
Bananes pesées (plaintains frits)	19	3	74
Bar à patates farcies	19	8	26
Bateaux de chou gratinés	6	2	57
Bâtonnets de céleri sautés	21	4	112
Bâtonnets de patates douces sucrées-salées	13	8	140
Betteraves aux oignons rouges	1	1	39
Betteraves et haricots au bacon	13	1	132
Betteraves marinées aux framboises	12	1	95

	vol	n°	page
Betteraves rôties à l'érable et au raifort	HSP		68
Betteraves rôties aux canneberges et au sirop d'érable	8	1	79
Betteraves rôties aux herbes	1	5	32
Betteraves sur braise au fromage de chèvre	3	4	83
Bettes à cardé à l'asiatique	HSP		95
Billots de pommes de terre au chocolat blanc	2	3	33
Bonshommes de neige en pommes de terre	8	1	74
Brochettes d'ail et d'échalotes en papillote	4	4	42
Brochettes de champignons et tomates	14	5	82
Brochettes de légumes à la grecque	2	4	48
Brocoli au sésame	4	5	79
Brocoli au wok au barbecue	15	5	101
Cake aux courgettes	3	5	62
Caponata	13	8	92
Cari d'épinards au fromage en grains	23	2	76
Carottes à la menthe et au cumin	4	4	76
Carottes au beurre	11	1	131
Carottes au beurre cuites sous vide	18	5	75
Carottes au cumin	16	4	51
Carottes braisées à l'orange	8	1	20
Carottes caramélisées au four	3	1	55
Carottes en papillotes	5	5	85
Carottes et crumble aux herbes	11	1	118
Carottes fanes en crudités et labneh	17	8	62
Carottes glacées	HSP		76
Carottes glacées au balsamique	20	1	57
Carottes glacées au cidre	7	1	71
Carottes glacées au vinaigre balsamique	1	2	62
Carottes marinées	12	7	33
Carottes rôties à la menthe	2	5	56
Carottes rôties au gingembre et au miel	17	1	125**
Carottes rôties aux fruits séchés	12	1	80
Carottes rôties au jus de carottes	17	8	71
Cavatelli aux poireaux, aux asperges et au fromage feta	18	7	19
Céleri braisé	9	1	112
Céleri grillé	10	6	52
Céleri rémoulade	1	1	72
Cerveau dans le formol (décoration d'Halloween faite avec un chou-fleur)	4	5	108
Champignons au citron	14	8	136
Champignons et oignons marinés à la clémentine	9	7	51

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Champignons marinés	16	4	49	Courgettes farcies aux boulettes	18	7	49
Champignons shiitakes braisés (<i>xiang gu</i>)	21	2	96	Courgettes grillées à la feta et à la grenade	14	5	84
Champignons shiitakes marinés express	16	2	72	Couscous aux carottes et aux olives	17	8	71
Chips de chou kale	10	2	51	Couscous au chou-fleur	3	5	64
Chips de patates douces	4	1	75	Couscous de chou-fleur	12	4	74
Chou à l'érable et au piment coréen	19	3	99	Crêpes vonnasiennes (crêpes de pommes de terre)	17	1	133
Chou au gratin	4	2	32	Croquettes d'aubergine	1	5	32
Chou braisé aux saucisses et aux patates douces	18	2	32	Croustade de betteraves	3	5	62
Chou-fleur à la sauce Mornay	3	1	53	Crudités et trempette au fromage de chèvre et aux herbes dans un pot	22	6	71
Chou-fleur en papillote	7	4	55	Crudités marinées à la coriandre	4	5	81
Chou-fleur entier au four	13	5	96	Dentelles de pommes de terre	5	1	43
Chou-fleur et carottes marinés	9	7	51	Dés de betteraves à l'orange	3	3	46
Chou-fleur grillé au cari, condiment à la noix de coco et à la grenade	18	5	97	Échalotes françaises frites	19	3	85
Chou-rave mariné	14	2	106	Échalotes françaises marinées	19	3	85
Choux de Bruxelles aux pommes	9	4	97	Embeurrée de chou rouge	5	2	49
Choux de Bruxelles grillés, à la pancetta et aux noisettes	8	8	96	Embeurrée de chou vert au citron et saucisses	17	3	72
Choux de Bruxelles rôtis au bacon et à la moutarde	12	8	136	Endives braisées à l'érable	11	4	84
Citrouille rôtie à la coriandre	15	8	88	Endives grillées aux champignons	1	3	65
Clapshot (purée de pommes de terre et de rutabaga)	4	5	116	Épinards à l'ail	7	2	76
Colcannon	9	4	88	Épinards d'eau (<i>kang kung</i>) comme à Bali	4	2	70
Colcannon (purée de pommes de terre et de chou) (2)	4	3	83	Épis de maïs, beurre à l'estragon et au citron	23	7	89
Concombre au sel assaisonné	16	4	25	Épis de maïs en papillotes au beurre d'épices	18	7	63
Confit de betteraves	11	1	36	Épis de maïs grillés à la noix de coco et aux arachides	23	7	90
Confiture de carottes au Pineau des Charentes	8	1	19	Étagé de courge et de carottes à la pomme	19	1	145
Cornichons à l'aneth	9	7	58	Étagés d'aubergines parmigiana	21	7	35
Cornichons express	9	3	84	Étagés de légumes grillés aux fines herbes	18	5	55
Cornichons express (2)	11	8	101	Fenouil au miel et aux pistaches	12	2	50
« Côtes levées » de maïs, sauce ranch à la coriandre et au jalapeño	20	8	80	Fenouil braisé aux abricots	22	4	88
Courge et oignons rôtis	12	7	50	Fenouil et pommes de terre râties confits au four	12	4	108
Courge rôtie au parmesan	15	8	59	Fèves au lard	20	4	57
Courge spaghetti	10	2	52	Fèves germées marinées express	16	2	72
Courges rôties au miel et à la coriandre	8	8	54	Flageolets aux champignons et au citron	2	1	52
Courge rôties, vinaigrette à l'ail confit	22	8	48	Flans à la courge	1	3	63
Courge spaghetti aux oignons, aux tomates et aux olives	8	8	62	Fonds d'artichauts grillés, labneh et salade de haricots	22	6	54
Courges farcies au fromage et aux pommes de terre	22	2	64	Fonds d'artichauts poêlés	12	3	52
Courgettes à l'ail	2	5	56	Frites	8	4	101
				Frites au four	10	3	42
				Frites au four à l'huile d'olive	2	3	66

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Frites de légumes racines	5	2	76	Haricots blancs à l'huile d'olive et au thym	5	2	68
Frites de patate douce	6	4	100	Haricots blancs à la sauge	10	8	132
Galette de pommes de terre confites au céleri-rave	11	8	90	Haricots marinés	20	6	97
Garniture à bruschetta en pots	9	7	55	Haricots plats à la fleur d'ail	8	7	67
Gelée de poivrons rouges	6	5	112	Haricots printaniers	7	3	40
Gingembre mariné	16	8	71	Haricots verts amandine	1	3	14
Gratin d'asperges	9	5	77	Haricots verts au vin blanc	5	1	48
Gratin dauphinois	9	1	47	Haricots verts et jaunes à l'huile de noix	5	4	86
Gratin dauphinois à la mijoteuse	12	1	149	Haricots verts rémoulade	14	4	70
Gratin dauphinois de topinambours	6	3	96	Kale sauté à l'ail	16	1	34
Gratin de carottes	1	2	62	Légumes au sésame et au romarin	16	1	129
Gratin de chayote	2	2	52	Légumes braisés au chorizo	15	1	125
Gratin de chou-fleur	12	7	96	Légumes en papillotes	16	6	74
Gratin de courge	8	2	70	Légumes et graines de troules rôtis, houmous express et feta	19	8	21
Gratin de chou-fleur, de jambon, d'oeufs et dentelle de pain	13	3	68	Légumes et halloumi grillés aux amandes	20	7	39
Gratin de courge, crumble au parmesan	8	8	68	Légumes farcis au parmesan	13	8	86
Gratin de macaroni à la purée de carotte	7	2	85	Légumes fondants à la tomate	13	7	30
Gratin d'endives au bacon	17	1	115	Légumes marinés à la coréenne	16	7	33
Gratin d'endives au jambon	8	8	73	Légumes rôtis	6	5	64
Gratin de fenouil et de kale, croûtons au parmesan	14	2	104	Légumes rôtis au four	17	2	44
Gratin de légumes	22	8	114	Madame Aubergine	5	4	55
Gratin de panais et de carottes	4	1	75	Mais à la crème d'ail et fenouil	20	6	90
Gratin de pommes de terre à l'ail confit	1	3	63	Mais grillés au barbecue	14	6	118
Gratin de pommes de terre à l'alsacienne	6	1	104	Masoor Dal	3	1	94
Gratin de pommes de terre aux herbes et au bacon	23	1	114	Minibrocolis à l'ail	14	7	116
Gratin de pommes de terre deux couleurs	3	5	68	Minilégumes grillés	6	4	57
Gratin de pommes de terre et de poireaux	6	1	92	Minipoivrons farcis au boulgour et aux noix de pin	17	1	118
Gratin de pommes de terre et fondue d'oignons	14	1	159	Minipoivrons sucrés marinés	21	7	93
Gratin de pommes de terre et rosette de Lyon	8	3	105	Moutarde forte maison	20	6	90
Gratin de purée de pommes de terre au fromage OKA	9	2	86	Noix grillées au micro-ondes	5	2	31
Gratin de purée de pommes de terre aux épinards	15	1	127	Oignons caramélisés au balsamique	9	7	56
Gratin de salsifis	4	1	75	Oignons et chorizo poêlés	10	5	68
Gratin de topinambours	2	1	52	Oignons fondants caramélisés	24	1	69
Gratins de purée de pommes de terre croustillants et fondants	22	1	76	Oignons grillés	3	4	24
Grillade de légumes anciens au curcuma	5	1	30	Oignons marinés minute	9	7	58
Grillades de polenta, de champignons et de poivrons et vinaigrette à l'échalote rôtie	13	5	76	Oignons rouges marinés	15	6	109
				Papillote aux trois oignons	5	4	84
				Papillote de fenouil au beurre	5	4	86
				Papillote de haricots blancs et de tomates cerises	12	5	102
				Papillote de légumes	1	4	30
				Papillote de pommes de terre			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
et de choux de Bruxelles	13	5	70	Poivrons farcis au risotto	12	3	61
Papillote de pommes de terre et d'oignons	9	5	104	Polenta au mascarpone et à l'ail	10	4	84
Papillotes de patates douces	10	3	81	Polenta au parmesan	22	7	48
Patates douces au four	12	8	136	Polenta crémeuse aux champignons	6	1	116
Patates douces aux oignons en robe des champs	16	5	101	Polenta minute	12	3	104
Patates douces en robe des champs	3	4	24	Polenta minute (2)	14	8	80
Patates douces farcies au cheddar	12	4	72	Polenta minute au fromage	22	1	134
Patates douces grillées au four	8	8	96	Polenta molle	10	8	78
Patates douces rissolées	15	3	83	Pommes de terre à la lyonnaise	10	3	84
Patates douces rôties à l'huile de caméline	15	4	55	Pommes de terre à l'oignon et au bacon dans la braise	9	6	102
Patates farcies à la pancetta	13	6	102	Pommes de terre au cheddar	2	1	50
Patates jaunes au miel	10	4	70	Pommes de terre au citron	21	4	55
Patates sucrées en robe des champs	4	4	61	Pommes de terre au sel	1	2	20
Pâté chinois au fromage	20	7	111	Pommes de terre boulangère	5	1	48
Petits oignons marinés aux agrumes	7	1	114	Pommes de terre boulangère (2)	14	1	52
Petits pois à la paysanne	7	3	42	Pommes de terre confites	11	1	118
Petits pois confits à l'huile d'olive, au parmesan et au romarin	19	3	103	Pommes de terre dans la braise	10	6	108
Pickle de maïs	21	7	76	Pommes de terre en papillote	4	4	48
Pickles de chou-fleur	13	3	84	Pommes de terre en à la crème en papillote	12	5	102
Pickles de radis et de concombres	15	5	70	Pommes de terre duchesses à la patate douce	16	1	133
Pickles de radis express	19	5	88	Pommes de terre au sel aux crevettes nordiques	17	6	79
Pieds de brocoli au beurre	4	3	17	Pommes de terre farcies au fromage brie et aux pacanes	8	8	94
Piperade	2	3	15	Pommes de terre farcies au gruyère et au bacon	22	1	58
Plat de pommes de terre râties et oignons	11	1	110	Pommes de terre farcies toutes garnies	6	4	58
Plateau de légumes et aioli	13	8	26	Pommes de terre farcies toutes garnies (2)	9	6	75
Pleurotes et oignons marinés	5	3	33	Pommes de terre grelots rôties à l'éable	5	5	79
Pleurotes marinés	21	4	93	Pommes de terre grillées à la texane	5	4	70
Poêlée d'artichauts aux herbes	6	5	41	Pommes de terre grillées « sel et vinaigre »	HSP		83
Poêlée de légumes verts au vin rouge	14	1	146	Pommes de terre lyonnaises	3	3	48
Poêlée de petits pois aux artichauts	14	7	34	Pommes de terre râties et oignons rôties	11	8	138
Poêlée de pommes de terre et de céleri-rave au gratin	1	5	34	Pommes de terre rissolées aux saucisses italiennes	2	2	22
Poêlée de radis et de courgette	5	1	67	Pommes de terre rôties	11	8	94
Poireaux braisés au gruyère	23	1	58	Pommes de terre rôties à l'ail confit et au romarin	20	1	59
Poireaux vinaigrette	2	5	30	Pommes de terre rôties au four	4	5	22
Pois chiches aux pommes et aux courgettes	10	2	78	Pommes de terre rôties au gras de canard	17	3	47
Pois chiches rôtis aux oignons verts	12	3	76	Pommes de terre rôties aux herbes et à l'ail	17	8	106
Poivrons confits et pancetta	15	6	109				
Poivrons cubanelle farcis à la ricotta et aux artichauts	21	8	94				
Poivrons et tomates cerises fondants au four	16	2	109				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Pommes de terre sarladaises	8	8	40	Purée de pommes de terre au gras de canard sans produits laitiers et sans gluten	13	1	144
Pommes de terre soufflées	1	1	39	Purée de pommes de terre aux herbes salées	3	5	64
Pommes de terre <i>smash</i> sel et vinaigre	22	3	76	Purée de pommes de terre aux légumes et saucisses rôties (<i>stoemp</i>)	19	2	50
Poutine aux champignons, oeuf mollet et sauce au vin rouge	15	6	89	Purée de pommes de terre au maïs	8	7	49
Poutine aux légumes	13	8	100	Purée de pommes de terre au choux de Bruxelles et aux oignons verts	17	1	122
Poutine aux pommes de terre grelots et aux choux de Bruxelles	22	6	21	Purée de pommes de terre au maïs et beurre d'harissa	20	4	75
Poutine sauce maison	9	3	71	Purée de pommes de terre aux pommes	3	5	66
Poutine végé au halloumi grillé	19	5	54	Purée de pommes de terre et de chou à l'ail	3	3	48
Purée aux deux céleris et au parmesan	10	6	60	Purée de pommes de terre, pommes et cheddar	7	1	71
Purée d'avocat au pesto	15	6	109	Quartiers de chou braisés	15	3	44
Purée de brocoli (pour bébé)	8	4	78	Rabioles et concombres, labneh à la fleur d'ail	20	3	76
Purée de brocoli à l'ail confit	4	1	75	Radis au barbecue	9	5	24
Purée de carottes à la moutarde	6	3	54	Radis rôtis au beurre	HSP		61
Purée de carottes au beurre	11	1	110	Radis rôtis et ricotta fouettée	19	5	87
Purée de carottes aux haricots blancs	6	2	57	Ragoût de boulettes végétarien	21	1	78
Purée de carottes et de rutabaga	9	2	83	Ragoût de légumes d'hiver et noisettes	14	2	104
Purée de céleri-rave	4	2	100	Rapinis sautés à l'ail	12	3	76
Purée de céleri-rave (2)	19	1	116	Ratatouille	9	7	43
Purée de chou-fleur (pour bébé)	8	4	71	Ratatouille (2)	20	7	55
Purée de chou-fleur aux pois chiches	10	2	49	Ratatouille à la purée d'ail	16	8	123
Purée de courge au beurre noisette	9	3	37	Ratatouille aux pommes de terre	17	4	90
Purée de courge butternut et de pommes de terre à l'étable	5	3	76	Riz persan à la pomme de terre	20	3	50
Purée de courge poivrée à l'étable	3	3	46	Rochers de légumes	9	1	126
Purée de haricots blancs au citron	15	6	109	Rondelles de maïs grillées	4	4	60
Purée de haricots blancs (pour bébé)	8	4	61	Rondelles d'oignons frites	20	5	38
Purée de panais	6	1	76	Rondelles d'oignons frits au cari	16	2	55
Purée de petits pois (pour bébé)	8	4	76	Rosace de pommes de terre	3	1	55
Purée de petits pois	4	2	30	Rosace de pommes de terre au parmesan	6	1	46
Purée de poivrons rouges (pour bébé)	8	4	68	Rösti	14	4	172
Purée de pommes de terre	11	1	138	Rösti de pommes de terre, salade de pomme	22	2	39
Purée de pommes de terre (2)	13	1	132	Roulades d'aubergine	4	5	41
Purée de pommes de terre (la meilleure)	19	1	83	Roulades d'aubergines gratinées	6	4	34
Purée de pommes de terre à l'ail	7	5	88	Rubans de courgettes	6	1	72
Purée de pommes de terre à l'ail (2)	10	1	134	Sauté d'aubergines à l'ail et au gingembre	18	4	106
Purée de pommes de terre à l'ail confit	24	1	73	Sauté de brocoli à la vietnamienne	2	3	54
Purée de pommes de terre à l'ail et au romarin	9	1	105	Sauté de chou au gingembre	13	4	84
Purée de pommes de terre à la menthe	5	1	87	Sauté de haricots au barbecue	HSP		54
Purée de pommes de terre à l'estragon	13	8	114	Soufflé de poivrons rouges au fromage Oka	11	8	136
Purée de pommes de terre à l'huile d'olive	3	2	55				
Purée de pommes de terre au beurre et à la ciboulette	3	5	68				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Steaks de chou-fleur, pois chiches, raisins et kale	20	8	78
Tacos végé au fromage fondant	16	6	49
Tartiflette	3	2	17
Tartines d'avocat au kale croustillant	18	2	71
Têtes de violon de base	4	4	68
Tian de courgettes	9	6	32
Tians de tomate et de légumes	2	5	16
Tomates à la provençale	18	2	55
Tomates ancestrales, vinaigrette aux herbes et mozzarella	21	6	48
Tomates cerises confites	12	3	58
Tomates cerises confites express	9	7	53
Tomates au pesto	1	4	20
Tomates confites	1	5	61
Tomates confites (2)	HSP		32
Tomates en conserve confites	15	2	60
Tomates italiennes confites dans l'huile	9	7	56
Tomates rôties à la saucisse	10	8	49
Tomates vertes frites	HSP		34
Tomates vertes frites et trempette au paprika	14	8	80
Tombée de chou rouge à la moutarde	2	2	35
Tombée d'épinards	4	5	22
Tombée de poireau	5	2	70
Tombée de poireaux à la crème	11	3	70
Topinambours rôtis	11	8	142
Tourte étagée aux légumes	18	4	73
Trempette potager	11	4	64
Trio de légumes grillés à l'ail	5	4	84

CONSERVES ET KETCHUPS

	vol.	n°	page
Antipasti marinés	3	5	26
Aubergines marinées	9	7	55
Betteraves marinées	3	5	26
Betteraves marinées (2)	HSP		68
Betteraves marinées aux framboises	12	1	95
Blanc de melon mariné	9	7	58
Carottes en conserve	13	7	102
Champignons à l'italienne	1	5	59
Champignons et oignons marinés à la clémentine	9	7	51

	vol	n°	page
Chou-fleur et carottes marinés	9	7	51
Chutney à la citrouille	15	8	88
Chutney à la coriandre	16	1	83
Chutney à la mangue	1	5	61
Chutney à la pomme et fromage de chèvre	23	1	72
Chutney au kaki	18	1	41
Chutney aux canneberges	2	1	76
Chutney aux canneberges (2)	10	1	23
Chutney aux canneberges, abricots et poire	18	1	68
Chutney aux dattes et au bacon	21	1	35
Chutney aux figues et aux bleuets	5	1	81
Chutney aux betteraves et canneberges	7	1	88
Chutney aux fruits et aux baies d'argousier	12	8	96
Chutney aux raisins et au gingembre	15	1	189
Chutney de coriandre	13	4	80
Chutney de tomates jaunes grillées	16	7	82
Chutney de rhubarbe épicé	18	5	34
Concombres marinés	3	5	28
Confit de betteraves	11	1	36
Confiture d'oignon au bacon	12	5	76
Confiture d'oignons	3	1	44
Confiture de figues noires au vin rouge	10	1	148
Compote d'oignons et de figues	14	4	34
Confit de canneberges aux épices	16	1	133
Cornichons à l'aneth	9	7	58
Cornichons à l'aneth (2)	10	6	112
Cornichons express	11	8	101
Cornichons sucrés <i>bread butter</i>	13	7	98
Coulis de tomates (<i>passata</i>)	16	7	65
Éclaté de canneberges	5	1	46
Figues au marsala	12	1	138
Fromage de chèvre mariné	1	1	20
Garniture à bruschetta en pots	9	7	55
Herbes salées	3	5	28
Ketchup à la citrouille	3	5	44
Ketchup à la pêche	4	5	56
Ketchup aux canneberges	19	1	145
Ketchup aux concombres de ma mère	1	5	58
Ketchup aux tomates vertes de mon arrière-grand-mère	2	5	28
Ketchup aux trois fruits	10	1	132
Ketchup jaune aux ananas et aux poivrons	10	4	84
Ketchup maison	7	4	109

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Ketchup maison (2)	8	7	95
Ketchup sans cuisson	2	5	28
Kimchi maison (chou fermenté aux piments)	19	8	63
Oeuf dans le vinaigre	19	7	43
Oignons caramélisés au balsamique	9	7	56
Oignons marinés minute	9	7	58
Pâte de piments forts de type sambal celek	7	5	24
Persillade à la canneberge séchée	6	1	75
Piccallili	13	7	102
Poires dans le sirop	13	7	100
Poires et canneberges marinées	21	1	36
Poulet en conserve	13	7	106
Pruneaux au vinaigre	12	1	138
Relish à l'ananas	16	1	154
Relish aux trois poivrons	HSP		48
Relish de canneberges fraîches	15	1	121
Relish de concombre et ananas	HSP		40
Relish de courgettes vertes	12	6	60
Relish de maïs	12	6	60
Relish de poivrons rouges	12	6	60
Salsa de légumes grillés	14	3	90
Salsa douce	13	7	100
Sauce à spaghetti	13	7	104
Sauce tomate en conserve	18	7	108
Tomates cerises confites express	9	7	53
Tomates confites	1	5	61
Tomates confites (2)	HSP		32
Tomates en conserve confites	15	2	60
Tomates entières en conserve	18	7	108
Tomates italiennes confites dans l'huile	9	7	56

SAUCES, BEURRES ET PESTOS

	vol	n°	page
Beurre à l'ail confit	13	1	132
Beurre à la fleur d'ail et au citron	9	6	73
Beurre à la lavande et au miel	4	4	17
Beurre à la lime et au piment chipotle pour maïs	8	7	52
Beurre au bacon et au parmesan	11	7	64
Beurre au cheddar et au bacon	2	4	89
Beurre au citron	10	5	81
Beurre au gingembre et à la lime	2	4	89

	vol	n°	page
Beurre aux fleurs de ciboulette	22	5	95
Beurre aux herbes	16	3	97
Beurre aux tomates séchées et au basilic	2	4	89
Beurre blanc au citron	23	1	101
Beurre d'amandes et de tournesol à l'érable	19	7	102
Beurre de poivrons	9	7	53
Beurre de sauge	12	3	102
Beurre fondu aux herbes	12	4	88
Beurre marchand de vin	5	4	71
Beurre maison	9	1	54
Beurre maison aux cèpes et aux noix de pin grillées	12	2	50
Beurre noisette au vinaigre balsamique et à la crème	5	4	71
Beurre noisette parfumé	19	1	83
Caramel de soya	15	5	92
Chili moulu maison	18	7	95
Chermoula (sauce aux herbes)	15	5	72
Chutney de tomates jaunes grillées	16	7	82
Concombre mariné minute	18	7	64
Condiment de céleri	19	1	39
Condiment de radis au parmesan	17	5	112
Condiment épice au chili (<i>chili crisp</i>)	22	3	50
Coulis de poivrons rouges	3	4	32
Coulis de tomates (<i>passata</i>)	16	7	65
Crème à l'oseille	11	8	140
Crème de mozzarella	15	7	73
Crème montée au raifort	19	1	39
Crème sure au piment d'Espelette	12	4	88
Demi-glace aux légumes	16	3	95
Fond de homard	10	5	104
Glace de viande	15	8	111
Huile au pesto pour maïs	11	7	64
Huile au piment fort pour maïs	11	7	64
Huile de homard	10	5	104
Huile épicee	20	1	68
Laque au miso et au sirop d'éryable	8	4	49
Mayonnaise à la coriandre et au jalapeño	21	2	44
Mayonnaise à la sauce hoisin	12	7	33
Mayonnaise au wasabi	19	1	39
Mayonnaise bière-éryable	19	1	126
Mayonnaise épicee	18	3	74
Mayonnaise lime et roquette	12	4	88

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Mayonnaise sans moutarde	13	3	39	Sauce amba rapide (condiment à la mangue israélien)	18	4	100
Mayonnaise sans oeufs	13	3	39	Sauce à spaghetti sans viande	18	4	65
Miel épice	21	5	67	Sauce au beurre blanc à l'oseille	4	3	73
Miel épice au citron	22	5	45	Sauce au brie pour poitrines de poulet grillées	11	5	118
Mignonnette à la framboise	21	1	49	Sauce au chocolat (mole simplifié)	1	2	45
Mignonnette à la vodka, à l'orange et au fenouil	21	1	49	Sauce au crabe	12	4	86
Moutarde à l'érable	10	5	66	Sauce au homard	8	3	105
Moutarde au miel	5	4	56	Sauce au miel et au bourbon	16	5	95
Pâte de cari vert	22	3	40	Sauce au sésame grillé	8	3	42
Pâte harissa	15	7	77	Sauce au tahini	18	4	100
Pesto	1	4	20	Sauce au tamarin	16	8	66
Pesto à la coriandre	7	4	62	Sauce au thé	4	3	83
Pesto à la fleur d'ail	17	4	41	Sauce au vin rouge	19	1	114
Pesto aux graines de citrouille	1	5	70	Sauce au vin rouge et aux lardons	16	1	131
Pesto aux graines de lin	4	5	93	Sauce au xérès sans gluten, sans produits laitiers et sans noix	13	1	144
Pesto aux herbes	5	5	40	Sauce au yogourt et à la menthe	8	3	42
Pesto basilic-épinard	15	5	43	Sauce aux amandes	5	1	47
Pesto classique	HSP			Sauce aux arachides	14	2	106
Pesto classique (2)	8	7	34	Sauce aux herbes et au citron	14	3	68
Pesto classique (3)	17	4	126	Sauce aux herbes et au piment	21	1	49
Pesto de cresson et de pistaches	8	7	34	Sauce aux olives et au citron confit	21	2	44
Pesto de fanes de radis, amandes et citron	19	5	92	Sauce aux piments (de type Tabasco)	14	8	58
Pesto de persil	13	8	96	Sauce aux poivrons grillés	HSP		
Pesto de poivrons rouges	9	6	30	Sauce barbecue	1	4	28
Pesto jalapeno	10	5	66	Sauce barbecue (2)	4	4	60
Pesto moitié-moitié (épinards et basilic)	17	6	35	Sauce barbecue (3)	11	8	94
Pesto de rapinis	18	2	82	Sauce barbecue à la moutarde	10	6	106
Pesto sans produits laitiers	21	7	55	Sauce barbecue à la tomate	16	5	95
Prunes séchées au four	18	7	99	Sauce barbecue à la racinette	18	5	53
Rouille	16	4	93	Sauce barbecue aux cerises	5	4	42
Sabayon au lait de coco	10	5	81	Sauce barbecue aux fruits	14	6	74
Sambal olelek	13	8	54	Sauce barbecue blanche	10	6	106
Sauces à fondue	5	2	50	Sauce barbecue fumée	10	6	106
Sauce aigre-douce	8	3	82	Sauce barbecue japonaise (<i>yakiniku sōsu</i>)	22	5	29
Sauce aigre-douce à la mangue	8	3	42				
Sauce aigre-douce à la mangue (2)	19	1	126				
Sauce à la coriandre	13	8	94				
Sauce à la viande pour lasagne	19	8	34				
Sauce à la coriandre et au piment (zhoug)	18	7	63				
Sauce à la moutarde	16	5	95				
Sauce à laquer japonaise pour brochettes de porc	11	4	138				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Sauce barbecue minute	16	5	95
Sauce barbecue rapide	17	6	30
Sauce béarnaise	8	3	42
Sauce béarnaise (2)	9	1	56
Sauce béarnaise (3)	10	4	89
Sauce béchamel	12	7	25
Sauce brune à poutine et à hot-chicken	9	3	84
Sauce brune à poutine et à hot-chicken (2)	10	7	67
Sauce brune de type <i>gravy</i>	13	1	78
Sauce chien	8	2	68
Sauce chimichurri	4	3	82
Sauce choco-banane	12	8	74
Sauce cocktail	15	6	81
Sauce cocktail épicee	21	1	49
Sauce coco-cari aux arachides	21	2	44
Sauce demi-glace à la canneberge	6	1	76
Sauce dragon	18	7	46
Sauce épicee pour kamikaze	3	3	77
Sauce fromage au chipotle	15	5	72
Sauce gochujang	16	2	72
Sauce gribiche	21	4	69
Sauce hoisin et moutarde	8	3	42
Sauce hollandaise	9	1	57
Sauce hollandaise (2)	14	1	154
Sauce hollandaise rapide de Jehane Benoît	11	5	64
Sauce mayonnaise aux tomates séchées	11	1	88
Sauce mignonnette au cerfeuil	15	6	81
Sauce nuoc-cham	2	3	72
Sauce mayonnaise aux câpres	15	5	72
Sauce piri-piri	18	5	97
Sauce pour bâtonnets de poisson	3	3	56
Sauce raïta	7	4	64
Sauce ragù blanche au fenouil et au céleri-rave	21	8	68
Sauce soya-vinaigre	19	1	126
Sauce tahini verte	19	4	80
Sauce tartare	6	4	23
Sauce tartare au yogourt	8	2	22
Sauce tartare de base	13	5	85
Sauce thaïe pour poitrines de poulet grillées	11	5	118
Sauce tomate	12	3	102
Sauce tomate de base	11	5	82
Sauce tomate de base (2)	12	7	98
Sauce tonkatsu	11	4	132
Sauce vierge à la coriandre	12	4	24

	vol	n°	page
Sauce yogourt à la moutarde	19	1	39
Sauce yogourt-tahini	16	5	62
Sauces pour <i>bombas</i> de pommes de terre	16	4	97
Sauces rapides pour fondue chinoise de la mer	19	2	80
Sel à l'orange et à l'harissa	20	2	46
Sirop au miel et au jalapeno	16	5	104
Sirop d'agrumes	16	5	104
Sirop de fruits rouges	16	5	104
Substitut de parmesan	17	8	30
Vinaigre à la canneberge	22	1	80
Vinaigre aux fleurs de ciboulette	22	5	95

TREMPETTES ET TARTINADES SALÉES

	vol	n°	page
Caviar d'aubergine tomaté	16	4	45
Feta chaude	16	4	49
Fromage à la crème	15	8	99
Fromage à la crème fouettée	13	2	49
Fromage à tartiner « arbre de Noël »	24	1	3
Fromage de yogourt ou labneh	4	2	22
Guacamole	1	2	42
Guacamole (2)	3	4	17
Guacamole (3)	18	7	90
Guacamole à la salsa de tomates grillées	22	5	82
Houmous	18	4	111
Hoummous aux noix de pin	16	4	49
Houmous garni aux pois chiches et au poireau	21	8	78
Houmous garni garni d'aubergine au miel	23	6	54
Hummus (trempelette de pois chiches)	3	3	65
Hummus (trempelette de pois chiches) (2)	3	4	25
Labneh au piment et à la ciboulette	15	6	109
Labneh au zaatar	16	8	92
Mousse de crevettes	12	1	147
Mousse de crevettes (2)	23	6	31
Mousse de mortadelle	18	6	80
Parfait de foie de volaille aux noisettes	12	1	138
Plateau de légumes et aïoli	13	8	96
Purée d'avocat au pesto	15	6	109
Purée de haricots blancs au citron	15	6	109
Ricotta à bruschetta	15	6	109

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Salsa au maïs et au fromage en grains	23	6	56
Salsa de courgettes et de tomates	18	7	66
Salsa de légumes grillés	14	3	90
Salsa de melon d'eau	16	6	105
Salsa de tomates et avocats	4	1	110
Salsa mexicaine traditionnelle	2	5	16
Salsa verte italienne	7	4	25
Substitut végétalien de parmesan	18	4	65
Tapenades aux figues	8	1	66
Tartinade à la fleur d'ail et aux tomates séchées	3	1	74
Tartinade au fromage fondu	22	2	51
Tartinade au saumon fumé	3	1	74
Tartinade aux artichauts et aux poivrons rouges	18	6	52
Tartinade aux carottes et aux noix de cajou	14	6	60
Tartinade d'artichauts	8	1	64
Tartinade de champignons à l'estragon	2	5	56
Tartinade de feta épicee (<i>tirokafteri</i>)	21	1	35
Tartinade de poivrons rouges	5	1	55
Tartinade de tofu	11	8	134
Tartinade de yogourt à la ciboulette	22	3	54
Tartinade pimentée aux olives et tournesol	19	2	56
Tartinade végétalienne au tofu	21	8	25
Trempette à l'italienne	1	1	51
Trempette à l'agneau et au yogourt, beurre épice à la tomate	23	5	61
Trempette à l'oignon	9	7	65
Trempette à la truite fumée et à l'aneth	16	1	127
Trempette au cheddar	5	4	55
Trempette au fromage et aux poivrons grillés (<i>pimento cheese</i>)	22	5	45
Trempette au tofu	1	3	43
Trempette au yogourt épicee	7	5	24
Trempette au yogourt et à la feta	17	1	98
Trempette au yogourt grec, à la feta et à la grenade	22	1	91
Trempette au yogourt express	23	3	2
Trempette au yogourt, tomates confites et noix de cajou	23	8	23
Trempette aux épinards et à la crème sure	16	5	58
Trempette aux épinards et au tofu	19	2	56
Trempette aux graines de citrouille	3	5	42
Trempette aux haricots et aux artichauts	14	4	53
Trempette au saumon fumé épicee	24	1	95

	vol	n°	page
Trempette aux poivrons rouges rôtis et aux tomates séchées	14	4	54
Trempette chaude au fromage	10	7	71
Trempette chaude au crabe	23	1	94
Trempette chaude aux artichauts	2	1	17
Trempette chaude aux artichauts (2)	8	3	22
Trempette chaude aux artichauts (3)	14	1	52
Trempette chaude aux artichauts (4)	20	1	117
Trempette chaude aux fromages	12	1	144
Trempette chaude au poireau et au cheddar	23	8	52
Trempette d'aubergine au fromage feta (<i>Melitzano salata</i>)	6	4	34
Trempette de courgettes et de feta	22	7	65
Trempette de haricots à la toscane	6	1	86
Trempette de lentilles et poivrons rouges	6	5	20
Trempette de yogourt grec au saumon fumé	20	5	95
Tempette de yogourt grec garnie aux herbes, aux olives et aux tomates cerises	20	5	96
Tartinade d'oeufs et caviar	15	2	96
Trempette à la courge, à la pomme et aux amandes	19	8	46
Trempette chaude au maïs et au fromage	19	8	46
Trempette chaude aux oignons caramélisés	22	1	116
Trempette et chips bleues	8	6	63
Trempette méditerranéenne	10	6	62
Trempette potager	11	4	64
Trempette pour filets de poulet	10	7	42
Trempette <i>queso</i> (au fromage)	14	3	90
Trio de tartinades à déjeuner au fromage à la crème	4	2	66
Tzatziki	2	4	50
Tzatziki (2)	20	6	33
Végépâté aux edamames et à la croandre	18	4	61

PAINS SALÉS

	vol	n°	page
Baguettes françaises maison	4	3	46
Banique au four de Lysanne O'Bomsawin	23	5	102
Bretzels géants	17	6	101
Clabatta aux olives épicees	23	8	100
Crescentines (<i>tigelle</i>)	21	3	83
Crumpet au levain	19	2	113

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Foccacia aux tomates cerises	11	6	99
Foccacia express au romarin	21	8	31
Fougasse à l'ail et au romarin	9	5	106
Fougasse aux herbes	2	2	16
Fougasse aux lardons	6	1	94
Gressins (<i>gressini</i>)	21	1	40
Levain maison	19	2	91
Pain à partager au fromage et au pesto	23	4	3
Pain à la poêle	4	2	41
Pain au fromage et au bacon	15	8	121
Pain au lait japonais (<i>shokupan</i>)	20	7	109
Pain au levain	19	2	93
Pain au soda (Soda bread)	9	4	84
Pain aux courgettes, à la feta et aux olives	10	6	70
Pain aux figues et au cheddar	15	1	72
Pain aux grains entiers	13	3	66
Pain banique	3	4	80
Pain blanc	13	3	60
Pain <i>challah</i>	19	8	70
Pain de légumineuses et de fromage	4	2	32
Pain de maïs	8	7	58
Pain de maïs (<i>cornbread</i>)	11	8	51
Pain de ménage	2	3	41
Pain multigrain	16	2	114
Pain multigrains	13	3	66
Pain naan	3	1	94
Pain naan au barbecue	5	4	36
Pain sandwich	11	1	54
Pain soda irlandais à l'épeautre	18	3	33
Pains à hamburger maison	19	4	77
Pains à hamburger sans gluten	18	5	31
Pains pitas maison	16	4	47
Pains pitas sans gluten	16	4	47
Pains naans sans gluten et sans produits laitiers	23	4	38
Pains plats au yogourt (sans levure)	22	6	55
Pains plats sans pétrissage au fromage en grains	23	8	98
Petits pains appétitifs	14	8	136
Petits pains au lait et beurre à l'ail noir	21	8	49
Petits pains de maïs	14	3	94
Petits pains de maïs au BBQ	16	5	99

	vol	n°	page
Petits pains hawaïens	15	4	110
Petits pains rustiques italiens	2	3	42
Petits pains vapeur (<i>buns</i>)	19	3	72
Petits pots de pain à l'ail	3	4	30
Popovers	7	3	74
Tortillas de blé maison	19	8	66
Tortillas de maïs maison	19	8	66

PLATS PRINCIPAUX

	vol	n°	page
Agneau			
Agneau braisé à l'ail	9	4	87
Agneau braisé au nectar d'abricot et couscous israélien	15	4	75
Agneau braisé aux dattes, mousse au lait de coco et maïs soufflé au curi	8	1	52
Agneau braisé aux épices douces	20	3	50
Agneau en croûte d'herbes et d'agrumes sur polenta au brie	2	2	92
Agneau grillé à l'harissa, salade de légumes grillés	20	5	66
Agneau ou chevreau à l'étouffé comme au Portugal	12	4	150
Agneau poêlé et salade tiède d'aubergine, de concombre et de fromage de chèvre	4	3	69
Aubergines farcies à l'agneau	9	8	59
Aubergines farcies à l'agneau (<i>fattet makdous</i>)	19	3	73
Bobotie	10	4	130
Boulettes d'agneau à la menthe	9	2	45
Braisé de jarrets d'agneau aux tomates et au fenouil	6	2	55
Brochettes d'agneau au café et à la moutarde	8	4	88
Brochettes d'agneau et de dattes au bacon	8	6	42
Brochettes d'agneau et de halloumi	23	7	93
Brochettes d'agneau et de pommes vertes laquées	4	4	47
Brochettes de boulettes d'agneau	3	4	26
Burgers au paprika fumé et aux légumes grillés	4	4	92
Burgers d'agneau à l'hummus, à la salade de tomates et concombre au yogourt (<i>kofta</i>)	6	4	81
Burgers d'agneau, pesto de roquette et oignon rôti	20	3	74

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Cari d'agneau	13	4	84	Keftedes d'agneau aux épices et citrons grillés	2	4	48
Cari d'agneau en croûte de pommes de terre	4	5	41	Mijoté d'agneau et râtes rôties aux poivrons	11	8	88
Carré d'agneau au miel et aux agrumes	3	3	18	Moussaka	3	5	54
Carrés d'agneau aux herbes, sauce aux figues et au porto	1	3	14	Moussaka classique	20	2	105
Carrés d'agneau glacés au miel	8	6	110	Parmentiers d'agneau aux oignons caramélisés et au romarin	19	3	60
Cocotte d'agneau et de pommes de terre à l'italienne	2	3	33	Petits burgers d'agneau au fromage en grains et au concombre	10	5	68
Côtelettes d'agneau à l'ail	6	4	68	Ragoût d'aubergine à la viande	16	4	34
Côtelettes d'agneau au cari, râta de melon miel et concombre	11	6	48	Salade de légumes grillés à l'agneau et à la coriandre	10	5	36
Côtelettes d'agneau au mesquite et à la menthe	1	4	22	Tajine d'agneau (à la mijoteuse)	7	5	51
Côtelettes d'agneau au paprika	5	1	87	Tajine d'agneau aux pruneaux	16	4	101
Côtelettes d'agneau aux épices et couscous aux légumes	9	6	79				
Côtelettes d'agneau en croûte d'herbes	17	4	88				
Couronne d'agneau aux coings et au romarin	5	1	40				
Couscous royal	4	1	66				
Filets d'agneau au whisky et au sirop d'érable	7	3	42				
Gigot d'agneau à la méditerranéenne	5	3	40				
Gigot d'agneau à l'érable et légumes caramélisées	11	4	84				
Gigot d'agneau grillé	16	5	97				
Gigot d'agneau rôti au porto	9	5	92				
Gigot d'agneau caramélisé au vinaigre balsamique	1	3	46				
Gigot d'agneau de 7 heures	2	5	56				
Gigot d'agneau et son jus au romarin	1	1	39				
Gigot d'agneau rôti au miel de sarrasin et carottes jaunes	10	4	84				
Gigot d'agneau rôti à la grecque	21	4	57				
Gigot d'agneau rôti sauce aux herbes	14	4	68				
Jarrets d'agneau à la tomate et aux lentilles	17	3	51				
Jarrets d'agneau braisés à la moutarde	9	8	59				
Jarrets d'agneau aux pruneaux (Mollets de sorcières en sauce dégoûtante)	6	5	H-14				
Jarrets d'agneau aux épices et au jus de carottes	17	8	71				
Jarrets d'agneau braisés et fèves au lard à la mélasse	9	2	75				
Jarrets d'agneau glacés au miel de sarrasin	5	1	128				
Kamut, agneau épice et sauce tahini	14	2	108				
Keftas au brocoli et à l'agneau	15	6	41				
Keftas d'agneau, tomates cerises rôties	22	6	56				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Bibimbap à partager	16	2	72	Boeuf braisé au vin rouge et aux champignons	24	1	73
Biftecks à l'ail grillé et tombée de tomates cerises	18	6	82	Boeuf braisé aux cèpes et nouilles aux œufs	5	2	85
Bifteck au parfum de romarin (<i>bistecca al profumo di rosmarino</i>)	14	7	96	Boeuf braisé aux deux céleris	11	1	68
Bifteck de contre-filet grillé	22	5	29	Boeuf braisé aux haricots blancs et au chou rouge	18	2	49
Bifteck de côte de boeuf vieilli et frites au four, sauce à l'ail noir et aux morilles	19	8	64	Boeuf braisé aux légumes	15	2	67
Bifteck de haut de surlonge aux poivrons et salsa à l'avocat	18	5	26	Boeuf braisé aux oignons	12	7	98
Bifteck grillé et haricots verts aux échalotes	20	5	23	Boeuf braisé aux poivrons et aux tomates cerises	11	4	98
Bifteck <i>tomahawk</i> grillé	16	5	93	Boeuf braisé avec salade d'herbes	17	2	56
Biftecks aux épices	1	4	23	Boeuf braisé en croûte	23	1	96
Biftecks de haut de surlonge, petits pois et patate douce	19	4	27	Boeuf braisé en croûte de pommes de terre à l'autocuiseur	19	2	46
Biftecks et asperges grillés, vinaigrette au tamari	19	6	19	Boeuf croustillant à l'orange	2	5	44
Biftecks, sauce au vin rouge	2	3	72	Boeuf et aubergines asiatiques comme un <i>bibimbap</i>	14	5	97
Bobotie	10	4	130	Boeuf froid mariné au sésame	1	4	45
Boeuf aigre-doux à la mijoteuse	12	1	88	Boeuf grillé à la citronnelle	17	1	39
Boeuf à la crème et aux petits pois	13	3	93	Boeuf grillé aux canneberges et aux courgettes rôties	13	8	63
Boeuf à la moutarde er à l'orge	13	2	68	Boeuf grillé au sésame et salade de chou nappa à la coriandre	19	5	52
Boeuf asiatique à la mijoteuse	11	2	83	Boeuf grillé et salade de haricots aux oignons caramélisés	17	4	34
Boeuf au brocoli	22	8	21	Boeuf mijoté aux épinards et aux haricots blancs	13	1	58
Boeuf au brocoli et au tofu	9	1	91	Boeuf sauté aux olives et aux tomates	18	1	122
Boeuf au piri-piri	10	4	128	Boeuf Stroganov en mijoteuse	4	2	81
Boeuf aux champignons et au marsala	7	5	52	Boeuf Stroganov en mijoteuse (2)	10	8	78
Boeuf aux herbes à l'autocuiseur	9	8	29	Boeuf « Taliata »	3	2	55
Boeuf aux tomates cerises à la mijoteuse	15	1	42	Boeuf Todoroki	2	4	70
Boeuf bourguignon	2	1	45	Boeuf Wellington	18	1	75
Boeuf bourguignon (2)	10	7	52	Bol de soba au boeuf et aux légumes grillés	15	2	29
Boeuf bourguignon (le meilleur)	16	3	69	Bols de ramen au boeuf, aux aubergines et aux pleurotes	20	2	96
Boeuf bourguignon à l'autocuiseur	19	7	84	Bols thaï au boeuf épice à partager	18	3	75
Boeuf bourguignon à la mijoteuse	19	7	84	Bouilli de boeuf et de légumes	13	7	106
Boeuf braisé à la bière et au chorizo	9	2	89	Boulettes d'enfance	9	2	45
Boeuf braisé à la coréenne	21	8	70	Boulettes de boeuf aux courgettes	22	4	76
Boeuf braisé à l'italienne	10	7	88	Boulettes de boeuf aux courgettes, sauce au tahini	22	4	76
Boeuf braisé à l'orange et au carvi	11	2	81	Boulettes de viande épices et sauce au fromage	13	8	134
Boeuf braisé au cari rouge	19	4	81	Boulettes suédoises	9	2	52
Boeuf braisé au jus de carottes	5	5	43	Brochettes de boeuf à la coréenne au kiwi	8	6	46
Boeuf braisé au tamari et au sirop d'érable	6	3	73				
Boeuf braisé au thé	6	5	88				
Boeuf braisé au vin rouge	6	2	68				
Boeuf braisé au vin rouge (2)	12	2	59				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Brochettes de boeuf méditerranéenne	12	5	104	Céleri grillé et bavette marinée	10	6	52
Brochettes de boeuf à l'indienne	10	6	68	Cheeseburger extrême, sauce au fromage	9	3	84
Brochettes de bœuf aux câpres et au parmesan	5	4	34	<i>Chilaquiles</i> au bœuf et à l'œuf	16	3	63
Brochettes de bœuf aux épices	2	4	36	Chili à la bière	9	7	82
Brochettes de bœuf bourguignon	7	4	67	Chili à la viande (<i>chili con carne</i>)	21	3	33
Brochettes de bœuf épicé	16	4	33	Chili au bœuf braisé et aux haricots rouges	11	2	42
Brochettes de bœuf mariné à l'ail	17	6	85	Chili au bœuf classique	11	2	40
Brochettes de bœuf marinées à l'ail	14	5	82	Chili aux deux haricots	9	6	90
Brochettes de bœuf piri-piri	11	5	144	Chili classique	5	2	58
Bochettes de merguez et salade tiède de couscous aux haricots	17	5	33	<i>Chili con carne</i>	14	3	94
Brochettes fajitas au bœuf	4	4	47	Chili de Cincinnati	5	5	72
Brochettes porc et bœuf, sel aux herbes	11	5	144	Chili en croûte de maïs	8	2	33
Broufado à la mijoteuse	11	7	114	Chop soui	2	2	60
Burger de bœuf, de légumes grillés et sauce fromage au chipotle	15	5	72	Cigare au chou à l'orge avec viande	7	5	73
Burger de bœuf à la confiture d'oignons	19	5	62	Cigares au chou étagés	8	7	96
Burger d'hiver au pain de viande	10	1	87	Cœurs de filet mignon, sauce aphrodisiaque et légumes racines caramélisés	2	2	74
Burger « vraiment cochon »	13	6	102	Contre-filet à la bordelaise sous le gril	10	7	100
Burgers à la Kiev	1	4	24	Contre-filet de bœuf au wasabi	15	6	85
Burgers à la marocaine	21	6	63	Contre-filet de bœuf et salsa de chou-fleur grillé au raifort	19	5	62
Burgers au fromage en grains et au bacon	21	6	62	Côtes de bœuf à la provençale	12	5	102
Burgers au paprika fumé et aux légumes grillés	4	4	92	Côte de bœuf à la provençale (2)	17	5	85
Burgers aux épices à steak	21	6	64	Côtes de bœuf rôtie, sauce au madère et au poivre vert	14	2	78
Burgers aux herbes et au parmesan	21	6	63	Côtes levées de bœuf, au cola et au barbecue	8	7	45
Burgers ByMark	8	1	122	Courgettes à la bolognaise	4	5	82
Burgers de bœuf à l'indienne	20	6	22	Courgettes farcies gratinées	6	2	75
Burgers de bœuf, confit de poivrons et fromage à la crème au jalapeño	12	5	104	Courgettes farcies <i>kousa mahshi</i>	16	4	91
Burgers de bœuf et de frites (fritas)	6	4	78	Daube de bœuf en mijoteuse	5	3	88
Burgers de bœuf et salade de chou marinée (bulgogi)	6	4	82	Effiloché de bœuf barbecue	8	7	58
Burgers doubles aux champignons, sauce au fromage	10	5	51	Empanadas	7	5	90
Burgers farcis au jalapeno	10	5	66	<i>Empanadas</i> à la colombienne	15	8	121
Burgers garnis aux champignons à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	3	21	Enchiladas de bœuf	7	2	87
Burgers méga aux rondelles d'oignons	10	5	59	Entrecôte à la Bordelaise	7	3	107
Burritos au bœuf	20	3	21	Fajitas de bœuf aux épices	14	3	90
Cari de boulettes de bœuf au lait de coco	13	4	82	Feuilles de laitue garnies de mangue verte et de bœuf épicé	15	5	101
Casserole d'enchiladas	8	1	100	Filets de bœuf au Migneret et légumes d'automne	10	8	110
Casserole de riz au bœuf et aux tomates	11	2	87	Gâteau de tortillas au bœuf	3	2	24
Casserole mexicaine « burrito »	15	1	51	Goulasch aux légumes	4	1	110
				Grillades de bœuf et salade de haricots blancs au persil	16	6	34

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Hamburger-steak et gremolata de brocoli	15	8	85	Petits feuilltés au boeuf et aux légumes	11	5	86
Hamburger steak aux champignons	20	4	75	Philly cheesesteak	8	3	49
Hamburger steaks aux oignons	19	2	26	Pitas farcis au boeuf haché	13	5	49
Hamburgers aux pommes et au cheddar	2	4	34	Poitrines de boeuf salée (<i>corned beef</i>)	15	8	125
Hamburgers triples épics	8	7	53	Poivrons farcis au bœuf au cari	6	2	33
Hot-dogs au chou braisé en papillote et mayonnaise épicee	18	5	52	Pommes de terre au Jerky	3	4	84
Hot-dogs de bœuf haché	7	4	68	Pommes de terre farcies au bœuf	6	1	129
Hot-dogs, kale et remoulade de rabioles	19	5	23	Pot-au-feu de boeuf à la tomate	11	8	103
<i>Involtini</i> de boeuf à la saucisse	12	3	104	Pot-au-feu réconfortant	1	2	17
Jerky	3	4	84	Poutine à la viande fumée et aux petits pois	18	6	45
Keftas de boeuf sur pain naan	14	2	48	Poutine sauce barbecue au boeuf	15	3	42
Keftas de boeuf, taboulé et sauce au sumac	18	5	99	Quesadillas à la viande fumée et au cheddar	12	8	106
Lasagne au bœuf braisé	6	2	70	Ragoût d'aubergine à la viande	16	4	34
Mijoté à la canadienne revisité (à la mijoteuse)	10	2	54	Ragoût de bœuf aux épices berbères	17	3	34
Mijoté de bœuf à la bière	9	4	92	Ragoût de bœuf aux pruneaux à la mijoteuse	20	7	82
Mijoté de bœuf à la bière et dumplings	4	5	88	Rôti de bœuf	1	2	17
Mijoté de bœuf à la citrouille et aux légumes	1	5	72	Rôti de bœuf à l'oignon	9	1	126
Mijoté de bœuf aux légumes et à l'orge	6	5	72	Rôti de boeuf aux épices, choux de Bruxelles et sauce au vin rouge	19	2	84
Mijoté de bœuf au whisky et au fenouil	3	2	48	Rôti de boeuf aux épices d'automne et betteraves chaudes	13	8	112
Mijoté de bœuf aux champignons et au blé mou	16	2	114	Rôti de bœuf aux petits légumes	4	3	30
Mijoté de bœuf aux pois chiches	22	7	46	Rôti de bœuf aux pruneaux à la mijoteuse	20	7	82
Mijoté de bœuf et légumes verts	15	7	121	Rôti de bœuf et persillade à la canneberge séchée	6	1	75
Moussaka	3	5	54	Rôti de bœuf facile et économique	3	2	71
Nouilles de chou au cari et sauté de boeuf	14	3	42	Rôti de boeuf froid, vinaigrette au raifort	22	2	46
Nouilles de chou et porc au gingembre (egg rolls dans un bol)	19	7	82	Rôti de côte de bœuf	10	4	89
Pain de viande à la purée de pois chiches	5	1	69	Rôti de côte de bœuf en croûtes d'herbes	2	4	36
Pain de viande au fromage cheddar	10	1	87	Rôti de filet de bœuf aux olives et au chorizo	12	5	106
Pain de viande en croûte	16	1	131	Rôti de palette de bœuf cuit sous vide	20	4	61
Parmentier au bœuf braisé et au fromage Oka	13	3	36	Rôti de surlonge de bœuf grillé	13	5	70
Pastillas de bœuf braisé aux figues	8	2	30	Roulades de bœuf au jambon et au fromage	2	2	35
Patates écrasées au bœuf et aux légumes	12	5	66	Rouleaux de bœuf, de poire et de noisettes	13	7	76
Pâté au bœuf braisé	14	1	148	Rouleaux de laitue et bavette grillée	8	5	73
Pâté chinois	10	7	18	Salade tortilla au bœuf	3	2	24
Pâté chinois au fromage en grains	7	4	88	Sauce tomate aux boulettes de viande	9	2	54
Pâté chinois texan	8	8	102	Sauté de bœuf à la citronnelle	5	2	69
Pâté du sportif	8	2	32	Sauté de bœuf aux poivrons verts et aux champignons	16	7	61
Pâté mexicain	19	3	21	Sauté de bœuf de Philippe	8	3	73
Pâtés jamaïcains	23	3	38	Sauté de bœuf et pois mange-tout			

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
au sésame	18	2	30
Sloppy Joe	7	1	104
<i>Smash burgers</i> classiques	23	5	78
<i>Smash burgers</i> croustillants à la sauce barbecue	23	5	80
<i>Smash burgers</i> aux oignons, aux épinards et au garam masala	19	2	48
Sous-marin au bœuf	4	3	22
Steak au fromage bleu	6	2	35
Steaks au maïs grillé et à la coriandre	17	5	108
Steaks au poivre	22	2	102
Steak, beurre au miso, au jalapeño et aux oignons verts	22	3	77
Steak (bifteck de côte de bœuf vieilli)	20	3	81
Steak de Hambourg à l'oignon et au vinaigre balsamique	7	3	52
Steak de Hambourg, ratatouille d'hiver et galette de pommes de terre	11	2	74
Steak et pommes de terre rissolées à la courgette	12	4	62
Steak frites à la patate douce	15	4	78
Steak minute et salade d'avocat	11	3	68
Steaks au poivre vert	9	3	37
Steaks New York grillés et leurs deux sauces rapides	5	4	70
<i>Surf and turf</i> classique	14	5	120
Tacos au bœuf braisé et au fromage (<i>quesabirria</i>)	21	2	73
Tacos au bœuf grillé et au melon d'eau, salsa verte	23	6	27
Tacos aux lentilles et au bœuf	15	6	39
Tacos de bœuf grillé aux patates douces	16	6	51t
Tartare de bœuf	11	5	85
Tartines au bœuf et aux oignons caramélisés	21	2	24
Tartines de bœuf et de poireaux confits	10	3	88
Tataki de bœuf	10	3	39
<i>T-Bone</i> et beurre à l'échalote	13	6	89
<i>T-Bones</i> marinés	8	7	48
Terre et mer	10	5	92
Tourte de Noël de Claudette Taillefer	3	1	70
Tourtière au cheddar et aux herbes	6	1	118
Tourtière briochée	6	1	90
Tourtière du Lac-Saint-Jean de Juliette	2	1	30
Travers de bœuf au caramel de soya	15	5	92
Wellington minute	5	1	62

	vol	n°	page
Canard			
Bols de riz sauvage, courge, champignons et confit de canard	18	3	73
Brochettes de canard et de pommes glacées au miel	7	5	41
Canard à l'Amarula	10	4	128
Canard à la grenade	12	1	46
Canard à l'érable et au café	14	8	102
Canard aux pêches	1	5	34
Canard braisé au vin rosé	8	5	62
Canard comme à Pékin ou presque	1	2	19
Canard laqué, salade de haricots verts et de légumes marinés	20	5	63
Canard rôti aux haricots blancs et aux bolets avec foie gras poêlé	11	8	121
Canard rôti au miel	8	8	40
Cassoulet classique	22	2	108
Cassoulet de lentilles	12	1	92
Cassoulet du verglas 1998 façon Ricardo	10	3	66
Cassoulet toulousain de Martine Defruty	7	1	136
Club sandwich de canard confit	5	2	76
Crêpes au canard confit	5	2	43
Crêpes au canard confit	16	7	99
Cuisses de canard braisées à la bière	10	3	88
Cuisses de canard braisées à l'orange et à l'anis	24	1	105
Cuisses de canard confites	12	8	88
Foies gras mi-cuit	8	8	46
Gésiers de canard confits, thym et citron	8	8	40
<i>Hot chicken</i> au canard	15	3	74
Magret de canard au miel et aux épices, purée de carottes et sauce à la pomme	21	3	93
Magret de canard, sauce au chocolat et au vin rouge	15	8	138
Magrets de canard à l'orange sanguine	7	2	45
Magrets de canard aux figues et aux épices	2	5	23
Magrets de canard et radicchio aux pommes et à l'érable	5	5	76
Magrets de canard et salade de melon d'eau aux raisins aigres-doux	11	6	51
Magrets de canard fumés	6	5	86
Magrets de canard marinés à l'harissa	9	5	102
Magrets de canard marinés à l'ail et au vinaigre balsamique	8	8	50
Magrets de canard poêlés et pommes de terre sarladaises	21	1	71

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Omelette au confit de canard	7	3	56	Bostocks à la rhubarbe	21	5	112
Orge au canard confit et oignons rôtis	22	3	85	Bouchées glacées de yogourt grec aux fruits rouges	20	7	93
Parmentier de canard braisé	6	2	58	Bouchées de graines et de noix de coco	22	7	53
Pastrami de canard	5	1	48	Bouchées muesli aux fruits séchés	16	3	26
Poitrines de canard aux poireaux et aux oignons rôtis	19	1	114	Boules d'énergie végétaliennes	22	7	27
Rillettes de canard confit à l'oignon	6	1	89	Brioche en couronne aux canneberges et à la cannelle	20	1	31
Rouleaux de printemps au canard confit	6	3	56	Brioches à la cannelle (et à la pomme de terre)	9	4	98
Rösti à la salade de canard confit	6	2	79	Brioches à la crème pâtissière	22	1	160
Salade tendre au canard fumé et aux cerises	7	4	18	Brioches à l'érable	22	4	51
Tartelettes aux poires et aux gésiers de canard	6	3	53	Brioches de carême aux raisins et aux abricots	14	4	76
Toutière au porc braisé et au canard confit	10	1	132	Brioche géante aux abricots, aux fruits de la passion et aux pistaches	23	8	101
Tourte de Noël	3	1	70	Brioches renversées au caramel	15	2	73
Vol-au-vent au canard et aux champignons	8	2	64	Bruschetta aux fruits	9	4	54
Déjeuners/ brunchs				Burrito déjeuner	9	4	56
Abricotines	17	2	112	Burrito déjeuner (2)	13	6	128
Assiette d'agrumes à la vanille	13	2	50	Céréales chaudes aux fruits frais	16	8	63
Assiette de saumon froid à l'aneth	14	4	68	Céréales de riz maison (de type Rice Krispies ^{MD})	21	3	68
Bacon laqué au café et à l'érable	16	2	57	Chaussons aux amandes	9	4	60
Bagels à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	3	53	Confiture de griottes et de poires	15	1	72
Bagels au sésame	15	8	125	Couscous au jus de pomme et aux dattes	6	1	38
Banana split déjeuner	23	1	153	Crêpe soufflée sucrée-salée (<i>Dutch Baby</i>)	21	6	52
Barre déjeuner à la framboise	14	7	24	Crêpes américaines aux bleuets	2	2	20
Barres déjeuner	13	7	20	Crêpes au lait d'asperges	20	4	79
Barres tendres à la banane et au sésame	20	7	84	Crêpes aux bleuets	9	6	98
Beurre d'arachide crémeux	21	7	111	Crêpes aux champignons	9	2	66
Bircher au café	19	2	106	Crêpes à l'œuf miroir	8	3	29
Bol d'açaï	21	3	116	Crêpes bretonnes	2	2	22
Bol-déjeuner au beurre d'amandes et aux dattes	18	3	74	Crêpes de sarrasin à l'eau pétillante	19	4	101
Bol-déjeuner au chia	18	4	58	Crêpes de sarrasin au jambon, aux asperges et au fromage	3	2	16
Bol smoothie aux épinards et aux fruits tropicaux	18	2	88	Crêpes de sarrasin sans gluten aux asperges et aux champignons	17	5	39
Bol-smoothie déjeuner	14	8	133	Crêpes farcies à la ricotta et aux asperges	2	3	11
Bol-smoothie et céréales caramélisées	22	4	30	Crêpes farcies aux champignons et au fromage	22	3	107
Bols aux oeufs brouillés, pommes de terre et bacon laqué à l'érable	18	3	74	Crêpes fines aux graines de lin	4	5	96
Bols déjeuner au kéfir et aux bleuets	16	8	40	Crêpes, petits fruits et sauce au chocolat	22	4	98
Bols de yogourt grec à la vanille, quinoa soufflé au miel, grenade et menthe	19	3	109	Cretons	15	3	59
Bols-smoothie aux framboises et aux amandes	19	4	38	Cretons de porc	1	1	27

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Cretons de volaille	14	1	176	« Grilled cheese » comme une gaufre	14	8	116
Cretons maison allégés	7	1	56	Grignotines de céréales de riz au miel et au sésame	21	3	68
Cretons végétaliens	19	4	90	Gruau choco-noisettes	22	4	31
Croissants à la croustade aux pommes	22	8	65	Gruau d'avoine irlandais aux poires et à l'érable	6	1	38
Croissants à la ricotta et aux oranges confites	18	1	62	Gruau et fruits séchés confits au jus d'orange	20	4	86
Croissants au beurre	17	2	110	Gruau express	19	6	88
Croissants aux amandes	21	2	38	Gruau salé aux champignons	16	3	64
Croissants dorés et caramel au rhum	13	6	56	Gruau sans cuissson aux abricots et au gingembre	22	4	31
Croissants dorés et sauce aux bleuets	4	2	62	Gruau sans cuissson à la saveur de gâteau aux carottes (<i>overnight oats</i>)	20	7	49
Croissants géant aux amandes et aux épices	23	2	103	Jujubes pour sportifs	20	4	89
Croque-madame à la porchetta et aux asperges, sauce Mornay au cheddar	21	4	45	Marmelade de clémentines	21	2	111
Fèves au lard au sirop d'érable à la mijoteuse	9	4	58	Marmelade d'oranges	15	1	173
Fèves au lard nouveau genre	15	1	167	Mélange du randonneur	19	2	76
Fèves sans lard au sirop d'érable	19	4	90	Minibagels au saumon fumé	18	1	62
Fromage cottage fouetté au miel	21	4	41	Mini-crêpes soufflées à la clémentine (<i>Dutch Baby</i>)	20	2	62
Galettes à l'avoine aux trois garnitures	20	7	50	Mini-omelettes au fromage et salade crèmeuse	19	4	31
Galettes à l'avoine fraises-framboises	22	7	89	Muesli aux fruits	8	3	30
Galettes-déjeuner	22	3	88	Müesli Bircher	13	7	20
Galettes de saucisses déjeuner à l'érable	18	2	56	Muffins à la courgette, à la pomme et aux raisins	19	7	56
Galettes de saucisses italiennes maison	9	4	50	Muffins à l'avoine, aux pommes et aux carottes	19	4	38
Garniture croque-monsieur	14	2	36	Muffins anglais maison	9	4	44
Gâteau de crêpes de sarrasin aux saucisses et aux œufs	4	2	64	Muffins au son dans un pot	15	1	70
Gâteau de pancakes à l'érable	24	1	107	Muffins aux bananes	20	4	110
Gaufres	8	3	29	Muffins aux bleuets	21	7	69
Gaufres à la bière blanche (pour œufs et saucisses)	4	5	86	Muffins aux pêches et crumble à la cannelle	21	3	50
Gaufres à la farine de maïs et au cheddar	14	2	36	Muffins «carrés aux dattes»	23	3	40
Gaufres à l'avoine et aux amandes	14	2	34	Muffins déjeuner aux patates douces	14	4	128
Gaufres aux blancs d'oeufs	19	4	105	Nids de patates douces aux petits pois et à l'œuf	16	3	66
Gaufres belges	14	2	34	Œufs à la coque et mouillettes « pain doré »	16	3	63
Gaufres classiques au lait de beurre	14	2	32	Œuf au micro-ondes	5	4	96
Gaufres double chocolat	19	7	54	Œufs au curcuma	4	2	29
Gaufres sans oeufs	21	2	113	Oeufs au plat et légumes au sésame grillé	16	8	32
Granola	9	4	43	Oeufs au plat sur la flamme	10	3	96
Granola à la noix de coco	18	1	64	Œufs Bénédicte	1	2	26
Granola au riz croustillant	19	1	73	Œufs bénédictine à la pancetta,			
Granola au chocolat	13	6	128				
Granola au miel, au chocolat et aux canneberges	23	3	101				
Granola au quinoa	14	8	133				
Gravlax de truite au cidre de glace	13	2	49				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
sauce au fromage	9	4	60	Pain perdu à la noix de coco et ananas caramélisés au sirop d'érable	9	2	22
Oeufs bénédicte au homard sur rösti	10	5	46	Pain perdu aux bananes caramélisées, sauce au chocolat	9	4	49
Oeufs bénédicte (les meilleurs)	12	4	111	Pain sans gluten	20	2	33
Œufs à la florentine	16	3	66	Pains au chocolat (chocolatines)	17	2	113
Œufs à la turque aux courges	20	8	85	Pains ciabattas aux graines	21	6	50
Œufs en coupelles de jambon	4	3	44	Pancakes	23	4	19
Œufs en meurette	2	2	22	Pancakes au chocolat, poires aux épices et caramel au miso	20	1	29
Œufs farcis au saumon fumé	5	3	24	Pancakes au gruau, sauce aux bleuets et aux pommes	9	4	58
Œufs poussins	7	3	114	Pancakes au sirop d'érable et au brunost	13	4	126
Œufs sur nid de patates douces et de saucisses	6	3	32	Pancakes double chocolat	18	3	126
Œufs sur rösti et sabayon au jus de carotte	7	1	59	Pancakes soufflés à la japonaise	21	3	115
Omelettes au cheddar et au chorizo	18	2	55	Pancakes végétaliens à la cannelle	22	2	111
Omelette au saumon mariné, sauce maltaise	5	1	95	Pannetone façon pain doré	15	1	168
Omelette au vieux cheddar et aux pommes	4	2	64	Parfait au chia mangue-ananas	22	7	27
Omelette aux fines herbes et aux asperges	21	5	50	Parfait aux pommes et caramel à l'érable	9	4	42
Omelette aux poireaux et au chèvre	12	8	53	Parfaits-déjeuner coco-mangue aux céréales de riz	19	4	38
Omelette française	19	7	105	Pâte à viennoiseries simplifiée	17	2	113
Omelette jambon-brocoli	12	7	94	Petits pancakes aux bleuets	18	2	55
Omelette soufflée aux asperges, sauce maltaise	1	3	13	Pouding au pain pommes-chocolatines	9	4	49
Omelettes aux têtes de violon	5	4	118	Pouding au pain salé	6	3	34
Pain à la citrouille et au chocolat	22	7	100	Poutine déjeuner	23	1	33
Pain à la courgette, au citron et au pavot	22	7	99	Pots de yogourt grec, prunes rôties et crumble à la noisette	20	7	93
Pain au fromage et au bacon	23	3	74	Préparation sèche de base pour crêpes aux bleuets	9	6	98
Pain au son et aux raisins	14	2	110	Quiche à l'oignon, au jambon blanc et au kale	14	4	72
Pain aux bananes à cuisson lente	20	3	91	Quiche aux oignons caramélisés, champignons et épinards	19	2	76
Pain aux bleuets	6	3	32	Quiche rösti	13	2	50
Pain aux bleuets et à la noix de coco	22	7	99	Sandwich-déjeuner	19	7	58
Pain aux croissants et au fromage	20	1	155	Sandwich déjeuner à la saucisse	9	4	50
Pain aux raisins à la mijoteuse	14	8	123	Sandwichs de pain doré au beurre d'arachide et à la confiture	22	4	97
Pain brioché aux pistaches	17	2	112	Sandwichs-déjeuner à l'omelette et au cari	20	7	36
Pain brioché aux raisins et à la cannelle	24	1	19	Sandwichs-déjeuner à l'oeuf au plat et à la saucisse	20	7	36
Pain doré au chocolat	23	5	113	Sandwichs-déjeuner aux œufs brouillés et aux champignons barbecue	20	7	35
Pain doré au four à la frangipane	17	1	86	Sauce caramel aux bananes	14	2	34
Pain doré au four à préparer la veille	12	1	84	Scones	1	4	10
Pain doré caramélisé et fraises rôties	22	6	30	Scones (2)	8	5	56
Pain doré croustillant au bacon	17	8	83				
Pain doré en croûte de céréales	18	2	111				
Pain du matin (<i>morning glory bread</i>), beurre fouetté au miel et à la cannelle	22	7	100				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Scones au bacon, au cheddar et à la ciboulette	13	6	126
Scone au lait de coco	16	2	119
Scones aux bleuets	13	6	146
Scones aux framboises	19	6	49
Scones au fromage, chutney de canneberges	24	1	137
Scones aux pacanes et aux épices	9	1	24
Scones feuilletés au miel et à l'orange, beurre au miel brûlé	23	8	96
Scones, tartinade au chocolat blanc et au pamplemousse	22	3	103
Scones végétaliens aux fraises	21	6	103
<i>Scotch eggs</i> (oeufs frits à la saucisse)	14	4	70
Smoothie aux bleuets	23	6	3
Smoothie orange-vanille (<i>creamsicle</i>)	20	5	32
<i>Strata</i> à la saucisse dans un pain	13	2	52
Tarte « bagel tout garni au saumon fumé »	23	4	63
Tarte courtepointe aux asperges, aux oeufs et au jambon	11	4	53
Tartinade à l'avocat et aux pois chiches	21	4	41
Tartinade aux dattes, au cacao et aux arachides	21	4	41
Tartinade choco-noisette	14	8	154
Tartinade de haricots noirs chocolatée	20	3	54
Tartines à la burrata, aux tomates rôties et à l'oeuf frit	20	5	35
Tartines à la confiture « gâteau aux carottes »	19	7	86
Tartine d'oignons, asperge et feta	15	1	167
Tartines à la truite brûlée et à l'oeuf parfait	21	6	49
Tartines aux oeufs et aux champignons	17	8	32
Tartines au beurre, à la dinde fumée et aux tomates cerises	8	7	5
Tofu brouillé	19	4	90
Toast au jambon et à l'oeuf	15	2	50
Trempette au yogourt grec et aux betteraves	20	7	94
Trempette de yogourt grec façon shortcake aux fraises	20	5	96
Trempette végétalienne au yogourt et à l'arachide	22	7	26
Yogourt grec, granola à la cannelle et pommes confites	21	7	108
Yogourt grec, granola caramélisé aux arachides et petits fruits	21	7	107
Yogourt grec, granola croquant et ananas caramélisé	21	7	108

	vol	n°	page
Dinde			
Boulettes de dinde aux épinards	20	4	51
Burgers de dinde et mayonnaise au sriracha	14	6	40
Burgers de dinde aux canneberges	22	6	92
Chili à la dinde et au chipotle	11	2	40
Chili de dinde et de légumes gratiné	15	1	70
Club sandwich réinventé	10	6	72
Confit de dinde	4	1	62
Cuisses de dinde tandoori	10	8	68
Dinde à la soupe à l'oignon	15	8	61
Dinde aux épices et au miel	15	1	123
Dinde et ses trois farces	2	1	36
Dinde farcie au porc et aux champignons	14	1	150
Dinde farcie et oignons rouges caramélisés	5	1	57
Dinde fumée pour sandwich	12	5	126
Dinde pochée à l'orange et à la cannelle	4	1	58
Dindon farci et sa sauce aux canneberges et au gingembre	1	1	27
Dinde rôtie au beurre d'épices	10	1	130
Dinde rôtie au beurre de sauge, sauce au marsala	11	1	138
Dinde rôtie au genièvre, sauce aux oignons rouges	16	1	127
Dinde rôtie frottée au sel	9	1	37
Dinde rôtie, sauce au jus de pommes	12	1	140
Dinde rôtie, sauce au pastis et à l'érable	13	8	112
Dinde rôtie, sauce crémeuse à l'ail confit	24	1	99
Dindon en sauce, garniture de châtaignes	17	1	120
Dindon farci rôti	21	1	85
Dindon laqué à l'érable et au miso	23	1	75
Dindon rôti à la moutarde	10	8	67
Dindon rôti aux poires et au gingembre	22	1	50
Dindon rôti farci au porc et aux fruits séchés	19	1	147
Dindon style shawarma express	16	8	102
Dindon Wellington aux oignons caramélisés, sauce aux champignons	20	1	61
Escalopes de dinde, purée de panais et canneberges au miel	10	1	140
Escalopes de dinde <i>milanesa</i>	12	1	82
Farce au dinde et aux champignons, chapelure aux herbes	23	1	76
Filets de dinde croustillants, sauce miel et moutarde	16	3	85
Galettes de tofu et de dinde au lait de coco	15	6	43
Gratin de dinde forestière	1	1	75

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Guédilles au dindon effiloché, sauce barbecue crémeuse aux épices à steak de Montréal	19	6	65
Mijoté de dindon aux pommes de terre et aux poivrons	18	1	124
Minipâtés au dindon, aux pleurotes et au chou toscan	16	8	102
Pastillas de dinde	16	4	99
Paupiettes de dinde au quinoa, sauce aux courges	7	1	92
Poitrine de dinde rôtie aux pommes, et à la courge, sauce au marsala	11	1	136
<i>Pot pie</i> à la dinde	13	1	80
Quesadillas à la dinde, salsa de tomates et avocats	4	1	110
Ragoût d'orge aux légumes racines et à la dinde	9	1	37
Rôti de dinde à la clémentine	9	1	115
Rôti de dinde à l'ananas	6	1	49
Rôti de dinde à la saucisse et aux canneberges sans gluten, sans produits laitiers, sans noix et sans oeufs	13	1	143
Rôti de dinde à la saucisse et aux pistaches	13	1	130
Rôti de dindon au chorizo et aux herbes	12	1	90
Rôti de dindon sous vide, sauce aux champignons et au chorizo	19	1	79
Rôti de dinde aux dattes et aux clémentines	18	1	114
Rôti de dinde aux canneberges	14	1	52
Rôti de dinde aux canneberges et au porto	2	1	24
Rôti de dinde aux épices farci aux noix	7	1	72
Rôti de dinde aux herbes	15	1	119
Rôti de dinde au ragoût de boulettes	8	1	74
Rôti de dinde farci	3	1	40
Rôti de dinde farci à la californienne	4	1	62
Rôti de dinde farci au porc, sauce aux champignons	14	1	152
Rôti de dinde farci aux poires et aux canneberges	5	1	47
Rôti de dinde farci aux pommes et à la courge, sauce au marsala	11	1	122
Rôti de dinde farci au poireau et au jambon, sauce béchamel au fromage	17	8	108
Rôti de dindon au bacon sous vide	18	5	77
Rôti de dindon aux carottes et aux épices	16	8	100
Rôti de dindon aux pommes et au balsamique	10	8	72
Rôti de dindon de Noël	17	1	43
Sandwich à la dinde			

	vol	n°	page
et chutney aux canneberges	5	1	81
Sandwich à l'effiloché de dindon à tremper	21	1	127
Sandwich chaud de dindon au parmesan	10	8	71
Suprêmes de dinde farcis aux champignons, sauce demi-glacée à la gelée de groseille	2	1	26
Tartine gratinée à la dinde et aux poires	11	8	70
Tetrazzini de dindon	10	8	64
Won-ton à la dinde et à la coriandre	15	4	75
Fondues			
Bouillon à l'ail rôti	8	3	39
Bouillon au lait de coco	8	3	39
Bouillon de bœuf à l'anis et au soya	8	3	39
Fondue au fromage	1	2	16
Fondue au fromage au cidre de glace	6	2	62
Fondue au fromage moitié-moitié (gruyère et vacherin)	14	4	174
Fondue au fromage suisse	10	3	29
Fondue au gruyère et aux morilles	14	4	174
Fondue aux fromages du Québec	17	2	44
Fondue chinoise au curcuma	5	2	50
Fondue chinoise de la mer	19	2	80
Fondue chinoise en sauté	8	3	46
Fondue japonaise (shabu-shabu)	17	2	45
Fondue parmesan aux trois fromages	8	1	63
Gibier			
Biftecks de viande sauvage, sauce forestière au whisky	2	1	48
Bison, sauce au thé	4	3	83
Burgers de bison au bacon et céleri rémoulade	18	5	100
Brochette d'autruche, sauce chimichurri	4	3	82
Brochettes de lapin au cari et au concombre à la lime	13	6	24
Cuisses de lapin grillées au BBQ, sauce vierge aux légumes	12	6	70
Cailles au thé noir et à l'anis étoilé	15	5	103
Cailles confites	12	8	96
Faisan et légumes rôtis, sauce aigre-douce	12	8	94
Lapin à la pancetta et aux champignons	4	1	114
Lapin à la moutarde	14	8	104
Lapin au citron et au parmesan	10	8	103
Lapin au septième ciel	8	2	76
Lapin (ou poulet) aux olives			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
et aux coeurs d'artichaut	1	3	13
Lapin aux pommes	4	5	43
Lapin aux prunes	2	5	36
Lapin braisé à la bière	11	8	142
Pain de viande en croûte	16	1	131
Perdrix à la Rob Roy	4	5	115
Perdrix au vin rouge	12	8	88
Pintade rôtie et pois chiches aux poivrons caramélisés et aux raisins secs	12	8	94
Polenta grillée au lapin et aux tomates cerises	12	6	70
Rôti de cerf d'Anora Lia Collier	23	5	102
Rôti de chevreuil aux légumes d'automne	6	5	84
Steaks de cerf sauce grand veneur	4	1	74

Légumineuses

Asperges grillées, hummus de betteraves et pois chiches au cari	14	6	42
Aubergines grillées et pois chiches au cari	21	5	84
Bols de patates douces, pois chiches à l'harissa et yogourt à l'avocat	19	3	110
Bol-repas au riz brun, lentilles, carottes et raisins	15	7	37
Boulettes végétariennes	9	2	54
Burritos végétariens aux haricots noirs	18	4	106
Cari d'aubergines, de tofu et de pois chiches	13	2	57
Cari de lentilles et de courge à l'autocuiseur	17	7	61
Cari de lentilles et d'épinards	13	4	70
Cari de pois chiches et de chou-fleur	19	6	87
Cari de pois chiches et de courge aux amandes	22	4	21
Carottes rôties, couscous aux lentilles et feta	20	8	83
Casserole de haricots blancs et de saucisses	19	8	22
Casserole de haricots de Lima, sauce verte au lait de coco	22	7	45
Chili à l'indienne	18	7	23
Chili blanc végétarien	6	5	18
Chili express aux haricots pinto	1	2	62
Chili végé aux haricots noirs	11	2	44
Chili végétarien	3	2	75
Chili végétarien aux edamames	17	7	30
Chou braisé aux haricots blancs	21	3	52
Couscous marocain végétarien	6	2	39
Couscous repas	10	3	96

	vol	n°	page
Dahl	11	2	85
Dahl aux spirales de patates douces	19	7	81
Falafels	13	8	94
Fèves au lard	6	3	69
Fèves au lard au sirop d'érable	3	3	38
Fèves au lard au sirop d'érable à la mijoteuse	9	4	58
Frittata mexicaine aux haricots noirs	7	5	86
Galettes de falafel aux saveurs péruviennes	19	3	99
Galettes de pois chiches	8	1	98
Guédilles végés aux pois chiches	21	6	25
Hamburgers aux lentilles	9	7	114
Haricots blancs	14	7	60
Haricots blancs au bouillon cuits au four et oeufs mollets	21	2	69
Haricots blancs au bouillon cuits au four et oeufs mollets (2)	23	3	70
Lentilles	14	7	62
Lentilles béluga au chorizo et au vin rouge, écrasé de courge	22	8	65
Parmentier aux lentilles sans produits laitiers	20	8	31
Plaque de légumes racines et de pois chiches au cari, sauce à la mangue	21	3	24
Pois chiches rôtis, blé mou et légumes marinés	14	5	101
Quesadillas végétariennes	8	4	55
Ragoût de lentilles et de haricots	14	8	102
Ragoût de lentilles aux champignons, légumes rôtis	23	8	78
Rôti de Trinidad aux pois chiches	16	8	66
Salade d'asperges et de pois chiches avec fromage halloumi grillé	14	5	42
Samosas déconstruits et cari de pois chiches	17	4	33
Tacos de pois chiches rôtis à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	1	28
Tortillas farcies aux haricots noirs (<i>taquitos</i>)	22	5	24
Tourtière sans viande aux pois chiches et aux champignons	7	1	88
Tostadas végétariennes	10	7	113
Végé burger aux haricots noirs, chermoula et champignons	15	5	70
Végé burgers aux pois chiches et aux légumes rôtis	18	4	63
Végé-pâté	9	7	92

Marinades pour barbecue

Assaisonnement à steak	9	6	92
------------------------	---	---	----

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Basilic dans le sel	9	7	56
Escale au Pérou	19	3	97
Escale au Portugal	19	3	97
Escale aux caraïbes	19	3	97
Épices à steak de Montréal	13	5	41
Épices à steak sans sel	17	6	59
Épices tandoori	13	4	80
Marinade asiatique	1	4	28
Marinade asiatique (2)	3	4	26
Marinade aux herbes	3	4	22
Marinade à frotter « style américain »	1	4	23
Marinade à frotter « style asiatique »	1	4	23
Marinade à l'américaine	5	4	41
Marinade à la bière mexicaine	7	4	61
Marinade à la mélasse et au citron vert	7	4	55
Marinade asiatique	7	4	82
Marinade à frotter au laurier	7	5	17
Marinade à l'indienne	5	4	42
Marinade au lait de beurre	12	8	72
Marinade au yogourt épice	13	4	78
Marinade balsamique	7	4	72
Marinade barbecue	7	4	52
Marinade bourguignonne	7	4	67
Marinade italienne	5	4	42
Marinade japonaise	5	4	41
Marinade « jerk » (jamaïcaine)	5	4	42
Marinade italienne	1	4	28
Marinade lime et miel	7	4	63
Marinade Margarita	7	4	75
Marinade passe-partout	7	4	65
Marinade sèche de base	16	5	93
Marinade shish taouk	1	4	28
Marinade teriyaki	3	4	22
Marinade thaïe	5	4	42
Méditerranéenne	3	2	55
Mélange d'épices pour cari	13	4	84
Pâtes de cari	13	4	82
Rub rooibos	10	4	123
Sauce à laquer japonaise pour brochettes de porc	11	4	138
Sauce barbecue	1	4	28
Sauce barbecue aux fruits	14	6	74
Sel à frotter barbecue	1	4	26

	vol	n°	page
Sel aux herbes	HSP		61
Sel aux herbes et à la fleur d'ail	17	4	47
Sel aux herbes fraîches et à l'ail	19	6	42
<i>Oeufs</i>			
Bols à l'oeuf mollet, fromage cottage, betteraves, houmous et pitas grillés	18	3	73
Burrito déjeuner	9	4	56
Cari de lentilles et de pommes de terre	9	8	37
Cari d'oeufs aux légumes	22	8	25
Casserole d'oeufs aux poireaux (chakchouka verte)	20	4	54
Club sandwich à l'oeuf et à l'aubergine	6	2	72
Frittata à la courgette et aux tomates séchées	20	4	23
Frittata à la laitue	12	3	76
Frittata à la patate douce et au poivron	17	3	32
Frittata aux artichauts	1	5	49
Frittata au brocoli et au fromage en grains	24	1	33
Frittata aux chips et aux oignons caramélisés	21	7	64
Frittata aux épinards et à la feta	21	8	27
Frittata aux légumes verts et au cheddar d'ici	12	7	60
Frittata aux saucisses et au fromage en grains	13	3	94
Frittata aux saveurs de pesto	4	5	25
Frittata aux têtes de violon	4	4	69
Frittata de légumes marinés	8	8	101
Frittata de pâtes	6	1	130
Frittata de pâtes façon pizza	18	3	121
Frittata de pommes de terre à l'oignon	7	2	88
Frittata de pommes de terre au micro-ondes	5	2	34
Frittata di pasta	2	2	63
Galettes de sarrasin, pesto de persil et salade de chou-fleur rôti	13	8	96
Gâteau salé aux œufs et au jambon	3	1	74
Guédilles aux œufs et remoulade de céleri-rave	23	7	48
Miniquiches aux endives et au jambon	5	1	77
Nids de patates douces aux petits pois et à l'oeuf	16	3	66
Oeuf au micro-ondes	5	4	96
Oeufs à la coque et mouillette « pain doré »	16	3	63

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Oeufs à la florentine	16	3	66
Œufs au curcuma	4	2	29
Oeufs au plat et légumes au sésame grillé	16	8	32
Oeufs au plat sur la flamme	10	3	96
Œufs Bénédicte	1	2	26
Œufs bénédicte à la pancetta, sauce au fromage	9	4	60
Oeufs bénédicte au homard sur rösti	10	5	46
Oeufs bénédicte (les meilleurs)	12	4	111
Oeufs brouillés	13	2	24
Oeufs brouillés <i>cacio e pepe</i>	23	7	46
Œufs en cocotte forestière	8	4	40
Œufs en coupelles de jambon	4	3	44
Œufs en meurette	2	2	22
Oeufs farcis	15	1	189
Œufs farcis au saumon fumé	5	3	24
Œufs marinés au soya	17	2	118
Oeufs pochés au poivron et à l'aubergine	17	7	48
Oeufs pochés en sauce tomate	11	2	65
Œufs pochés en sauce tomate à l'indienne	22	4	77
Oeufs pochés, épinards et lentilles	19	2	25
Œufs sur rösti et sabayon au jus de carotte	7	1	59
Omelette au chèvre frais	8	5	47
Omelette au four	3	3	40
Omelette au saumon mariné, sauce maltaise	5	1	95
Omelette au vieux cheddar et aux pommes	4	2	64
Omelette aux artichauts	10	8	128
Omelettes aux blancs d'oeufs et salade de kale	16	6	86
Omelettes aux champignons et chapelure aux herbes	16	4	66
Omelette aux courgettes, aux petits pois et à la feta	12	2	86
Omelette aux courgettes et aux pommes de terre rissolées	14	4	126
Omelette aux poireaux et au chèvre	12	8	53
Omelette aux tomates, à la mozzarella et au pesto	20	8	20
Omelette de chou, de lard et de fruits de mer (<i>okonomiyaki</i>)	11	4	134
Omelette jambon-brocoli	12	7	94
Omelette rustique	6	3	69
Omelette soufflée au cheddar,			

	vol	n°	page
popcorn à l'érable	22	4	50
Omelette soufflée aux asperges, sauce maltaise	1	3	13
Omelette soufflée mexicaine	15	4	43
Omélettes aux têtes de violon	5	4	118
Pitas aux aubergines et à l'oeuf (sandwich sabich)	18	4	100
Pita-pizza à l'aubergine et à l'oeuf	13	3	47
Quiche à l'oignon, au jambon blanc et au kale	14	4	72
Quichettes au poireau et triple crème avec salade de petits pois à la menthe	15	4	73
Roulade d'omelette aux épinards	2	3	30
Sandwich à l'œuf au plat	5	3	83
Sandwich aux oeufs et aux crevettes nordiques	17	7	34
Strata au poireau, au jambon et à la mimolette	22	2	63
Strata vide-frigo	9	2	59
Tostadas à l'oeuf frit et sauce barbecue	18	4	32
Tostadas aux oeufs frits, purée de haricots noirs	22	7	51
<i>Oies, pintades et autres volailles</i>			
Assiettes de grillades surf and turf	14	5	116
Cailles au cari	4	4	90
Cailles confites	12	8	96
Cailles et poires, sauce aux épices	8	8	92
Cailles rôties, sauce aux cerises et au vin rouge	10	3	42
Faisan et légumes rôtis, sauce aigre-douce	12	8	94
Oie de Noël de Jean-François Lépine	3	1	42
Perdrix au vin rouge	12	8	88
Pintade braisée au vin rouge	2	1	48
Pintade rôtie à la grenade	6	2	31
Pintade rôtie aux herbes	3	1	43
Pintade rôtie aux pois chiches aux poivrons caramélisés et aux raisins secs	12	8	94
Pintade saumurée à la mélasse	8	8	96
<i>Pâtes alimentaires</i>			
Agnolotti à la courge, sauce aux cèpes	14	7	96
Bolognaise minute	10	1	79
Bouillon pour tortellinis	21	3	83
Bucatinis au poireau, au bacon et aux noix de pin	13	7	77
Bucatinis aux tomates et aux mactres			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
de Stimpson	20	5	86	Fusillis à la courge et prosciutto croustillant	16	7	103
<i>Cacio e pepe</i>	19	8	102	Fusillis à l'ail, au citron et aux anchois	18	6	54
Cannellonis à la viande « ragoût de boulettes »	18	1	112	Fusillis aux moules et au cari	5	4	69
Cannellonis aux champignons	1	5	53	Fusillis farfelus	2	1	52
Cannellonis de truite et salade de fenouil	13	5	130	Fusillis gazpacho	4	4	93
Cannellonis ricotta-épinards, sauce rosée	15	1	45	Gemellis à la sauce tomate, aux haricots blancs, au fenouil et aux saucisses	9	8	118
Capellinis à la crème (Vers blancs)	6	5	H-14	Gemellis à la saucisse et aux poivrons	22	7	75
Capellinis aux moules grillées et persillade aux anchois	14	6	39	Gemellis au porc, au maïs et au cheddar	11	1	64
Casserole de nouilles au thon	21	3	47	Gemellis aux palourdes, au maïs et au bacon	5	4	77
Casserole de pâtes à la ricotta et aux épinards	23	3	23	Gemellis crémeux au poulet	17	3	28
Carbonara au brocoli	15	1	47	Gnocchis à la crème d'ail	5	2	84
Cavatellis à la saucisse et aux petits pois	18	1	119	Gnocchis à la morue, aux oignons verts et aux petits pois	23	4	30
Cavatellis à la saucisse et aux poivrons	21	1	73	Gnocchis à la ricotta, chou-fleur caramélisé et chapelure croustillante aux amandes	19	8	37
Cavatellis maison	21	1	73	Gnocchis à la ricotta, sauce au vin rouge et aux champignons	9	8	112
Cocquilles géantes farcies à la ricotta et aux épinards, sauce rosée	18	4	102	Gnocchis à la romaine	1	5	50
Cocquilles au chorizo, aux tomates cerises et au maïs	20	2	21	Gnocchis à la parisienne	6	5	64
Coquilles géantes farcies au veau et aux champignons	6	5	62	Gnocchis à la sauce tomate, aux saucisses et au fenouil tout-en-un	17	7	51
Coquilles géantes farcies aux légumes, sauce crémeuse à la ciboulette	22	4	84	Gnocchis alla puttanesca	3	2	58
Cuisses de canard au ketchup aux fruits	17	8	105	Gnocchis au boeuf et au romarin	22	7	78
Farfallas à la courgette et au yogourt	7	2	20	Gnocchis au chou-fleur caramélisé	16	1	28
Farfallas au boeuf et aux légumes	13	4	87	Gnocchis au fromage, aux courgettes et au chou-fleur	18	4	27
Farfallas au poulet, à la lime et à la menthe	7	5	74	Gnocchis au fromage et à la saucisse	14	1	91
Farfallas au poulet, au brocoli et au cheddar	22	7	76	Gnocchis au fromage crémeux, aux champignons et au bacon	10	7	104
Farfallas au radicchio et aux noix de Grenoble	9	8	118	Gnocchis aux asperges et au jambon	20	4	25
Farfallas aux champignons et chips de pancetta	3	5	80	Gnocchis au poireau et à la saucisse	22	3	19
Farfallas aux légumes et au saumon	2	5	52	Gnocchis au porc effiloché	11	8	88
Farfallas style vol-au-vent	19	7	27	Gnocchis « coquille Saint-Jacques »	19	1	36
Fazzolettis farcis à la ricotta et aux épinards	9	8	109	Gnocchis de betterave	15	8	117
Fettucines Alfredo	4	2	16	Gnocchis de courge, sauce à la crème aux herbes	8	8	68
Fettucines au pesto d'épinards	1	2	75	Gnocchis de pommes de terre	14	7	94
Fettuccines aux anchois, au thon et aux tomates cerises (<i>pasta al tonno</i>)	21	6	80	Gnocchis de ricotta aux épinards	14	7	92
Fettuccines aux champignons et aux noisettes	18	2	27	Gnocchis sans gluten et beurre à la sauge	14	7	65
Fettuccines aux légumes et aux bocconcinis	4	2	17	Gnudis aux herbes (<i>malfatti</i>)	23	7	68
Fettuccines aux petits pois, aux courgettes et au fromage de chèvre	11	3	47	Gratin de macaroni à la purée de carotte	7	2	85

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Lasagne <i>al ragù</i> à la béchamel	16	4	101	Linguines aux palourdes express	21	5	21
Lasagne à la ricotta et aux épinards	20	2	97	Linguines aux trois fromages	3	2	54
Lasagne à la viande	19	8	33	Linguines cajuns aux crevettes	21	2	23
Lasagne à la viande sauvage	11	8	108	Linguines primavera	1	2	68
Lasagna della mia mamma (lasagne de la famille de Marina Orsini)	3	2	56	<i>Mac'n cheese</i> au poulet et au chou-fleur	14	8	138
Lasagne au poulet et béchamel au céleri-rave	17	8	89	Macaronade	6	1	134
Lasagne au poulet réconfortante	9	4	29	Macaronade au porc braisé	11	1	79
Lasagne au poulet, sauce au chou-fleur	13	3	82	Macaronis à la viande style tex-mex	19	5	20
Lasagne aux petits pois et au poisson	11	3	52	Macaronis au fromage à la courge	22	1	27
Lasagne cacciatore	10	7	84	Macaroni au fromage, à la pancetta et à la vodka	12	5	81
Lasagne crémeuse à la courge et au porc rôti	8	8	66	Macaroni au fromage <i>one pot</i>	15	8	85
Lasagne crémeuse aux légumes et aux saucisses	18	2	56	Macaronis au fromage « full cool »	1	2	54
Lasagne crémeuse aux légumes rôtis	13	8	88	Macaronis au fromage sans gluten	22	2	93
Lasagne roulée (<i>rotolo</i>) à la bette à carde et au tofu	16	8	69	Macaronis au « fromage » végétalien	17	7	19
Lasagne-tourtière	12	1	147	Macaronis au pesto et au poulet	17	4	127
Lasagne « tout-en-un » dans une poêle	14	7	120	Macaronis gratinés au fromage	9	3	74
Lasagnes à la citrouille grillée	3	5	45	Macaronis aux tomates et aux saucisses italiennes	9	7	91
Lasagnes à l'aubergine	2	5	63	Manicottis farcis à la ricotta, au cambozola et aux épinards	3	5	81
Lasagne à la mijoteuse	9	2	90	Manicottis farcis au Ciel de Charlevoix	4	5	42
Lasagnes au bœuf braisé	6	2	70	<i>Mezzelune</i> à la ricotta et à la courgette	19	4	82
Lasagnes au caviar d'aubergine et aux poivrons rouges grillés	2	3	81	Nouilles à la crème sure	7	4	65
Lasagnes au poulet	6	3	60	Nouilles asiatiques au porc de style Dan Dan	21	8	41
Lasagnes bolognaise aux champignons	4	5	77	Nouilles asiatiques au porc de style Dan Dan (2)	23	3	71
Lasagnes de poisson au pesto	5	5	40	Nouilles asiatiques aux carottes, sauce aux arachides	HSP		74
Lasagnes fraîches	3	2	56	Nouilles au bœuf épicé et au tamari	19	4	53
Lasagne one pot à la sauce rosée, aux champignons et à la pancetta (<i>alla Gigi</i>)	23	7	77	Nouilles au beurre et à la sauge	5	2	71
Lasagne végé au tofu et aux épinards	19	4	56	Nouilles au poulet et au cari	9	8	68
Lasagnes végétariennes sans pâtes	5	3	101	Nouilles aux asperges, au mascarpone et à la rosette de Lyon	6	3	29
Les meilleures pâtes carbonara	18	2	91	Nouilles aux œufs à la merguez	5	1	88
Linguines à l'oignon caramélisé	22	7	76	Nouilles cantonaises et œufs frits au sésame	21	7	66
Linguines au citron et aux artichauts	20	2	57	Nouilles croustillantes aux légumes et au porc	7	2	75
Linguines au ragoût d'agneau et aux olives	16	8	28	Nouilles de longévité (<i>yì mein</i>)	21	2	98
Linguines au thon et aux olives	6	3	88	Nouilles de riz au boeuf, au cari rouge et aux arachides	23	4	27
Linguines aux fruits de mer	5	2	87	Nouilles de riz au porc et aux légumes	22	3	48
Linguines aux moules safranées	1	5	18	Nouilles froides au sésame et au tofu fumé	23	6	22
Linguines aux palourdes et au chorizo	14	5	118	Nouilles ramen au kimchi et au porc	20	4	26
Linguines aux palourdes et au safran	9	8	105				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Nouilles ramen et oeufs mollets, sauce à l'arachide	22	7	46
Nouilles ramen maison	19	8	106
Nouilles sautées au gingembre rôti	12	7	63
Nouilles sautées aux légumes	17	2	60
Nouilles soba au tofu poêlé	7	3	31
Nouilles soba aux légumes et omelette roulée	18	4	102
Nouilles soba maison	19	8	101
Nouilles soba, sauce aux oignons verts	19	8	101
Nouilles thaïes aux légumes	5	4	77
Nouilles udon au poulet et oignons rôtis au cari	18	3	28
Nouilles udon au tofu et aux haricots verts	20	7	25
Nouilles vietnamiennes	4	4	44
<i>One pot</i> de gnocchis aux légumes	21	5	52
Orecchiettes à la saucisse et aux rapinis	5	4	76
Orecchiettes au poulet, aux olives et aux champignons	12	2	86
Orecchiettes aux pois chiches et au brocoli	23	5	34
Orecchiettes aux petits pois, labneh, menthe et chips de pancetta	21	6	80
Orecchiettes aux tomates fraîches, crevettes et pancetta	9	8	115
Orecchiettes primavera	17	2	33
Orzo à la bette à carde	5	5	69
Orzo au chou-fleur, au maïs et au bacon	22	7	76
Orzo aux champignons	8	4	84
Orzo aux crevettes et au chorizo	16	3	30
Orzo aux tomates séchées	3	5	81
Orzo <i>one pot</i> au pesto et aux courgettes	23	7	78
Pad thaï (le meilleur)	13	4	93
Pad thaï au tempeh croustillant et au brocoli	18	4	63
Pad thaï aux crevettes	11	2	72
Pad thaï aux crevettes et au citron vert	4	5	50
Pad thaï sans arachides et sans oeufs	12	2	89
Pappardelles à la courge et aux tomates rôties	13	4	37
Parp padelles au boeuf braisé, au porto et au fromage bleu	10	8	108
Pappardelles au boeuf braisé et à la courge	17	8	104
Pappardelles au citron et aux crevettes nordiques	21	6	82
Pappardelles au lapin braisé	9	8	106
Papardelles au lapin braisé (2)	19	3	32
Pappardelles au ragoût de veau et			

	vol	n°	page
tomates cerises confites	15	3	111
Pappardelles au saumon et au shiitakes	15	8	36
Pappardelles aux boulettes de porc et aux champignons	23	1	109
Pappardelles, sauce ragù au jambon et au radicchio	23	4	56
<i>Pastitsio</i>	21	2	72
Pâte fraîche à raviolis	12	3	104
Pâte fraîche aux jaunes d'oeufs	14	7	82
Pâte fraîche aux oeufs	21	3	83
Pâtes « <i>one pot</i> » aux tomates séchées et aux épinards	15	7	115
Pâtes à l'ail et à l'huile (<i>aglio e olio</i>)	19	6	86
Pâtes à la chaudrée de crevettes et de maïs	22	6	61
Pâtes à la courge et à la crème aux herbes (<i>fettuccine alla zucca con crema alle erbe</i>)	15	4	39
Pâtes à la crème au saumon	9	5	65
Pâtes à la dinde et au cari	1	1	75
Pâtes alla Norma	6	5	58
Pâtes à la fondue d'oignon et aux moules (<i>bigoli in salsa veneziana con cipolle e cozze</i>)	18	3	55
Pâtes à la pancetta et aux épinards	10	3	37
Pâtes à la piperade	7	5	77
Pâtes à la ricotta et à la saucisse	15	4	39
Pâtes à la sauce à la viande (<i>rigatoni al ragù di carne</i>)	18	3	55
Pâtes à l'espadon et à l'aubergine (<i>busiate alla siciliana con pesce spada e melanzane</i>)	18	3	56
Pâtes all'amatriciana (tomate et pancetta) (<i>bacuatin all'amatriciana</i>)	18	3	56
Pâtes à l'aubergine, au kale et à la pancetta	23	8	34
Pâte à raviolis aux épinards	4	3	74
Pâtes au boeuf, aux champignons et aux arachides	20	1	26
Pâtes au boeuf braisé aux oignons à la provençale	11	7	114
Pâtes au chou et aux champignons	10	8	154
Pâtes au citron, au poivre et au parmesan reggiano	3	5	82
Pâtes au crabe, au citron et aux asperges	11	5	78
Pâtes au porc braisé à la moutarde	19	3	18
Pâtes crémeuses à la citrouille	23	8	63
Pâtes fraîches	19	4	82
Pâtes fraîches de Christina	11	5	64
Pâtes au citron, au jambon et à la roquette	21	3	24
Pâtes au fromage cottage et aux légumes	6	2	18

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Pâtes au gorgonzola, au fenouil et au speck (<i>garganelli con gorgonzola, finocchio e speck</i>)	18	3	54	Pâtes aux tomates farcies	10	8	49
Pâtes au homard	19	5	67	Pâtes aux tomates cerises confites, gremolata	23	5	64
Pâtes au maïs, à la fleur d'ail et à la burrata	23	7	90	Pâtes aux tomates séchées et aux noix de pin	7	3	32
Pâtes au maïs et aux petits pois	1	5	20	Pâtes carbonara	10	4	54
Pâtes au pesto, aux tomates crues et à la burrata	19	6	42	Pâtes crémeuses au miso et aux champignons	21	4	94
Pâtes au pesto de petits pois, épinards et citron	14	4	48	Pâtes crémeuses aux tomates cerises sans produits laitiers	21	7	59
Pâtes au pesto et au poulet	5	2	87	Pâtes crémeuses sans produits laitiers	21	3	71
Pâtes au poulet citronnées au persil	9	6	77	Pâtes de blé entier aux légumes	5	2	24
Pâtes au poulet piccata	7	2	32	Pâtes en pot	13	1	168
Pâtes au poulet et au miso	10	3	31	Pâtes façon risotto au Saint-Honoré	10	8	110
Pâtes au ragoût de porc à la mijoteuse	21	2	71	Pâtes fraîches	1	2	68
Pâtes au saumon et aux pignons	1	1	46	Pâtes fraîches à la semoule de blé dur	15	6	87
Pâtes au saumon fumé et au « caviar »	2	1	29	Pâtes fraîches à raviolis	12	8	98
Pâtes au saumon, sauce crémeuse à la courgette	21	7	26	Pâtes fraîches aux poivrons et aux crevettes nordiques	11	8	73
Pâtes au thon, aux oignons caramélisés et au kale	22	2	25	Pâtes italiennes aux fruits de mer	8	4	118
Pâtes aux champignons et au boeuf braisé	20	8	80	Pâtes rustiques maison	10	8	136
Pâtes aux champignons séchés et au porc braisé (<i>mafaldine al sugo di funghi e maiale</i>)	18	3	57	Pâtes rustiques maison (<i>p/c</i>)	14	7	154
Pâtes aux courgettes et à la pancetta	20	3	24	Pâtes soba aux arachides et au poulet	4	5	25
Pâtes aux crevettes et aux olives « j'ai tout à la maison »	14	4	105	Pâte translucide à dim sum	2	3	60
Pâtes aux légumes et aux crevettes	13	4	115	Pennes à la pancetta, aux petits pois et aux amandes	20	5	17
Pâtes aux moules et au chorizo	3	5	81	Pennes à la Romanoff sans crème	5	2	108
Pâtes aux petits pois et au saumon	16	5	34	Pennes à la sauce rosée végétalienne au tofu soyeux	23	2	77
Pâtes aux petits pois, à la courgette et à la ricotta (<i>tubettini e piselli, con zucchina e ricotta</i>)	18	3	54	Pennes à la sauce tomate au four	2	5	18
Pâtes aux poivrons confits et aux asperges	14	4	132	Pennes à la saucisse italienne et à l'aubergine	16	7	59
Pâtes aux saucisses, au poivron et au fromage	22	5	24	Pennes à la tunisienne	8	4	52
Pâtes aux saucisses et aux courgettes	16	2	33	Pennes all'amatriciana	5	2	85
Pâtes aux saucisses et aux légumes verts grillés	7	4	53	Pennes all'arrabiata aux crevettes	7	5	24
Pâtes aux saucisses, au poireau et aux épinards	24	1	34	Pennes au canard confit et aux légumes verts	9	4	70
Pâtes aux tomates, aux haricots blancs et au fromage	4	3	36	Pennes au fromage bleu et aux noix de Grenoble	6	2	78
Pâtes aux tomates confites et au chorizo	18	7	48	Pennes au poulet et au gruyère	8	1	96
Pâtes aux tomates et aux crevettes	8	7	37	Pennes au poulet et au poireau	5	2	70
Pâtes aux tomates et aux poivrons rôtis (<i>ziti al pomodoro e peperoni arrostiti</i>)	18	3	57	Pennes au ragoût de boeuf à la betterave et au vin rouge	19	8	103
				Pennes aux asperges, au jalapeno et au cheddar	13	1	62
				Pennes aux champignons et			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
à la pancetta (<i>penne alla Gigi</i>)	20	8	23
Pennes aux tomates et aux saucisses italiennes	12	5	61
Pennes de blé entier à la courge et au cheddar	15	2	29
Pennes de blé entier, haricots verts, à la pancetta et aux noix	10	8	151
Pennes de blé entier, asperges et chorizo	8	8	28
Pennes genevoises	8	5	60
Pennes maison à la betterave	19	8	103
Pennes pizza	7	3	54
Pennes, sauce végétarienne aux lentilles rouges	21	4	26
Pierogis	12	2	124
Pierogis au brocoli et au bacon	20	4	52
Pierogies aux champignons et à la choucroute	18	4	104
Porc braisé et rigatonis à l'oignon	13	8	110
Poivrons farcis aux pâtes	18	3	121
Raclette de raviolis à la crème	14	3	55
Raviolis à la bette à carde et à la ricotta	17	2	90
Raviolis à la sauce tomate et à l'aubergine	19	2	22
Raviolis à la saucisse et à la ricotta	12	3	102
Raviolis au boeuf, sauce aux champignons	22	2	33
Raviolis au fromage	8	3	55
Raviolis au fromage et au saumon fumé	19	7	82
Raviolis au pesto de kale	20	7	21
Raviolis aux cailles confites, à la ricotta et au citron	12	8	98
Raviolis d'aiglefin poêlés au beurre de sauge	4	3	74
Raviolis de homard, sauce au beurre au homard	9	6	72
Raviolis gratinés à la ratatouille	15	7	115
Rigatonis à la caponata	21	6	78
Rigatonis à la sauce tomate, jarret de porc et boulettes de saucisses à la mijoteuse	19	2	82
Rigatonis à l'aubergine	10	8	154
Rigatonis à la sauce Romanoff	20	4	53
Rigatonis à la sicilienne	7	5	92
Rigatonis au porc, au citron et aux épinards	12	4	61
Rigatonis au prosciutto fumé, rapinis et zeste d'orange	9	8	116
Rigatonis au reste de ratatouille	5	5	70
Rigatonis au tofu et aux champignons	22	8	23
Rigatonis aux tomates, aux saucisses			

	vol	n°	page
et au pecorino (<i>pasta alla zozzona</i>)	23	7	69
Rigatonis aux boulettes de poulet à l'aneth	21	8	70
Rigatonis aux champignons et aux amandes	23	3	57
Rigatonis, sauce crémeuse au chou-fleur et au poulet	21	1	25
Rigatonis « trempette aux artichauts »	23	4	65
Rotinis aux légumes grillés gratinés à la mozzarella fraîche	9	5	71
Sauce à spag'	12	7	94
Sauce à spaghetti	9	7	113
Sauce à spaghetti au four	15	1	74
Sauce à spaghetti aux côtes levées	10	7	54
Sauce au fromage et au jambon	4	2	98
Sauce au porc braisé	10	8	136
Sauce aux boulettes de viande de tante Nancy	3	2	21
Sauce aux boulettes de viande en deux versions	4	2	98
Sauce aux saucisses italiennes	4	2	98
Sauce aux tomates et boulettes	10	7	58
Sauce aux tomates fraîches	9	7	41
Sauce aux tomates grillées et au thon	3	5	53
Sauce aux tomates grillées sur le barbecue	3	5	50
Sauce bolognaise	4	5	77
Sauce bolognaise à l'aubergine et aux champignons	16	2	53
Sauce bolognaise à l'autocuiseur	17	7	63
Sauce bolognaise (la meilleure)	14	7	47
Sauce bolognaise sans viande	6	2	40
Sauce rosée au romarin	14	7	92
Sauce rosée aux tomates grillées	3	5	53
Sauce rosée pour pâtes	3	3	53
Sauce tomate à l'ail et aux piments (<i>salsa all'aglione</i>)	14	7	154
Sauce tomate aux boulettes de viande	9	2	54
Sauce tomate avec tomates en conserve	6	5	56
Sauce tomate avec tomates fraîches et machine	6	5	56
Sauce tomate avec tomates fraîches sans machine	6	5	56
Sauce tomate de base rapide	1	5	52
Sauce tomate (en pots)	1	5	65
Sauce tomate et origan	14	7	94
Sauce vierge au persil	14	7	116
Spaghettinis à la morue et aux haricots verts	16	6	34

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Spaghettinis aux tomates confites	1	5	50	Spaghettis express à la tomate et au thon	12	1	80
Spaghettinis aux tomates confites (2)	9	8	74	Spaghettis gratinés au veau et aux champignons	13	8	64
Spaghettis à l'aiglefin et au citron	14	2	45	Spaghettis gratinés aux champignons	8	2	43
Spaghettis à l'ail et aux tomates fraîches	8	2	42	Spaghettis Jambalaya	6	5	60
Spaghettis à la boulette géante	12	2	74	Spaghettis <i>one pot</i> aux moules et au poireau	23	2	21
Spaghettis à la fleur d'ail et à l'huile d'olive (<i>aglio e olio</i>)	17	4	49	Spaghettis, sauce bolognaise	1	5	53
Spaghettis à la sauce <i>cacciatore</i>	23	3	39	Spaghettis, sauce ragù épiceée au porc et aux anchois	22	3	76
Spaghettis à la sauce tomate piquante	10	8	152	Spaghettis sauce tomate au cantaloup	8	6	30
Spaghettis al brocolli	6	2	42	Spaghettonis aux boulettes de poulet au pesto	6	5	32
Spaghettinis alla puttanesca	6	5	62	Spaghettonis <i>cacio e pepe</i> aux œufs	16	3	64
Spaghettis <i>alle vongole</i>	18	6	81	Spaghettonis carbonara au maïs	21	6	78
Spaghettis au bacon, au piment et au pecorino	12	3	71	Spaghettonis maison à la semoule de blé	19	8	102
Spaghettis au chou	15	3	117	Spätzles (pâtes fraîches alsaciennes)	6	1	102
Spaghettis au homard (les meilleurs)	23	5	22	Spätzles à la roquette et au poulet	13	5	50
Spaghettis au pecorino et à la tomate fraîche	18	5	25	Tagliatelles à la crème de noix de Grenoble	17	3	93
Spaghettis au pesto, aux artichauts et aux tomates cerises	15	5	43	Tagliatelles au fenouil, aux raisins et aux croûtons de parmesan	17	5	34
Spaghettis au pesto de roquette	6	5	46	Tagliatelles au féta et aux asperges	3	3	20
Spaghettis au saucisson et aux épinards	11	4	94	Tagliatelles au poulet, aux olives et au citron confit	19	8	105
Spaghettis au thon et aux artichauts	2	3	70	Tagliatelles aux choux de Bruxelles	14	8	104
Spaghettis au thon et aux champignons	13	2	64	Tagliatelles aux crevettes et au fenouil	22	7	75
Spaghettis au vin rouge	17	3	70	Tagliatelles aux truffes	9	8	111
Spaghettis aux anchois, olives et pain grillé	9	8	105	Tagliatelles maison	19	8	104
Spaghettis aux asperges et aux crevettes	19	4	31	Tagliatelles maison (sans machine électrique)	19	8	105
Spaghettis aux boulettes à l'aubergine et à la sauce tomate	17	8	30	Tagliatelles sans gluten	20	8	37
Spaghettis aux champignons	8	3	54	Tagliatelles, sauce bolognaise au thon	21	7	53
Spaghettis aux fruits de mer	15	2	71	Tortellinis au bouillon (<i>tortellini in brodo</i>)	21	3	84
Spaghettis aux milles herbes	12	4	69	Tortellinis au fromage tout-en-un	17	1	35
Spaghettis aux moules sur le barbecue	12	6	56	Tortellinis express	8	2	43
Spaghettis aux tomates cerises et aux courgettes	14	7	33	Tortellonis à la ricotta (<i>tortelloni alla ricotta</i>)	21	3	80
Spaghettis aux tomates fraîches et aux artichauts	9	1	97	Vermicelles froids aux crevettes	15	7	32
Spaghettis aux petits pois et au basilic	HSP						
Spaghettinis carbonara	1	2	75	Pizzas			
Spaghettis carbonara aux asperges et au prosciutto	5	3	84	Calzone aux légumes et au salami de Calabre (calabrese)	2	2	16
Spaghettinis carbonara version santé	1	2	75	Calzones grillés au poulet sauce barbecue	5	4	38
Spaghettis collés	12	8	61	Croutes à pizza à congeler	10	7	48
Spaghettis de blé entier aux légumes grillés et à la feta	8	8	25	Foccacia à la pomme de terre et à la viande fumée	14	5	56
Spaghettis et courgettes sauce rosée	16	7	82	Foccacia aux courgettes, à la roquette et			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
aux amandes grillées	17	5	106	Pizza aux trois fromages	2	2	12
Pain naan aux légumes	14	8	78	Pizza avec croûte de chou-fleur	18	7	31
Pâte à pizza	5	4	38	Pizza blanche aux courgettes, à la truite et aux crevettes	15	6	111
Pâte à pizza (2)	9	5	106	Pizza César	18	7	49
Pâte à pizza (3)	15	6	111	Pizza croûte mince au fromage frais	6	2	18
Pâte à pizza (4)	22	4	94	Pizza <i>deep dish</i> aux tomates	23	7	70
Pâte à pizza (à la main)	21	5	64	Pizza extra viande	15	6	111
Pâte à pizza à la <i>poolish</i>	19	5	71	Pizza froide à la tomate	20	3	43
Pâte à pizza croûte mince	14	7	80	Pizza hawaïenne sur le barbecue	20	6	77
Pâte à pizza à la bière	4	5	87	Pizza margherita croûte mince	14	7	80
Pâte à pizza de base	11	6	100	Pizza merguez et hummus	14	5	34
Pâte à pizza maison	2	2	12	Pizza minute	12	8	69
Pâte à pizza maison (2)	4	1	122	Pizza-pita à la courge et au bacon	16	2	35
Pâte à pizza pour 8	17	4	87	Pizza sans gluten	23	7	24
Pâte à pizza pour 8 (2)	19	6	46	Pizza sans lactose, sans protéines bovines et sans gluten	12	6	73
Pâte à pizza pour quatre	20	2	29	Pizza sur pain naan	8	2	52
Pissaladière	13	3	65	Pizza sur pains naans aux légumes marinés et aux œufs au barbecue	19	5	32
Pita-pizza à l'aubergine et à l'oeuf	13	3	47	Pizza toute garnie façon Ricardo	11	6	106
Pizza all'uovo	8	4	37	Pizza végé toute garnie	18	4	31
Pizza à l'aubergine, à l'ail et au provolone	2	2	14	Pizzas à la burrata et aux tomates confites	21	5	65
Pizza à l'aubergine et à la pancetta	11	6	102	Pizzas à la mortadelle	21	5	64
Pizza antipasti	16	5	60	Pizzas au capicollo et aux poivrons	10	7	86
Pizza à la courgette et au saumon fumé sur pita	18	5	22	Pizzas au maïs sur pains naans	21	7	48
Pizza à la crème de brocoli	17	4	87	Pizzas au poulet et à la coriandre	10	7	84
Pizza à la crème de parmesan et à la saucisse	14	2	77	Pizzas au poulet sur pains naans	20	1	26
Pizza à la poêle	18	2	118	Pizzas aux endives, au saucisson et aux pêches	9	6	68
Pizza à la ratatouille et aux saucisses	9	7	43	Pizzas aux légumes grillés et au prosciutto	21	5	65
Pizza au barbecue	1	4	30	Pizzas blanches à la crème sure sur pains naans	23	3	94
Pizza au boeuf et aux poivrons au barbecue	11	6	106	Pizzas fines au jambon de Bayonne et à la roquette au barbecue	8	5	71
Pizza au canard séché, aux figues et au cresson	11	6	102	Pizzas pochettes	3	3	54
Pizza au poulet, aux tomates séchées et à la coriandre	2	2	16	Pizzas pochettes toutes garnies	11	3	37
Pizza au saucisson, au poivron et au maïs	9	5	98	Pizzas sur pains naans au barbecue	22	7	18
Pizza au saumon fumé	2	2	14	Sauce à pizza	2	2	12
Pizza au smoked meat sur le barbecue	18	5	100	Tartes alsaciennes (flammekueche)	4	1	122
Pizza aux aubergines et à la tartinade de poivrons grillés	20	5	22	Tarte flambée (flammekueche)	6	1	102
Pizza aux champignons	22	4	93	Tarte flambée alsacienne au gruyère (flammekueche)	17	8	105
Pizza aux crevettes <i>fra diavolo</i>	11	6	104	Tortilla au chorizo	15	3	69
Pizza aux fruits de mer et aux herbes fraîches	11	6	90	<i>Tronchetti</i> aux trois fromages (calzones)	11	6	104
Pizza aux pommes de terre et au romarin	19	5	71				

	vol	n°	page
Poissons et fruits de mer			
Aiglefin à la César	20	7	25
Aiglefin au citron et aux capres, salade de fenouil et de concombres	19	8	19
Aiglefin en croûte de noix de pin, sauce au basilic	6	5	48
Aiglefin sur poêlée de pommes de terre aux olives	7	3	55
Aiglefin sauce aux abricots	6	2	69
Assiette de grillades <i>surf and turf</i>	14	5	116
Assiette de saumon froid à l'aneth	14	4	68
Bar grillé à la tapenade tomatée	1	5	93
Bâtonnets de poisson	3	3	56
Blanquette de lotte	4	2	83
Bol aux edamames et saumon	15	6	43
Bol de riz vinaigré et poisson cru (<i>sukimi don</i>)	11	4	134
Bol de riz vinaigré et poisson cru (<i>sukimi don</i>) (2)	19	3	46
Bol express de saumon mariné au miso et au miel	20	1	25
Bol <i>poke</i>	16	8	110
Bol poké au thon et à l'ananas	17	6	48
Bol poké aux crevettes épicées	18	3	76
Bols de nouilles ramen et saumon à la sauce hoisin	20	8	24
Bols de riz au saumon épicé	22	7	56
Bols de saumon, quinoa, courgettes et patates douces	18	3	73
Bols « tacos de poisson »	21	6	25
Bouchées de saumon laqué à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	4	24
Bouillabaisse	16	4	93
Bouillabaisse rapide	5	2	75
Brochettes de crevettes au balsamique	7	4	72
Brochettes de crevettes au cari	6	4	46
Brochettes de crevettes et piperade	18	6	26
Brochettes de crevettes piri-piri et vodka	14	5	86
Brochettes de lotte	1	4	30
Brochettes de lotte et de banane plantain rôtie, beurre noisette à la lime	3	2	25
Brochettes de lotte au curcuma et à l'aneth	14	5	84
Brochettes de lotte laquée aux agrumes	8	6	45
Burgers de morue et de cornichons frits	17	6	50
Brochettes de pétoncles et chorizo à la marocaine	8	6	49
Brochettes de pétoncles			

	vol	n°	page
laqués aux agrumes			
Brochettes de saumon et de choux de Bruxelles soya-miso-érable	6	4	45
Brochettes de tataki de thon	19	5	52
Brochettes de thon au pesto à la coriandre et aux pistaches	15	5	99
Burger de saumon et <i>picklies</i> de radis et de concombres	3	4	26
Burgers au saumon, sauce au cari	15	5	70
Burgers au thon	11	6	57
Burgers de crevettes aux courgettes marinées et aux feuilles de capucines	5	4	72
Burgers de saumon	19	6	45
Burgers de saumon en conserve	10	5	55
Burgers de saumon, sauce barbecue et poivrons grillés	23	2	21
Burgers de thon à l'œuf (<i>pan-bagnat</i>)	21	6	64
Burgers de thon tempura à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	6	4	77
Burgers de truite et salade de chou à l'orange	23	6	27
Calmars farcis	13	5	128
Calmars farcis à la saucisse italienne	1	5	53
Calmars frits à la bière, sauce au concombre	6	3	58
Cari de crevettes	1	3	60
Cari de poisson au lait de coco	3	1	90
Cari de poisson aux arachides	12	2	86
Cari de poisson rapide au micro-ondes	11	2	85
Cari vert aux crevettes et aux arachides	5	2	32
Carpaccio de thon rouge	23	6	28
Casserole de fruits de mer au safran	1	2	73
Casserole de légumes et saumon vapeur	13	4	58
Casserole de moules et de pommes de terre	11	1	63
Casserole de poisson aux poivrons	11	8	86
Casserole de poisson aux tomates et aux haricots verts	12	3	74
Casserole de poisson aux tomates et aux haricots verts	13	6	68
Casserole de sole et de pommes de terre	2	1	48
Chaudrée de moules et de topinambours	15	3	87
Chaudrée de saumon	6	2	40
Chou farci au saumon et sauce aux tomates cerises	15	2	40
Ciabatta au saumon grillé à l'orange	15	2	67
Coquille Saint-Jacques à partager	2	4	34
Court-bouillon à la créole	21	1	115
Couscous israélien au poisson et aux légumes	7	2	104
Brochettes de pétoncles	15	6	83

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Couscous tunisien au poisson	6	5	102	et courge spaghetti	5	5	36
<i>Crab boil</i> à l'américaine	12	4	80	Estouffade de crevettes (ou d'écrevisses)	2	3	90
Crabe chaud au beurre	12	4	79	Fagots de turbot au prosciutto	6	4	49
Crêpes de sarrasin au saumon fumé et aux poireaux	11	3	70	Fajitas de poisson	1	2	43
Crevettes à la vietnamienne, poivrons et choux de Bruxelles	19	7	24	Farfalles aux légumes et au saumon	2	5	52
Crevettes à l'ail et au pastis	1	3	59	Fenouil braisé au cari rouge et crevettes grillées	20	6	91
Crevettes au massalé, ragoût de poivrons à la tomate	4	2	71	Filet de sole et sauce mayonnaise citron-anchois	13	2	58
Crevettes au miel et au sésame	3	5	33	Filets d'aiglefin panés à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	8	33
Crevettes au piment fort et à la menthe	5	4	37	Filets de doré, sauce aux champignons	2	3	16
Crevettes cajuns cuites sur une planche d'érable	9	5	90	Filets de poisson panés aux flocons de maïs et beurre aux herbes	18	2	111
Crevettes fumées	12	5	126	Filets de poisson rôtis aux saveurs portugaises et sofrito d'oignon	19	3	98
Crevettes grillées à la citronnelle	15	5	97	Filets de sole aux câpres et aux tomates confites	10	8	78
Crevettes grillées et pain au beurre à l'ail	18	5	52	Filets de sole teriyaki	7	2	86
Crevettes grillées et salade d'avocat	10	5	32	Filets de turbot meunière	17	3	51
Crevettes grillées, salade de mangue	20	5	65	Filets de truite et réduction de vinaigre balsamique	1	3	47
Crevettes sautées au <i>chili crisp</i>	22	3	71	Fish and chips	4	3	72
Crevettes tandoori et raïta	5	2	78	<i>Fish and chips</i> à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	1	26
Croque-monsieur aux crevettes sur muffins anglais	18	3	30	<i>Fish and chips</i> de truite	11	8	140
Croquettes de maquereau et sauce tartare	17	7	46	<i>Fish and chips</i> de vivaneau	16	2	86
Croquettes de poisson et mayonnaise au raifort	9	4	94	Fish and chips santé	8	2	22
Croquettes de pommes de terre au thon, sauce aux cornichons	9	1	93	Fish and chips sur une plaque	16	7	44
Croquettes de riz et de thon à la tomate	10	7	54	<i>Fish and chips</i> traditionnel	8	2	98
Croquettes de poisson à l'aneth à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	8	22	Flétan au raifort et à la vodka	7	1	74
Croquettes de saumon et mayonnaise à l'estragon	11	6	57	Flétan poêlé, champignons et petits pois	20	5	81
Croquettes de saumon et salsa	4	5	78	Flétan rôti, crevettes nordiques et saumon fumé	16	2	57
Croquettes de thon, sauce marinara	7	3	32	Fond de homard	10	5	104
Dim sum aux crevettes	2	3	61	Fricassée de crevettes et de grelots à la sauce piccata	18	5	21
Dim sum aux fruits de mer	2	3	60	Galettes de poissons (fishcakes)	6	4	22
Dorades royales barbecue à la sauce persillée d'Helena Loureiro	11	5	144	Galettes farcies aux crevettes et au fromage (<i>pupusas</i>)	19	3	39
Doré amandine	8	8	75	Gratin de morue aux herbes	19	4	55
Doré, sauce à l'oignon caramélisé et aux champignons	20	7	103	Grits aux crevettes	17	5	63
Escargots et aubergines fondantes, caramel de soya	8	3	58	Guédilles au crabe des neiges	9	5	56
Espadon grillé, salsa de kiwis et de tomates	2	4	32	Guédille au saumon	12	7	43
Éperlans frits à l'échalote	17	4	60	Guédilles aux crevettes et au céleri rémoulade	6	4	100
Espadon grillé, sauce tomate							

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Guédilles aux crevettes nordiques	20	5	89	et au pamplemousse	21	2	24
Hamburger de crevettes cajun	8	5	93	Morue rôtie aux champignons, bette à carde et lait de persil	19	1	116
Hamburgers aux crevettes nordiques et à l'avocat	11	2	87	Morue, velouté de petits pois, lardons et salade de concombres	22	6	64
Homard à l'américaine	10	5	90	Moules à la bière	9	4	69
Homard à la vanille	1	4	69	Moules à la bière et sauce chermoula	21	1	81
Homard au cari et au lait de coco	1	4	69	Moules à la crème et au Pernod	3	1	50
Homard aux petits pois façon bénédictine	17	5	69	Moules à la salsa verde	4	3	94
Homard cuit à la vapeur	9	6	73	Moules à la saucisse façon Hortense	10	3	42
Homard des îles à la Newburg	5	3	111	Moules au barbecue	5	4	68
Homard et son beurre aux herbes	3	4	32	Moules au jus de persil	5	5	47
Homards grillés au beurre de laitue de mer	20	5	83	Moules barbecue à la <i>salsa verde</i>	13	7	77
Homard grillé aux herbes	10	5	88	Moules gratinées	11	2	102
Homard thermidor	10	5	92	Moules au lait de coco	8	3	62
Huile de homard	10	5	104	Moules aux tomates et au thym	2	3	72
Huîtres aux pickles de salicornes, au concombre et à l'aneth	17	4	60	Moules marinière	1	2	60
Huîtres gratinées	11	2	102	Moules marinière et frites	16	3	81
Huîtres sur écailles et sauces d'accompagnement	1	1	55	Moules rôties au four, aux tomates et aux pommes de terre	5	1	68
Keftas de poisson, sauce à l'ail	22	6	58	Nigiri sushi au saumon	3	3	74
Lobster roll à la rémoulade	10	5	106	Omble de chevalier au lait de poireau au basilic sur légumes braisés	8	1	38
Lobster rolls	13	6	85	Omble chevalier au vermouth et au beurre	1	1	46
Lotte à l'orange et au prosciutto	5	1	88	Omble de l'Arctique et poireaux confits à l'érable	14	8	134
Mahi-mahi teriyaki	16	2	86	Onigiri farcis au saumon et à l'avocat	21	3	66
Makis au tempura	3	3	77	Paëlla	15	5	109
Maquereau au fenouil et pommes de terre aux olives	10	2	78	Paëlla sur courge spaghetti	7	1	101
Maquereau poêlé et purée de céleri-rave aux oignons verts	17	4	66	Pangasius sauce au chou-fleur sur tombée d'épinards	6	5	44
Maquereau poêlé, sauce tomate et roquette	8	1	42	Panure aux graines de lin (pour poisson, porc, poulet)	4	5	94
Miniburgers de thon	16	2	84	Papillote de poisson aux légumes et aux pois chiches	5	4	32
Morue à l'ail sur lit d'épinards au pesto	10	2	77	Papillotes d'aiglefin au lait de coco	6	4	69
Morue au fenouil et aux tomates cerises	20	7	85	Papillotes de bar aux artichauts	6	5	42
Morue au paprika et aux tomates cerises	21	8	23	Papillotes de flétan aux concombres marinés	6	4	49
Morue au paprika fumé enrobée de prosciutto	18	7	63	Papillotes de morue, crevettes et bok choy	14	6	66
Morue charbonnière au miso	10	3	126	Papillotes de pétoncles au beurre à la lime	8	6	77
Morue enrubannée de pomme de terre et salade de concombre	14	1	96	Papillotes de poisson à l'avocat	2	4	40
Morue et maïs, bouillon au cari épice	19	7	83	Papillotes de poisson à l'orange sanguine et aux pistaches	7	2	45
Morue pochée aux légumes et à l'oseille	16	8	44	Papillotes de poisson blanc et saucisse chorizo	9	5	94
Morue poêlée au gingembre, courgettes et avocat	15	8	39	Papillotes de poisson et vinaigrette au cari	9	6	102
Morue poêlée et kale aux amandes	20	3	23				
Morue poêlée, couscous au pesto							

INDEX DES RECETTES RICARDO

vol	n°	page	vol	n°	page		
Papillotes de saumon au gingembre	1	2	74	Poisson à l'orange, au fenouil et au poireau	13	1	57
Papillotes de saumon au miso	7	4	75	Poisson au céleri braisé et haricots blancs au citron	15	2	101
Papillotes de saumon aux artichauts et aux olives noires	4	5	22	Poisson aux herbes salées	5	2	52
Papillotes de tilapia et de tofu à la sauce soya	4	4	92	Poisson aux pacanes et aux bok choy	9	8	64
Parmentier de poisson	14	4	46	Poisson aux pistaches et aux tomates séchées, chou-fleur grillé	8	4	51
Pâté au saumon sans croûte	18	2	28	Poisson blanc, bouillon au gingembre et bettes à carde	13	3	96
Pâté au saumon style pot en pot de Ricardo	11	7	102	Poisson blanc et moules pochés dans un bouillon asiatique	10	2	73
Pâté au saumon et béchamel surprise de Brigitte	11	7	101	Poisson blanc, sabayon au pamplemousse et au miel	10	4	64
Pâté chinois au saumon	15	7	113	Poisson blanc, salade d'oranges et vinaigrette lime-coco	20	5	63
Pâté niçois au thon	10	3	57	Poisson blanc, sauce vierge aux olives	16	2	31
Paupiettes d'omble de l'Arctique en feuille de chou	10	2	73	Poisson confit à la mijoteuse et salade de betteraves à l'estragon	15	3	85
Pavés de morue, salade d'asperges et de brocoli	22	4	77	Poisson croustillant au citron et aux tomates séchées	14	7	34
Pavés de poisson à l'orange sanguine	9	1	112	Poisson cuit dans le saké	7	2	79
Pavés de saumon à la moutarde et à l'aneth	23	7	34	Poisson cuit vapeur à la cantonaise (<i>zheng yu</i>)	21	2	96
Pavés de saumon grillés, salade et yogourt grec aux herbes	21	2	108	Poisson en croûte de noix, betteraves jaunes minute et huile de ciboulette	17	7	48
Pavés de saumon sur lit de lentilles	1	5	17	Poisson en croûte de pain d'épices	4	1	49
Pétoncles et foie gras poêlés, sauce au cidre de glace et pomme verte	14	5	120	Poisson en croûte de sel	14	2	69
Pétoncles et légumes grillés avec salsa de mangue et de fruit de la passion	13	5	74	Poisson en papillote sur la braise	3	4	83
Pétoncles géants au citron et au gingembre	2	3	53	Poisson et chou-fleur rôtis au cari, raïta de radis	18	1	120
Pétoncles, houmous d'edamames et salade de pamplemousse	17	4	66	Poisson et légumes au court-bouillon	14	3	41
Pétoncles, lentilles, champignons et sauce crémeuse au miso	19	3	59	Poisson et maïs grillés, sauce vierge à l'aneth et aux noix	11	7	66
Pétoncles noircis <i>blackened</i>	10	3	81	Poissons entiers grillés au citron et aux herbes	2	4	50
Pétoncles poêlés à la sauce tomate	10	2	80	Poisson glacé à la moutarde	10	4	59
Pieuvre cuite sous vide	18	5	79	Poisson grillé à la grecque	9	2	111
Plateau de fruits de mer	21	5	50	Poisson grillé à la Margarita	7	4	75
Plateau de fruits de mer canadiens	15	6	79	Poisson grillé au cari rouge	15	5	99
Plaque de crevettes, haricots noirs et chorizo	17	1	39	Poisson grillé et son confit d'oignons	1	3	60
Plateau de truite et de légumes au cari	21	1	23	Poisson grillé et vermicelles aux légumes	13	3	
Poisson à l'aigre-doux	2	2	50	Poisson grillé sur risotto citronné	3	2	58
Poisson à la brésilienne (<i>Moqueca</i>)	12	6	100	Poisson, légumes rôtis et beurre noisette aux câpres et aux anchois	14	1	90
Poisson à la sauce vierge	3	5	49	Poisson noirci (<i>blackened fish</i>)	2	3	89
Poisson à la tomate et à l'aneth	10	2	115	Poisson pané et purée de petits pois	11	3	48
Poisson à l'indienne	9	8	41	Poisson poêlé et salade d'orange au fenouil	16	4	31

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page	
Poisson rôti aux épices et purée de carottes	13	8	26		Saumon au four et salade croquante de chou-rave au citron	17	2	33
Poisson sous vide, sauce aigre-douce aux ananas	5	3	84		Saumon aux canneberges	16	1	127
Pommes de terre farcies au brocoli, au maïs et aux crevettes nordiques	13	8	63		Saumon au chutney à la mangue	15	1	39
Poisson sur ratatouille aux pois chiches	2	5	50		Saumon aux épices cajuns, chou rôti et polenta	19	3	22
Pot-en-pot des îles de la Madeleine	8	5	61		Saumon aux épices cajuns et légumes	14	6	40
Pot pie d'aiglefin	8	2	34		Saumon aux herbes en croûte de meringue salée	8	4	40
Poutine au homard	17	6	50		Saumon aux herbes et asperges à la plaque	10	7	98
Purée de poisson blanc (pour bébé)	8	4	64		Saumon confit cuit vapeur	9	5	65
Quenelles de poisson, sauce au homard	8	3	105		Saumon confit dans l'huile d'olive	5	5	69
Raie au beurre noisette et aux câpres	2	3	15		Saumon en croûte (koulibiac)	14	1	154
Ragoût de merlu et de pommes de terre, mayonnaise à l'ail rôti	17	4	64		Saumon fumé à chaud	12	4	121
Ragoût de poisson au curcuma, patates douces et carottes	15	1	49		Saumon en croûte	2	1	29
Raviolis de crevettes, beurre blanc aux litchis	9	1	64		Saumon en croûte d'avoine épicee sur purée de pois chiches à la lime	3	3	71
Raviolis de pétoncles et de crevettes au paprika	3	2	33		Saumon en robe de bettes à cardre	HSP		95
Rillettes de crabe	17	4	64		Saumon et asperges 5 minutes	4	5	22
Risotto aux crevettes nordiques et aux petits pois	20	4	74		Saumon et chou-fleur rôti à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	3	23
Riz à la mexicaine et poisson tomaté	11	3	68		Saumon et légumes rôtis au four, yogourt à l'estragon	16	3	34
Riz au saumon au cuiseur à riz	23	7	19		Saumon et salade chaude, aux haricots blancs, fèves de soya et brocoli	8	5	30
Rosaces de saumon sur fenouil à la crème	1	3	59		Saumon étagé aux pommes de terre et aux courgettes	6	1	75
Rôti de lotte aux poireaux	17	2	88		Saumon farci aux légumes et au fromage	4	1	102
Rôti de morue grillée au bacon et aux herbes	12	6	66		Saumon farci et mayonnaise au citron rôti	5	3	42
Rouget à la rhubarbe et aux tomates confites	4	4	66		Saumon froid au genièvre et à l'aneth, salade de fenouil et de haricots verts	23	8	52
Roulades de poisson aux épinards	8	2	60		Saumon froid en gelée	2	4	72
Roulades de sole aux épinards et au parmesan	1	2	73		Saumon froid, taboulé et petits pois	32	7	32
Salade de tomates, de haricots verts et d'aiglefin poché au vin blanc	13	8	36		Saumon grillé à la méditerranéenne	8	5	46
Salade tiède de nouilles udon et truite confite	20	2	21		Saumon grillé au miel et à la coriandre	2	5	55
Salade tiède de fenouil, de raisins et de poisson	12	1	90		Saumon grillé au miel et au vinaigre balsamique sur planche d'éralbe	9	5	100
Sardines à la tomate	15	6	87		Saumon grillé au miso et condiment à l'arachide et au gingembre rôti	13	5	76
Saumon amandine aux pommes	21	8	96		Saumon grillé au miso et condiment à l'arachide et au gingembre rôti (2)	17	5	83
Saumon asiatique à la vapeur	9	3	36		Saumon grillé en filet entier	16	5	99
Saumon au balsamique et aux lentilles	7	3	34		Saumon grillé, sauce au beurre blanc à l'oseille	4	3	73
Saumon au cari et pois chiches tikka masala	17	8	33		Saumon grillé sur pierre de sel	12	6	64
Saumon au cari rouge et aux arachides	21	7	52		Saumon grillé sur purée de petits pois et salade tiède de tomates cerises	4	2	30
Saumon au four à la betterave, choux de Bruxelles et pancetta	18	1	117		Saumon grillé, tomates confites et artichauts	16	4	78

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Saumon laqué à la bière et à l'érable	6	3	76	Tacos au poisson et à la salsa de tomatilles	16	6	53
Saumon laqué à l'érable à la plaque, gremolata de pacanes	23	4	80	Tacos au poisson sur la plaque	12	7	85
Saumon laqué à l'érable et au gingembre	1	3	22	Tacos aux crevettes et salsa à la mangue	16	6	49
Saumon laqué au gingembre, bok choy et carottes	19	1	31	Tacos de crevettes chipotle et de patate douce	13	5	64
Saumon laqué et boulgour aux asperges	20	5	23	Tacos de crevettes chipotle et de patate douce (2)	17	5	85
Saumon poché au lait de rafort	6	2	33	Tacos de crevettes, salsa de maïs et avocats	19	7	86
Saumon poêlé et boulgour aux betteraves	14	8	78	Tacos de poisson	6	5	74
Saumon poêlé et purée de pommes de terre aux poireaux	12	8	49	Tacos de poisson sur une plaque et salsa à la coriandre	15	5	45
Saumon poêlé et orge aux champignons	12	4	62	Tamales aux crevettes	2	4	90
Saumon poêlé, sauce au gingembre et à l'érable	23	3	58	Tartare de saumon au pamplemousse et à l'aneth	20	2	37
Saumon rôti aux champignons et à l'orange	5	3	78	Tartare de saumon (le meilleur)	14	4	57
Saumon rôti en croûte de dukka	18	7	46	Tartare de thon aux fruits tropicaux	20	6	72
Saumon thaï grillé	18	5	54	Tartare d'omble chevalier aux agrumes	17	4	64
Saumon rôti sauce au cidre et purée de céleri-rave	13	7	60	Tarte au saumon et aux champignons	5	2	26
Saumon sauce aux œufs	6	3	85	Tartelettes aux poireaux et au crabe	20	5	84
Saumon sur planche d'érable	3	4	22	Tartines à l'avocat et aux crevettes épicées sur pain plat au fromage cottage	23	2	85
Saumon sur salade de concombre et de fenouil	11	5	80	Tartines au thon et au brocoli	8	7	66
Saumon tandoori	13	4	80	Terre et mer	10	5	92
Saumon teriyaki	12	8	108	Thon à l'ananas, au concombre et au céleri aigres-doux	10	6	62
Saumon thaï sur vermicelles au lait de coco	3	5	82	Thon au jambon de Bayonne et aux petits légumes	3	1	53
Sauté de crevettes au citron brûlé	17	3	74	Thon confit sous vide et salade de fenouil et de pamplemousse	18	5	77
Sauté de crevettes au gingembre, à l'ail et aux échalotes	24	1	31	Thon en croûte d'épices	10	2	78
Sauté de crevettes au kimchi	19	8	63	Thon et fenouil grillés, gremolata à la coriandre fraîche	6	4	46
Sauté de crevettes au sésame	5	5	85	Thon mi-cuit aux amandes sur purée de courge musquée au gingembre	2	3	53
Sauté de crevettes aux racines de coriandre	15	6	135	Thon poêlé et tombée de bette à carde, bouillon aux oignons verts	18	2	86
Sauté de crevettes et de légumes	1	3	59	Tilapia aux agrumes	8	3	78
Sauté de laitue Iceberg et crevettes aigres-douces	8	8	76	Tilapia aux tomates et aux oignons rôtis	10	2	80
Sauté de pétoncles vietnamien	6	2	76	Tilapis et sauté de légumes	11	7	116
Sauté italien aux crevettes	8	3	46	Tilapia grillé sur vermicelle à la salsa d'ananas	3	3	86
Sébaste et asperges grillés, salade de couscous israélien	20	5	81	Tilapia noirci aux épices de Noël	6	1	17
<i>Slippy Joe</i> au poisson	12	5	66	Tilapia pané aux croustilles de maïs	20	4	25
Sole amandine sur une plaque	15	7	113	Tilapia poêlé, salade croustillante aux asperges	21	4	23
<i>Surf and turf</i> classique	14	5	120	Tilapia poêlé, salade de maïs et de tomates cerises	19	4	30
Taboulé aux légumes et au maquereau fumé	10	2	80				
Tacos au poisson	11	7	116				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Tilapia poêlée, vinaigrette chaude au pamplemousse	9	5	73	et aux figues	9	4	72
Torsades de poissons, sauce aux olives vertes	2	3	16	Beignets de porc à l'ananas	4	5	49
Tortillas aux crevettes grillées et salsa mangue-avocat	17	7	42	Bifteck d'échine de porc et sauce chimichurri	15	7	88
Tostadas aux crevettes et aux tomates grillées	20	6	18	Bol de riz au porc croustillant et aux légumes marinés	15	2	71
Tostadas de poisson	14	6	116	Bols de riz au porc à la coréenne et à l'avocat	23	2	86
Tournedos de saumon au sumac et fenouil grillé	22	8	46	Bols de quinoa, de courgette et de filet de porc grillés	22	6	40
Truite à la ciboulette et purée de courge	15	3	39	Boudin blanc aux pommes de terre et aux radis	6	3	55
Truite à la plaque, couscous aux légumes et au cari	22	7	18	Boudin et sauce aux pommes	16	3	85
Truite à la plaque, salade à la mangue	22	3	22	Boulettes de farce	22	1	56
Truite au four et légumes rôtis au basilic	13	8	64	Boulettes de porc à la courge et à la crème	17	7	75
Truite au pesto de tomates séchées	6	2	37	Boulettes de porc à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>), sauce tomate	24	1	33
Truite aux amandes	13	5	126	Boulettes de porc à la sauce barbecue et aux poivrons	17	7	75
Truite épicée et confite à l'huile d'olive	13	5	134	Boulettes de porc aigres-douces aux prunes	9	8	46
Truite et chou rouge sur pains naans	21	3	25	Boulettes de porc au sésame, salade de concombre	22	7	44
Truite et salade de betteraves	18	7	23	Boulettes de porc extra moelleuses	17	7	75
Truite et ratatouille en pot	13	5	126	Boulettes de saucisses à la courgette, orzo au brocoli	23	4	27
Truite froide et salade de concombre à l'aneth	1	4	45	Boulettes de viandes épices et sauce au fromage	13	8	134
Truite fumée au mesquite	9	5	104	Braisé de porc aux piments chipotle	19	8	68
Truite grillée, boulgour au cari, asperges et tomates cerises	19	5	23	Braisé de porc et boudin aux pommes	6	5	78
Truite poêlée et salade de courgettes aux graines de citrouille	16	1	36	Brochettes de porc à la gelée de pommes	6	5	88
Truites entières sur le gril	6	4	45	Brochettes de porc aux épices espagnoles	8	6	56
Turbot, lait de maïs et grémolata à la courgette	19	3	59	Brochettes de porc et d'orange	4	4	44
Vermicelles froids aux crevettes	15	7	37	Brochettes de porc japonaises (<i>yakiton</i>)	11	4	136
Vermicelles froids et piquants aux crevettes	7	4	27	Brochettes de porc, riz à la noix de coco	22	5	21
Vivaneau aux herbes et aux courgettes confites	12	6	80	Brochettes de porc satay sans arachides	15	4	85
Vivaneau grillé à la crème d'ail à l'oseille	HSP		110	Brochettes de porc souvlaki	5	4	34
Vol-au-vent au saumon, aux crevettes et au citron	4	1	108	Brochettes de porc vietnamiennes	2	1	84
Wraps de laitue aux crevettes nordiques	20	6	70	Brochettes de satay de porc	4	4	48
Porc				Brochettes de saucisses et d'agrumes	13	5	68
Assiette de grillades <i>surf and turf</i>	14	5	116	Brochettes de saucisses et de poivrons	8	6	58
Bacon croustillant épice	4	2	64	Brochettes porc et boeuf, sel aux herbes	11	5	144
Bacon laqué au café et à l'éryable	16	2	57	Brochettes de porc frotté aux épices	14	5	80
Bavette de porc aux champignons				Brochettes de porc haché au gingembre et à la citronnelle	14	5	86
				Brochettes souvlaki	21	5	29

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Bulgogi de porc	16	2	69	Chili <i>pot pie</i>	15	8	83
Buns au flanc de porc braisé	19	3	72	Chou braisé aux saucisses et aux patates douces	18	2	32
Burger d'hiver au pain de viande	10	1	87	Chou et porc braisé à la bière	11	2	69
Burger « vraiment cochon »	13	6	102	Chou farci à l'italienne	1	3	65
Burgers <i>al pastor</i> , sauce au yogourt grec, à la coriandre et à la lime	22	5	82	Choucroute garnie	22	2	101
Burgers de porc à la sauce barbecue (Char Siu Bao)	6	4	78	Cocotte d'échine de porc aux saucisses	23	3	91
Burgers de porc barbecue	2	4	34	Confit de porc	1	1	47
Burgers de porc barbecue et salade de chou	9	6	76	Côtelette de porc aux tomates cerises	23	3	57
Burgers de porc et de crevettes	12	6	82	Côtelettes de porc à la mélasse et au citron vert	7	4	55
Burgers de porc sauce hoisin	16	6	31	Côtelettes de porc à la vietnamienne	12	5	65
Carré de porc à la crème	11	8	138	Côtelettes de porc à l'asiatique	1	5	17
Carré de porc à la mode orientale cuit au tournebroche	3	4	23	Côtelettes de porc à l'érable	4	3	17
Carré de porc, courge rôti et sauce aux champignons et aux canneberges	17	1	92	Côtelettes de porc à l'érable et au cari	13	3	48
Carré de porc en croûte d'herbes	2	5	26	Côtelettes de porc à l'orange	5	1	87
Carré de porc et oignons rôtis au cidre, crumble d'épeautre et tombée de laitue	14	8	111	Côtelettes de porc à la moutarde à la mijoteuse	20	4	52
Carré de porc et vinaigrette au bacon	9	2	82	Côtelettes de porc au fenouil et aux agrumes	8	7	69
Carré de porc rôti à la sauge, sauce aigre-douce à l'oignon rouge	21	1	110	Côtelettes de porc au four, sauce barbecue express	23	3	25
Carré de porc, sauce à l'érable	12	4	108	Côtelettes de porc au ketchup aux fruits	14	3	70
Carré de porc, sauce à l'orange	14	1	156	Côtelettes de porc au lait de beurre	14	8	187
Carré de porc, sauce aux champignons blancs	11	2	104	Côtelettes de porc au maïs, oignon mariné et fromage en grains	16	7	101
Casserole de pommes de terre, d'épinards et de poisson	10	1	77	Côtelettes de porc au romarin	12	3	76
Casserole de porc et de fromage pour tortillas	20	7	86	Côtelettes de porc aux agrumes et aux baies de genièvre	14	7	114
Casserole de saucisses et de brocoli au cheddar	21	3	25	Côtelettes de porc aux herbes	HSP		108
Casserole de saucisses, de haricots blancs et de kale	22	8	21	Côtelettes de porc aux tomates et au fenouil	22	7	48
Casseroles de saucisses à la ratatouille	11	3	72	Côtelettes de porc barbecue à l'ananas	9	5	69
Cassoulet	2	2	45	Côtelettes de porc en croûte d'épices	8	4	71
Cassoulet au ragoût de boulettes et pattes de cochon	13	1	156	Côtelettes de porc et courgettes grillées	21	6	26
Cassoulet du verglas 1998 façon Ricardo	10	3	66	Côtelettes de porc et fromage aux herbes, pêches grillées	9	6	60
Cassoulet toulousain de Martine Defruyt	7	1	136	Côtelettes de porc et kale, sauce à la crème	22	3	22
Chaussons au porc haché, au fromage et aux figues	22	1	132	Côtelettes de porc et poires laquées au miel et à l'érable	22	8	71
Cheeseburgers au porc et au brocoli	17	4	34	Côtelettes de porc et quinoa au brocoli et aux asperges	18	6	25
Chili au porc et aux haricots blancs	11	2	42	Côtelettes de porc et sauce barbecue blanche	19	7	83
Chili de porc aux trois haricots à la mijoteuse	12	2	76	Côtelettes de porc express	6	2	35
				Côtelettes de porc farcies	3	5	33
				Côtelettes de porc grillées, salade			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
de nouilles ramen aux asperges grillées	20	5	64	Courge spaghetti et sauté de porc asiatique	10	2	52
Côtelettes de porc grillées au curcuma et au miel	17	6	30	Couronne de porc aux canneberges, au romarin et au balsamique	7	1	77
Côtelettes de porc frottées aux épices	10	3	74	Couscous d'été sur le barbecue	14	6	62
Côtelettes de porc grillées	22	6	34	Crêpes à la courgette et au jambon	15	7	123
Côtelettes de porc grillées aux figues	10	6	60	Crêpes burritos	10	3	60
Côtelettes de porc grillées et salade citron-parmesan	14	6	42	Cretons de porc	1	1	27
Côtelettes de porc grillées, pommes de terre et pamplemousse	23	5	62	Cretons maison allégés	7	1	56
Côtelettes de porc laquées à l'érable	16	2	109	Croûtes chaudes au fromage	10	8	112
Côtelettes de porc, maïs en crème et tomates cerises	13	7	76	Épaule de porc braisée à l'orange et à la cannelle	7	2	50
Côtelettes de porc marinées à la coriandre et au citron	14	1	92	Dim sum au porc	2	3	61
Côtelettes de porc, orzo à la crème aux champignons	21	4	26	Dumplings au porc effiloché barbecue à l'autocuiseur	20	1	68
Côtelettes de porc panées et salade d'endives rouges	17	1	94	Dumplings au porc, au gingembre et à la coriandre	21	8	72
Côtelettes de porc piccata	22	1	28	Échine de porc glacée à la coréenne (<i>bo ssam</i>)	20	3	41
Côtelettes de porc sauce aigre-douce, petits pois, concombre et mangue	19	5	22	Empanadas à la colombienne	15	8	121
Côtelettes de porc sauce pomme et moutarde, salade de roquette	19	8	18	Enchiladas au porc et aux haricots noirs	13	2	62
Côtelettes de porc saumurées	5	4	37	Épaule de porc barbecue	16	5	101
Côtelettes de porc sur tombée de pommes et de poireau	10	4	56	Épaule de porc braisée à l'orange et à la cannelle	7	2	50
Côtes de porc à la <i>salsa verde</i> et concombres farcis aux tomates cerises	13	5	72	Épaule de porc barbecue en mijoteuse (Pulled pork)	5	3	88
Côtes de porc au Dr. pepper	9	7	98	Épaule de porc effilochée de Bruce Banfill (Pulled pork)	9	7	78
Côtes de porc de Mama	4	2	70	Épaule de porcelet de lait braisée à la tomate et au vin blanc	4	3	82
Côtes levées à la mijoteuse	14	6	72	Escalopes de porc à la crème et à la moutarde	16	3	97
Côtes levées à la sauce barbecue au chocolat	6	2	89	Escalopes de porc au marsala	15	7	117
Côtes levées à l'éرable	1	3	22	Escalopes de porc, sauce au jus de pomme	11	2	61
Côtes levées au barbecue	8	6	33	Escalopes de porc sauce rosée	6	5	58
Côtes levées au cola	13	6	96	Farce au porc et aux pommes à la mijoteuse	15	1	125
Côtes levées au miso et à l'érable	15	3	83	Farce de porc aux champignons et à la pancetta	10	1	120
Côtes levées au tamarin	18	6	54	Farce traditionnelle aux pommes et aux saucisses	12	1	140
Côtes levées caramélisées et chiffonnade de légumes verts	18	2	86	Feuilleté au jambon et au fromage	23	8	76
Côtes levées de Jeff Dinelle	9	7	82	Feuilleté de porc à la moutarde	21	1	120
Côtes levées de porc au BBQ	16	5	99	Fenouil confit à l'orange et au safran avec côtes de porc	20	2	58
Côtes levées fumées	9	5	86	Fèves au lard	6	3	69
Côtes levées fumées(2)	12	5	126	Fèves au lard au sirop d'érable	3	3	38
Côtes levées laquées au fenouil et à l'orange	22	3	77	Fèves au lard au sirop d'érable à la mijoteuse	9	4	58
Courge farcie au poulet et au porc	4	5	16	Fèves au lard nouveau genre	15	1	167

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Filet de porc à la salade grecque	14	6	66	Filets de porc, salade de poivrons et de feta	21	7	23
Filet de porc à l'orange et au thé vert	2	5	52	Filets de porc laqués à l'érable, patates douces et panais sur une plaque	19	4	56
Filet de porc à la cannelle et aux canneberges	6	1	22	Filets de porc, légumes et lentilles à la plaque	22	4	23
Filet de porc au tamarin	15	5	101	Filets de porc, proscuitto et pommes	10	7	98
Filet de porc aux herbes, salade de pâtes crémeuse au yogourt	20	7	87	Filet de porc rôti au proscuitto	8	4	56
Filet de porc croustillant	15	8	42	Filets de porc, sauce aux champignons	5	2	71
Filet de porc grillé et haricots blancs aux olives	20	6	22	Flanc de porc à l'ail rôti	15	7	90
Filets de porc aigres-doux aux pommes	15	3	44	Flanc de porc aigre-doux cuit sous-vide, purée de rutabaga et oignons frits	20	1	70
Filets de porc à la mangue et au cari	2	3	70	Flanc de porc braisé aux pommes et aux oignons	23	2	77
Filets de porc à la mélasse et au gingembre	23	1	24	Flanc de porc rôti croustillant (<i>siu yuk</i>)	21	2	98
Filets de porc à la moutarde, salade de roquette	21	1	26	Frittata au pesto	4	5	25
Filets de porc à la pêche	4	5	58	Frittata à la patate douce et au poivron	17	3	32
Filets de porc à l'érable et au bacon	23	4	82	Frittata aux saucisses et au fromage en grains	13	3	47
Filets de porc au bacon et légumes rôtis à la plaque	22	8	22	Galettes de patates douces, de chorizo et de maïs	21	7	50
Filets de porc au café	8	4	86	Galettes de porc alla parmigiana	7	5	84
Filet de porc au caramel et aux poires	9	3	40	Galettes de porc au gingembre, ananas et brocoli grillés	19	6	16
Filets de porc au cari et à la mangue à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	2	24	Galettes de saucisses italiennes maison	9	4	50
Filets de porc au cari, panais caramélisés et sauce chocolatée	8	3	57	Gâteaux de riz (<i>tteok</i>) au porc épice	16	2	69
Filets de porc au chorizo et aux pruneaux	5	2	77	Gratin de chou-fleur à l'épautre	18	1	116
Filets de porc au chutney	1	5	16	Gratin de chou-fleur, de jambon, d'oeufs et de dentelle de pain	13	3	68
Filets de porc au jus de pommes	12	7	64	Gratin de boulettes à la ratatouille	19	7	28
Filets de porc au piment d'Espelette	7	5	76	Gratin de jambon et d'asperges	3	3	20
Filets de porc aux pommes, farcis aux oignons caramélisés	1	5	10	Gratin de pommes de terre au jambon	6	3	86
Filets de porc barbecue aux épices et salade de chou aux épinards	11	5	77	Gratin de pommes de terre au jambon (2)	23	3	90
Filets de porc barbecue sur lit de mâche	5	3	65	Griot	19	3	74
Filets de porc Buffalo	18	7	48	Hachis de rôti de porc	9	3	35
Filets de porc en croûte à l'italienne	3	1	53	Hamburgers hawaïens au porc	8	6	74
Filets de porc et chou-fleur caramélisé	17	2	34	Hot-dog mitraillette belge	13	6	98
Filets de porc et salade de betteraves et de bleuets	10	5	31	Hot-dogs à l'oignon confit et au gruyère	8	6	65
Filets de porc farcis aux olives et au citron confit	13	5	74	Hot-dogs argentins au chorizo (<i>choripan</i>)	22	5	23
Filets de porc glacés à la figue et aux herbes	16	4	68	Hot-dogs au chili	9	3	81
Filets de porc glacés à l'érable	3	3	38	Hot-dogs au chili à partager	16	5	60
Filets de porc grillés au fenouil et au piment	11	7	45	Hot-dogs aux saucisses au bacon	22	6	92
Filets de porc grillés, salade de chou au maïs grillé	23	6	28	Hot-dogs de merguez aux oignons caramélisés	12	6	80
				Hot-dogs laqués à l'asiatique	9	5	62
				Hot-dogs, persillade de canneberges et de cornichons	15	6	117

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
<i>Involtini de boeuf à la saucisse</i>	12	3	104	Osso buco de porc à l'autocuiseur	17	7	61
Jambon à la bière et à la mijoteuse	8	3	77	Osso buco de porc à la bière et aux agrumes	22	1	134
Jambon au four à la moutarde	23	4	52	Osso-buco de porc aux petits pois et gremolata au fenouil	17	1	92
Jambon au four à l'érable	9	4	97	Osso buco de porc et gremolata à l'orange	8	4	98
Jambon au miel et aux épices	15	2	69	Pain de viande au fromage cheddar	10	1	87
Jambon braisé à l'érable et au gingembre	22	4	50	Pain de viande au porc et aux pommes	7	5	38
Jambon glacé à la pomme épicee	12	4	94	Pain de viande en croûte	16	1	131
Jambon glacé au jus d'ananas et à la mélasse	4	3	44	Panure à la graine de lin (pour poisson, porc, poulet)	4	5	94
Jambon glacé au miel, sauce aux pommes et au gingembre	2	3	30	Parmentier au porc braisé et à la bière	23	1	71
Jambon laqué au jus d'abricot	17	7	74	Parmentier de saucisses	11	8	86
Jambon mijoté à la canadienne	6	3	71	Pâté feuilleté à la viande	12	1	149
Jambon rôti à la caribéenne	8	2	74	Pâté rustique à la viande	17	1	122
Jambon mijoté à l'érable	19	4	93	Pâtés à la viande	9	1	118
Joues de porc braisées au xérès	15	7	88	Pâtés à la viande et au canard confit	19	1	143
Légumes et boulettes de saucisse à la mijoteuse	15	3	42	Pâtés-tourtière au porc	13	1	128
Longe de porc rôtie en croûte de graines de citrouille et oignons au jus de carottes	20	1	69	Petits pâtés à la viande	4	1	51
Longe de porc, sauce à l'érable et aux poires	10	1	134	Plaque de saucisses, légumes et fromage en grains	15	1	49
Merguez grillées et tomates aux herbes	20	7	85	Poc-chuc (lanières de porc marinées)	5	2	103
Méchoui de porc	10	6	110	Porc au chou et aux pommes	13	3	96
Médaillons de porc à la sauce hoisin et concombres marinés	6	2	32	Porc à la clémentine	16	3	33
Médaillons de porc à l'érable	6	3	75	Porc à l'érable et à l'ail rôti	14	2	67
Médaillons de porc au prosciutto et salade de courgettes à la menthe	17	5	33	Porc à l'indienne (vindaloo)	17	3	70
Médaillons de porc, sauce à la clémentine	9	1	76	Porc aux légumes d'automne à l'autocuiseur	13	8	62
Médaillons de porc, sauce aux cerises et aux épices	3	2	31	Porc braisé à l'oignon	11	1	79
Médaillons de porc, tombée de poireau et d'épinards	16	5	33	Porc braisé au gingembre et aux patates jaunes	19	1	149
Mijoté de porc aux patates jaunes	13	3	82	Porc braisé au lait de coco	9	7	87
Mijoté de porc aux tomates	14	7	114	Porc braisé aux champignons et à la tomate	12	7	62
Mini-burgers aux boulettes marinara	10	5	70	Porc braisé aux pleurotes du panicaut à la mijoteuse	23	2	37
Minitourtières	3	1	68	Porc braisé aux pois chiches	11	2	83
Mijoté de viande à la tomate (<i>estofado</i>)	18	7	93	Porc braisé et rigatonis à l'oignon	13	8	110
Nouilles aux champignons shiitakes et au porc	23	8	27	Porc et vermicelles de chou rôtis à la coréenne	16	7	33
Oignons rouges farcis	4	2	78	Porc grillé, orge au fenouil et au cheddar	23	5	33
One pot de côtelettes de porc à la courge poivrée	23	8	34	Porc kalua	15	4	113
Oreilles de crisse	6	3	65	Porc sauté et tomates cerises confites à l'aneth	12	8	104
Orzotto au brocoli et porc aux épices à steak de Montréal	16	8	34	Porc sucré-salé à la mijoteuse	15	7	117
				Porc tonkatsu	11	4	132
				Porc vietnamien au caramel	22	2	27

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Pot-au-feu de porc à la mijoteuse	16	7	61	Saucisses braisées au fenouil	23	8	78
<i>Pot pie au jambon</i>	12	4	94	Saucisses de porc	16	2	97
Poutine au porc braisé au vin rouge	21	2	70	Saucisses et mangues grillées	7	5	80
Poutine au porc, aux <i>chips</i> barbecue à partager	23	6	35	Saucisses italiennes braisées au vin rouge	14	6	36
Purée de pommes de terre rouges, saucisses et petits pois	22	4	24	Saucisses hot-dog frites sur bâton au paprika fumé	17	6	46
Quesadillas au porc braisé et au maïs	19	8	68	Saucisses maison	12	3	100
Radis rôtis, côtelettes de porc au lait de beurre et beurre noisette	20	3	72	Saucisses marinées à la bière, servies en hot-dogs	3	4	23
Ragoût de boulettes	8	1	72	Saucisses polonaises et moutarde épiceée au miel	10	4	52
Ragoût de boulettes à la québécoise	5	1	93	Saucisses rôties, betteraves chaudes et pommes caramélisées	13	2	107
Ragoût de boulettes belle-maman	3	1	70	Saucisses et légumes rôtis aux pommes	20	8	23
Ragoût de boulettes de porc au four et légumes d'hiver	23	1	108	Saucisses rôties et haricots sur une plaque	12	1	82
Ragoût de boulettes et de pattes de cochon	13	1	156	Saucisses sur bâtonnet (Pogos)	2	2	27
Ragoût de haricots rouges louisianais	9	8	42	Sauté de porc haricots verts au porc haché	21	5	23
Ragoût de porc au caramel	10	2	130	Sauté de porc au gingembre	9	7	106
Ragoût de saucisses aux poivrons et aux haricots blancs à la plaque	23	2	24	Sauté de porc au gingembre, salade de chou au sésame	23	7	31
Ragoût de saucisses et polenta	15	8	40	Sauté de porc au jus d'ananas	5	5	44
Rôti d'épaule de porc barbecue sur la broche	6	5	84	Sauté de porc au kale et au maïs	17	7	34
Rôti de flanc de porc	14	7	116	Sauté de porc et brocoli	6	1	122
Rôti de porc à sandwich	12	2	53	<i>Scotch eggs</i> (oeufs frits à la saucisse)	14	4	70
Rôti de porc au cidre	3	5	14	<i>Smash burgers</i> César	23	5	78
Rôti de porc au citron et à l'ail	5	2	49	Spareribs à la mijoteuse (côtes de porc aigres-douces)	5	3	91
Rôti de porc au lait vanillé	1	2	20	Steaks de jambon, sauce crémeuse à la sauge	23	4	54
Rôti de porc aux épices de Noël	12	1	80	Steaks de porc et frites au citron et au romarin	17	8	29
Rôti de porc aux figues et au fenouil	1	5	52	Strata à la saucisse dans un pain	13	2	52
Rôti de porc aux patates jaunes	9	3	35	Strata à la saucisse italienne	11	1	66
Rôti de porc aux petits pois et aux tomates confites	11	3	50	Super burger doublément cochon	17	5	134
Rôti de porc barbecue de 4 heures	4	4	60	Taboulé au brocoli, poivrons et filet de porc grillés	13	6	67
Rôti de porc braisé à l'orge et au maïs	14	8	100	Tacos au chorizo et aux patates douces, crème à l'avocat	21	2	21
Rôti de porc braisé aux pommes	13	7	58	Tacos au flanc de porc, au fenouil et à l'ananas	15	7	90
Rôti de porc cajun à la broche	2	4	40	Tacos au porc grillé	9	5	80
Rôti de porc froid et mayonnaise à l'ail rôti	7	1	62	Tacos au porc mariné et à l'ananas (<i>tacos al pastor</i>)	19	3	50
Rôti de porc froid au gingembre	18	1	66	Tacos au ragoût de boulettes	19	1	34
Rôti de porc mojo	9	1	162	Tacos de porc à la salsa verde	10	7	86
Rôti de porc sous vide à l'érable	21	4	59	Tacos de porc braisé	9	7	101
Salade de chou nappa au porc grillé	6	3	58	Tagliatelles aux pattes de cochon	5	1	94
Sandwich déjeuner à la saucisse	9	4	50				
Saucisses aux flageolets	2	5	63				
Saucisses aux raisins rôtis	17	8	115				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Tarte à la farce de Noël	8	1	76	Brochettes de poulet barbecue	18	5	81
Tarte aux endives et au boudin	12	2	72T	Brochettes de poulet et aubergine à la lime	6	4	54
Tartines de rôti de longe de porc à la coriandre, chutney à l'ananas	22	1	130	Brochettes de poulet et de légumes au sésame	21	7	25
Tartines de patates douces et de filet de porc rôti	20	1	25	Brochettes de poulet grillé et pesto à la coriandre	7	4	63
Tombée de chou au porc et au vin blanc	3	2	18	Brochettes de poulet, sauce aux arachides	8	2	63
Tourtière au cheddar et aux herbes	6	1	118	Brochettes de poulet, sauce hoisin	9	5	102
Tourtière au porc braisé et au canard confit	10	1	132	Brochettes de poulet, sauce hoisin (2)	17	6	87
Tourtière briochée	6	1	90	Brochettes fajitas au poulet	4	4	47
Tourtière de Jocelyne Cazin	8	1	79	Burger de poulet, bacon et sauce mayonnaise aux câpres	15	5	63
Tourtière du Lac-Saint-Jean	2	1	30	Burgers au poulet barbecue	10	5	56
Tourtière « la meilleure »	11	1	76	Burgers de chili aux haricots et au poulet	15	6	37
Travers de porc grillés à la sauce Ponzu	6	4	57	Burgers de poulet et de salade de chou (Kottlety Pozharskie)	6	4	81
Wraps de laitue au sauté de porc (<i>san choy bow</i>)	21	7	51	Burgers de poulet et salade de chou	13	4	108
Poulet				Burgers de poulet frit	19	6	59
Aubergines et poulet grillés, sauce tahini aux herbes	20	8	79	Burgers de poulet fumé	12	5	125
Baguette farcie comme un vol-au-vent	15	7	111	Cari au poulet et aux pommes	7	5	40
Blancs de poulet à l'orange sanguine	5	1	80	Cari de citrouille et de poulet	3	5	42
Blancs de volaille aux pommes et à la cannelle	1	5	10	Cari de poulet et de poivron rouge	6	2	111
Blanquette de poulet	9	2	86	Cari japonais au poulet	8	7	110
Bol burrito au poulet à l'autocuiseur	17	7	63	Cari vert au poulet	22	3	48
Bols de poulet, aubergine rôtie, pitas grillés au sumac et yogourt	19	3	109	Casserole de poulet au maïs, aux petits pois et aux tomates <i>succotash</i>	14	4	128
Bols de poulet barbecue, salade de céleri et d'ananas	17	4	90	Casserole de poulet aux patates sucrées	4	1	65
Bols de riz créole au poulet, bananes plantains et pikliz	18	3	76	Casserole de poulet, de riz brun et de fenouil tout-en-un	22	4	78
Bouillon de pochage pour poulet	5	3	66	Casserole de saucisses et de poulet au riz brun	21	3	68
Boulettes de poulet aigres-douces	9	2	52	Cari thaï au poulet et à la courge	14	4	44
Boulettes de poulet à l'aneth	21	8	72	Chili verde au poulet	11	2	44
Brochettes de poulet à l'indienne, pommes de terre au cari et sauce raita	23	6	71	Chips de chou kale et cuisses de poulet rôties au parmesan	10	2	51
Brochettes de poulet à la citronnelle	2	3	72	Chop suey au poulet	8	1	92
Brochettes de poulet à la coriandre et à la lime	12	6	102	Colombo de poulet	13	4	106
Brochettes de poulet à l'asiatique	3	4	26	Colombo de poulet à la noix de coco	8	2	73
Brochettes de poulet au cari et gremolata à la noix de coco grillée	8	6	56	Coq à la bière	1	5	77
Brochettes de poulet au garam masala	14	6	59	Coq au riesling	2	2	42
Brochettes de poulet aux épices sur purée d'avocat	11	5	114	Coq au vin	15	2	111
Brochettes de poulet aux olives et au chorizo	14	5	80	Courge farcie au poulet et au porc	4	5	16

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Croquettes de pommes de terre farcies à la péruvienne (<i>papas rellenas peuanas</i>)	19	3	49
Croquettes de poulet	3	5	53
Croquettes de poulet (2)	8	3	82
Croquettes de poulet au four	1	1	65
Cuisse de poulet à la lime et à la coriandre	23	3	58
Cuisses de poulet à la sauce Hoisin	4	5	79
Cuisses de poulet au citron et au gingembre	11	5	114
Cuisses de poulet au citron et au paprika	8	6	75
Cuisses de poulet au flocons de maïs	15	8	83
Cuisses de poulet au jus de de cornichons et sauce aux herbes	15	2	69
Cuisses de poulet au vinaigrette	17	3	66
Cuisses de poulet aux herbes	7	3	39
Cuisses de poulet aux olives et aux noix	22	3	78
Cuisses de poulet aux olives et aux artichauts	20	4	50
Cuisses de poulet braisées à l'éرable, à l'ail et au vin blanc	23	4	82
Cuisses de poulet croustillantes aux amandes et purée de carottes	18	3	28
Cuisses de poulet érable et soya	12	6	82
Cuisses de poulet farcies et champignons au persil	21	1	114
Cuisses de poulet glacées à l'érable	4	3	17
Cuisses de poulet grillées, sauce barbecue de la Caroline du Nord	23	6	70
Cuisses de poulet moutarde et miel	14	1	91
Cuisses de poulet rôties à l'oignon et au poivre	10	4	67
Cuisses de poulet Shake'n Bake revisité	7	5	88
Enchiladas au poulet et aux haricots noirs	14	3	92
Escalopes de poulet asiatiques et salade de concombre	9	6	83
Escalopes de poulet au beurre d'oseille	8	6	78
Escalopes de poulet au citron et au thym	16	3	34
Escalopes de poulet, couscous israélien crémeux au jus de carotte	17	2	34
Escalopes de poulet en croûte de noix de pin	7	3	34
Escalopes de poulet et chou-fleur sur une plaque	13	3	80
Escalopes de poulet et légumes grillés	6	5	34
Escalopes de poulet, gnocchis et kale, sauce crémeuse aux champignons	19	4	53
Escalopes de poulet grillées à la coréenne	22	5	48
Escalopes de poulet grillées à la sauce			

	vol	n°	page
tomate et à la mozzarella fondue	19	6	18
Escalopes de poulet panées, sauce à l'arachide	17	7	76
Escalopes de poulet panées <i>alla parmigiana</i>	12	7	100
Escalopes de poulet panées au couscous	4	2	100
Escalopes de poulet poulet, radis et haricots grillés, sauce à l'estragon	21	6	26
Faux poulet frit	5	1	66
Fajitas au poulet	7	3	53
Filets de poulet croustillants	10	7	52
Foies de poulet glacés à l'érable	5	1	67
Foies de volaille aux radis, aux petits pois et au xérès	7	3	31
Foies de volaille et pommes poêlées au xérès	16	7	92
Fricassée de poulet aux légumes	21	7	29
Fricassée de poulet au maïs et aux champignons	9	7	94
Fricassée de poulet aux pêches et au chorizo	9	6	68
Fricassée de poulet aux olives	13	3	47
Guédilles au poulet	8	5	59
Hamburger au poulet raita	7	4	64
Hauts de cuisses de poulet à la confiture d'oignon	18	5	25
Jerky	3	4	84
Lasagnes au poulet	6	3	60
Manchons de poulet barbecue	3	4	15
Mijoté de poulet aux pruneaux et aux épinards	18	2	58
Nachos à la fondue au fromage et au poulet barbecue	24	1	41
Nems au poulet grillé	22	5	86
One pot d'escalopes de poulet, de patate douce et d'olives	21	3	21
Osso buco de poulet	5	2	68
Paella	4	1	65
Paëlla sans fruits de mer	15	5	113
Panure à la graine de lin (pour poisson, porc, poulet)	4	5	94
Papillotes de poulet à l'asiatique	9	5	77
Papillotes mexicaines	1	1	75
Pataate farcie style galvaude	11	8	79
Pâté au poulet	6	2	62
Pâté au poulet (2)	8	2	34
Pâté au poulet de Pierrette	21	1	69
Pâté au poulet (le meilleur)	10	7	63

INDEX DES RECETTES RICARDO

vol	n°	page	vol	n°	page
Pâtés au poulet en ramequins	2	65	Poulet à l'ananas rôti et couscous israélien au citron	20	21
Paupiettes de poulet au parmesan	14	42	Poulet à la bière et aux abricots	4	88
Paupiettes de poulet aux tomates séchées et au parmesan	11	112	Poulet à la courge et à la fleur d'ail	11	126
Pilons de poulet à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>), sauce satay	21	46	Poulet à la crème, aux pommes et au calvados	7	40
Pilons de poulet à l'ail et aux herbes et salade d'asperges, fenouil et figues fraîches	11	112	Poulet à la Kiev	9	66
Pilons de poulet à l'orange et à la bière	16	30	Poulet à la limonade	1	24
Pilons de poulet au paprika et au curcuma	5	30	Poulet à la Méditerranéenne	3	55
Pilons de poulet au paprika et au curcuma (2)	23	26	Poulet à la moutarde	2	52
Pilons de poulet aux épices indiennes	6	70	Poulet à la moutarde et à la crème, tombée de chou	24	31
Pilons de poulet aux tomates et aux lentilles	18	20	Poulet à la moutarde et poivrons tricolores	5	83
Pilons de poulet braisés aux tomates, au chorizo et aux olives	23	69	Poulet à la sauce aux dattes et rutabaga rôti	20	21
Pilons de poulet croustillants au sésame et sauce épicée au citron	17	30	Poulet à la sauce crémeuse aux piments poblano	21	94
Pilons de poulet de Réal St-Amant	9	77	Poulet à la sauce tarator	19	71
Pilons de poulet grillés au sésame et salade de chou	18	22	Poulet à la papaye	8	61
Pilons de poulet laqués à l'érable	11	74	Poulet à la toscane	22	23
Pilons de poulet mariné à la bière mexicaine	7	61	Poulet à la tzatziki	8	76
Pilons de poulet miel et ail	21	52	Poulet à l'érable et bok choy à l'ail	5	76
Pilons de poulet miel et moutarde	22	47	Poulet à l'étouffée	14	78
Pilons de poulet, salade de fenouil aux olives	22	21	Poulet à l'haïtienne	1	74
Planche de grillades façon parilla argentine	18	96	Poulet à l'harissa à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>), couscous à la menthe	22	21
Plaque de poulet à la jerk, salade de concombres	17	49	Poulet à l'orange, betteraves et radis rôtis	14	42
Plaque de poulet au romano et au citron	21	21	Poulet à l'orientale et purée de haricots blancs au sésame grillé	8	60
Pogos au poulet	5	56	Poulet asiatique sur une plaque	11	114
Poitrines de poulet à la brique marinées au café	4	57	Poulet au beurre express	10	110
Poitrines de poulet barbecue	7	52	Poulet au beurre (le meilleur)	19	27
Poitrines de poulet farcies à la roquette et au parmesan	21	92	Poulet au cari	11	67
Poitrines de poulet marinées au pesto, légumes rôtis	7	103	Poulet au céleri à l'autocuiseur	9	29
Pommes de terre au jerky	3	84	Poulet au chorizo et au citron	13	94
Pot-au-feu de poulet au jus de pomme	5	48	Poulet au cidre rosé	1	76
Pot pie au poulet et aux patates douces	5	64	Poulet au citron et au romarin	4	81
Pot pie aux champignons et au poulet	10	82	Poulet au citron et aux oignons	16	33
Pot pie d'été	10	67	Poulet au coca-cola ou à l'Orangina	1	77
Poule au pot et légumes d'automne à l'estragon	13	36	Poulet au four à la sauce aux arachides	13	68
Poule au pot express	15	45	Poulet au gingembre	11	57
			Poulet au gingembre et au curcuma	18	20
			Poulet au piment de la Jamaïque	5	79
			Poulet au riesling	6	101
			Poulet au sumac et concombres acidulés	17	30

INDEX DES RECETTES RICARDO

vol	n°	page	vol	n°	page		
Poulet au vinaigre	7	5	31	Poulet du Général Tao	2	5	42
Poulet aux 40 gousses d'ail	15	3	54	Poulet épicé au cantaloup et au chorizo	16	6	33
Poulet aux abricots et au gingembre	19	8	20	Poulet en citrouille (Corbeau et ses entrailles lentement bouillis)	6	5	H-17
Poulet aux arachides de mon ami Ha	2	5	46	Poulet en crapaudine au miel et aux agrumes	9	5	84
Poulet aux carottes et au parmesan	9	1	95	Poulet en crapaudine, sauce chimichurri	11	5	110
Poulet aux chips	2	2	27	Poulet en crapaudine, sauce chimichurri	13	4	106
Poulet aux épices berbères	11	2	81	Poulet et asperges grillés au sésame	23	5	34
Poulet aux herbes et aux endives caramélisées	6	5	32	Poulet et bok choy rôtis, sauce à l'ail confit	15	3	85
Poulet aux herbes et salade à l'échalote frite	14	4	38	Poulet et chou-fleur frits	17	8	106
Poulet aux légumes et aux pois chiches rôtis	23	8	33	Poulet et chou-fleur gratinés, kale et fromage bleu	22	2	64
Poulet aux morilles et aux asperges blanches	8	3	60	Poulet et chou rôtis, sauce aux pommes	15	7	111
Poulet aux olives et au citron grillé	7	2	20	Poulet et légumes au cari 30 minutes	12	4	54
Poulet aux olives et aux poivrons grillés à la mijoteuse	23	4	29	Poulet et pommes de terre à la portugaise	10	7	95
Poulet aux pois chiches et pitas croustillants (<i>fatteh</i>)	21	5	21	Poulet et salade de légumes rôtis au fromage de chèvre	10	8	112
Poulet aux tomates et aux olives	22	1	25	Poulet farci à l'avocat et au fromage	14	8	100
Poulet aux pruneaux et aux champignons	7	2	84	Poulet farci au chèvre et au chou rouge	4	3	66
Poulet aux pruneaux façon tajine	14	8	46	Poulet farci au fromage brie	9	4	68
Poulet aux prunes et à l'ananas	10	7	107	Poulet farci au fromage Oka façon cordon bleu	13	3	36
Poulet barbecue	6	3	49	Poulet farci au gâteau aux fruits	18	1	174
Poulet barbecue au four (le meilleur)	11	8	93	Poulet farci aux marrons	5	1	92
Poulet barbecue asiatique et salade de fèves germées	8	4	56	Poulet forestier (aux champignons)	5	5	79
Poulet barbecue, salade de maïs aux pêches	23	7	89	Poulet frit	12	5	109
Poulet basquaise	7	1	138	Poulet frit (2)	14	2	32
Poulet BBQ sur canette de racine et salade de patates douces grillées	18	5	53	Poulet frit au sésame	13	4	110
Poulet biologique à l'orge, au citron confit et au fromage de chèvre	6	4	115	Poulet frit au sésame et mayonnaise au wasabi <i>karaage</i>	10	3	127
Poulet braisé au brandy	6	3	54	Poulet frit, panure croustillante à la bière	19	6	59
Poulet braisé aux figues et au citron	2	2	36	Poulet frit, sauce au fromage	21	2	75
Poulet braisé aux tomates gratiné	6	5	68	Poulet froid et sauce mayonnaise à l'orange	5	3	66
Poulet braisé épicé (<i>chilate de pollo</i>)	18	7	93	Poulet frotté au sel et au citron	12	6	56
Poulet cacciatore	9	3	39	Poulet fumé au café	6	4	58
Poulet, chou-fleur et brocoli au cheddar	11	8	73	Poulet fumé au thé	1	3	76
Poulet chasseur	17	2	21	Poulet général Tao sans friteuse	12	4	61
Poulet croustillant au fromage parmesan	11	4	96	Poulet glacé au miel et au vermouth	3	5	34
Poulet croustillant au parmesan et au basilic	15	2	31	Poulet grillé	12	7	66
Poulet cordon bleu	23	4	56	Poulet grillé à la portugaise	14	5	89
Poulet de Cornouailles aux abricots et à la moutarde	8	8	92	Poulet grillé au romarin et poivrons sautés aux raisins secs	14	5	42

INDEX DES RECETTES RICARDO

vol	n°	page	vol	n°	page		
Poulet grillé à la vietnamienne	13	6	58	Poulet rôti, sauce au vin blanc et au thym	3	5	58
Poulet grillé à l'érable	3	3	38	Poulet rôti et pommes de terre croustillantes	20	3	48
Poulet grillé au fenouil et aux abricots	10	5	36	Poulet style shawarma express	15	8	39
Poulet grillé en crapaudine au miel et au parmesan	13	7	58	Poulet tandoori	1	3	73
Poulet grillé en crapaudine et mayonnaise au pesto	10	3	83	Poulet teriyaki	23	2	26
Poulet grillé, marinade à la moutarde	18	6	52	Poulet Tikka	3	1	90
Poulet grillé péruvien (<i>pollo a la brasa</i>)	23	6	68	Poulet tikka au yogourt	22	8	80
Poulet grillé, salade de tomates et poivrons grillés aux olives	20	5	64	Poulet tikka masala	8	2	96
Poulet grillé sur une canette de bière	1	4	26	Poulet toscan	12	3	74
Poulet hâché à la citronnelle (larb)	17	2	60	Poulet toscan	13	4	108
Poulet huli-huli	15	4	110	Poulets barbecue en crapaudine	16	5	101
Poulet Jerk	14	6	64	Poulets rôtis aux épices et au sésame	23	8	77
Poulet « Kung Pao »	18	1	123	Purée de poulet (pour bébé)	8	4	64
Poulet laqué au miel et à l'anis	7	2	79	Quesadilla au poulet et à la roquette	23	3	57
Poulet laqué au miel et à l'anis	13	4	102	Quesadillas de poulet	6	1	124
Poulet mariné à la tequila, sauce au chocolat	1	2	45	Quesadillas de poulet au Jack Daniel's	9	7	80
Poulet mariné au rhum et ketchup à la pêche	4	5	56	Ragoût d'orge, de légumes verts et de poulet	5	2	25
Poulet mariné express et légumes au four	20	7	86	Riz frit au poulet, aux champignons et au gingembre	21	2	23
Poulet pané, nouilles de légumes et vinaigrette tao	18	7	44	Riz <i>one pot</i> au poulet et au gingembre	22	3	19
Poulet poché et bouillon de poulet à l'italienne	12	3	72	Rôtis de poulet au bacon et à la moutarde	22	1	73
Poulet portugais express	15	4	45	Roulades de poulet aux légumes d'automne	2	5	23
Poulet rôti à la marmelade	8	4	25	Roulade de poulet froide aux artichauts, coulis de poivrons rouges	3	4	32
Poulet rôti à la ratatouille	5	5	68	Salade de poires grillées et de poulet à la moutarde	2	4	40
Poulet rôti à la thaïe, champignons enokis frits	21	4	96	Salade de quinoa au poulet et aux abricots séchés	14	5	98
Poulet rôti à l'orange	10	3	31	Saltimbocca de poulet	1	3	74
Poulet rôti à l'orange et au miel	16	1	34	Saltimbocca de poulet au basilic et aux câpres	10	6	67
Poulet rôti au cari	16	2	55	Sauté de poulet aigre-doux	6	5	34
Poulet rôti au citron et aux deux céleris	14	8	134	Sauté de poulet à la grecque	6	2	71
Poulet rôti au yogourt et aux épices	22	1	90	Sauté de poulet au poivron et à la mangue	20	7	23
Poulet rôti aux épices de Montréal	9	5	104	Sauté de poulet et de légumes de Sébastien Benoît	2	5	44
Poulet rôti aux herbes	6	2	57	Sauté de poulet et de légumes au gingembre	1	2	62
Poulet rôti aux légumes	12	7	96	Sauté poulet haché au miso et au cari	23	1	26
Poulet rôti aux oignons caramélisés	19	7	23	Shortcake au poulet à la King	6	3	47
Poulet rôti aux oignons caramélisés (2)	23	3	73	Sous-marin au poulet	4	3	22
Poulet rôti aux raisins verts	3	5	77	Suprêmes de poulet farcis au fromage de chèvre, sauce de poivrons grillés	1	2	74
Poulet rôti aux tomates confites, aux carottes et aux betteraves	22	8	64	Suprêmes de poulet, sauce moutarde			
Poulet rôti de l'Action de grâce	12	8	136				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
et pruneaux	6	5	34
Suprêmes de volaille, sauce minute	8	7	67
Tacos au poulet	3	3	54
Tacos au poulet à la lime et au melon d'eau	16	6	53
Tajine de poulet	4	3	78
Tajine de poulet (2)	13	4	104
« Tajine » de poulet sur une plaque	12	8	108
Tamales au poulet	11	7	74
Vol-au-vent	22	3	57
Quiches et tartes salées			
Cakes salés au jambon et au brocoli, salade crémeuse de brocoli	20	7	82
Chili pot pie	15	8	83
Minitourtières	3	1	68
Pâte à tarte au blé entier	14	8	84
Pâte brisée	11	7	102
Pâte brisée (2)	19	1	143
Pâte brisée à la graisse végétale	21	1	69
Pâte semi-feuilletée	20	5	84
Pâtés à la viande	9	1	118
Pâté au boeuf braisé	14	1	148
Pâté au boeuf en croûte de pain	15	1	96
Pâté au poulet	6	2	62
Pâté au poulet (2)	8	2	34
Pâté au poulet (le meilleur)	10	7	63
Pâtés au poulet en ramequins	2	5	65
Pâté au saumon et béchamel surprise de Brigitte	11	7	101
Pâté au saumon style pot en pot de Ricardo	11	7	102
Pâté du sportif	8	2	32
Pâté-tourtière au porc	13	1	128
Petits pâtés à la viande	4	1	51
Pot pie au jambon	12	4	94
Pot pie au poulet et aux patates douces	5	1	64
Pot pie au saumon et aux crevettes	14	2	73
Pot pie aux champignons et à l'orge	24	1	98
Pot pie aux champignons et au poulet	10	1	82
Pot pie végétalien aux légumes	22	1	37
Quiche à la bette à carde	6	5	48
Quiche à la betterave et au fromage feta	HSP		68
Quiche à la courge	11	2	89
Quiche à la ricotta, à la courgette et à la pancetta	4	3	35

	vol	n°	page
Quiche à l'oignon, au jambon blanc et au kale	14	4	72
Quiche à l'oignon rouge et au saumon fumé	11	8	142
Quiche au brie et aux canneberges	1	1	73
Quiche au brocoli	9	8	46
Quiche au chou palmier de Toscane et à l'oignon rouge	18	2	84
Quiche au poireau et au jambon	21	2	27
Quiche au poireau et aux crevettes	5	2	72
Quiche aux asperges et au fromage Valbert	5	5	58
Quiche aux tomates jaunes	7	3	70
Quiche en croûte de pain aux tomates cerises	9	5	50
Quiche lorraine	9	4	65
Quiche rösti	13	2	50
Quiche sans croûte aux champignons, au poireau et au fromage de chèvre	23	2	33
Quiches en courge spaghetti au bacon et à l'aneth au barbecue	19	5	33
Quichettes au poireau et triple crème avec salade de petits pois à la menthe	15	4	73
Socca anisée	17	6	77
Tarte à la farce de Noël	8	1	76
Tarte à la ratatouille et au Jarlsberg	13	4	128
Tarte aux courgettes	20	8	82
Tarte aux épinards	9	4	94
Tarte aux épinards et à la feta	7	3	48
Tarte au saumon et aux champignons	5	2	26
Tarte aux endives et au boudin	12	2	72
Tarte aux patates sucrées, courgettes et cheddar	4	5	66
Tartes aux tomates ancestrales	16	7	78
Tarte courtepointe aux asperges, aux oeufs et au jambon	11	4	53
Tarte de pommes de terre et de fromage en grains	7	4	90
Tarte fine de pommes de terre et fromage gruyère	6	1	120
Tarte rustique au kale	14	8	84
Tarte rustique aux carottes, aux abricots et au gruyère	10	8	101
Tarte rustique aux champignons	22	2	45
Tarte rustique aux tomates	23	8	103
Tarte rustique « tourtière »	24	1	103
Tarte salée au flanc de porc confit à l'éable	15	4	80
Tarte salée au fromage et aux tomates confites	15	3	87

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Tarte salée aux pommes de terre et au bacon	12	5	70	Pilaf d'orge aux légumes racines rôtis	6	3	76
Tarte salée aux tomates cerises	12	4	74	Polenta au fromage et aux champignons	3	2	53
Tarte Tatin de champignons	8	2	36	Polenta minute au fromage fontina	14	7	42
Tartelettes aux tomates et à la ricotta	16	8	111	Pot de risotto	15	1	74
Tortilla au chorizo	15	3	69	Quinoa au citron	5	1	30
Tourte végé au quinoa et à la patate douce	15	1	121	Quinoa aux épinards	4	5	58
Tourtière au cheddar et aux herbes	6	1	118	Quinoa au légumes grillés et au tofu	17	4	33
Tourtière au porc braisé et au canard confit	10	1	132	Quinoa au tofu et salade de kale	18	7	44
Tourtière briochée	6	1	90	Quinoa aux légumes racines	10	2	48
Tourtière de Jocelyne Cazin	8	1	79	Quinoa végétarien au cari	8	8	74
Tourtière du Lac-Saint-Jean	2	1	30	Ragoût de lentilles végétalien	16	3	33
Riz, risotto, orge...				Ragoût de lentilles aux saucisses et aux rapinis	20	3	24
Bibimbap (bol coréen de riz, de légumes d'oeuf et de boeuf)	13	2	61	Ragoût d'orge aux boulettes de saucisses	21	1	25
Bols de couscous aux herbes, d'oeufs mollets et de légumes marinés	22	6	39	Ragoût d'orge aux légumes racines et à la dinde	9	1	37
Bols de lentilles, quinoa, tatsoï et oeuf poché	20	3	74	Ragoût d'orge safrané	10	5	41
Bols de riz aux champignons, avocats et oeufs frits	23	4	30	Risotto à la citrouille et aux fruits de mer	8	8	57
Bol-repas au riz brun, lentilles, carottes et raisins	15	7	37	Risotto à la courge et au chou toscan	15	7	56
Casserole de riz au boeuf et aux tomates	11	2	87	Risotto à la courge sans produits laitiers	22	8	83
Casserole d'orge aux légumes et au cheddar	9	7	91	Risotto à la milanaise	12	3	58
Couscous au jus de carottes	14	5	82	Risotto à la tomate	12	3	56
Couscous aux crevettes et aux merguez	10	7	100	Risotto au brocoli et fricassée de poulet	8	4	78
Couscous d'été sur le barbecue	14	6	62	Risotto au chorizo et aux champignons séchés	9	6	95
Couscous express au poulet	15	3	54	Risotto au four au poireau et aux épinards	12	3	54
Couscous israélien au poisson et aux légumes	15	6	83	Risotto au homard, aux petits pois et au mascarpone	10	5	86
Crème de blé au parmesan	10	2	80	Risotto au jus de betterave et aux flocons de poisson	5	5	44
Gruau salé aux champignons	16	3	64	Risotto au poulet et à la courge	9	8	48
Orge aux champignons	15	3	44	Risotto au ragoût de boulettes de porc	23	1	107
Orge pilaf	1	5	30	Risotto au veau haché, aux épinards et aux tomates rôties	16	1	32
Orge tomaté aux légumes	11	2	89	Risotto aux boulettes de porc et aux pois sucrés	19	6	44
One pot de couscous aux boulettes de merguez	21	7	50	Risotto aux carottes et aux crevettes	17	8	73
Pilaf à la dinde aux saveurs indiennes	15	1	130	Risotto aux champignons	21	8	51
Pilaf de lentilles	6	5	68	Risotto aux champignons à l'autocuiseur	19	1	34
Pilaf de poulet aux d'agrumes	5	5	83	Risotto aux champignons et à la pancetta	12	3	56
Pilaf de riz sauvage aux canneberges et aux noix	8	8	92	Risotto aux crevettes et aux pétoncles	21	5	52
Pilaf d'orge	4	2	46	Risotto aux crevettes de type <i>chowder</i>	14	4	44
Pilaf d'orge aux lardons	3	3	48	Risotto aux fruits de mer et au laurier	12	3	54
				Risotto aux petits pois	11	3	50
				Risotto aux restes du frigo	2	2	62

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Risotto d'été	7	4	56
Risotto de base	12	3	52
Risotto de quinoa aux petits pois et aux champignons (quinotto)	18	4	65
« Risotto » d'orge printanier aux asperges	2	3	12
Risotto d'orge aux champignons et au cheddar	15	3	89
Riz 15 minutes au micro-ondes	5	2	32
Riz à la lime	8	3	78
Riz à la mexicaine et poisson tomaté	11	3	68
Riz au curcuma	16	7	61
Riz au djon djon et aux haricots de lima	2	2	52
Riz au fenouil et au vieux cheddar	4	5	43
Riz au jasmin	4	1	102
Riz au maïs grillé	5	3	112
Riz aux amandes	5	2	79
Riz aux herbes	22	4	63
Riz aux herbes et truite rôtie	16	8	83
Riz aux haricots noirs	16	6	51
Riz aux lentilles et aux choux de Bruxelles	14	2	108
Riz aux noix de pin et aux herbes	5	3	78
Riz aux vermicelles, au poulet et aux petits pois	14	2	46
Riz aux pacanes	2	3	89
Riz aux tomates	5	2	104
Riz aux tomates (2)	14	3	94
Riz basmati au poulet	5	2	24
Riz biryani	1	3	73
Riz brun aux lentilles et aux oignons caramélisés	18	4	35
Riz brun, crevettes et tofu grillé	13	6	67
Riz collé	19	3	76
Riz créole à la mangue	19	3	98
Riz créole au poulet (à la mijoteuse)	7	5	51
Riz djon djon de Luck Mervil	8	2	76
Riz épicé au chili	18	7	95
Riz frit	23	2	35
Riz frit à la mexicaine	9	2	65
Riz frit à l'edamame et aux crevettes	12	8	102
Riz frit au boeuf et à la courge	15	4	45
Riz frit au boeuf et aux petits pois	9	8	48
Riz frit au poulet	7	5	74
Riz frit au poulet (2)	11	7	112
Riz frit aux crevettes sur une plaque	19	2	25

	vol	n°	page
Riz frit « touski »	16	2	35
Riz grillé	2	1	83
Riz jaune	10	4	130
Riz libanais à l'agneau	9	3	38
Riz « one pot » aux saucisses, au fenouil et au poivron	19	7	82
Riz parfumé au curcuma	8	2	61
Riz pilaf aux épices	13	4	82
Riz pilaf au poulet et à l'orange	8	4	25
Riz pilaf de base	11	4	44
Riz pour les sushis	3	3	73
Verrines de risotto d'orge aux cèpes et au foie gras	8	1	50
Sandwichs			
Arepas au poulet	15	4	73
Baguette farcie comme un vol-au-vent	15	7	111
Banh mi au tofu et aux champignons	19	3	22
Banh mi au smoked meat	17	5	59
Banh mi chaud au porc	14	4	46
B.O.L.T (bacon oeuf laitue tomate)	12	5	76
Bagels à la salade de poulet épicée	5	5	120
Bagel au poulet, aux pommes et au bacon	7	5	59
Baguel au saumon fumé et aux poireaux	11	3	70
Baguette aux radis, beurre et fleur de sel	HSP		60
Baguette prosciutto double figue	12	7	50
Barros Luco (sandwich au bœuf, avocat et fromage fondu)	4	5	81
BLT végé	18	7	118
Bocadillos (sandwichs espagnols)	10	1	182
Bouchées de wraps à la dinde, au bacon et au fromage à la crème	23	7	33
Burgers de champignons portobellos au fromage	21	4	94
Ciabatta au thon grillé et gremolata	7	4	72
Club sandwich à l'œuf et à l'aubergine	6	2	72
Club sandwich de canard confit	5	2	76
Club sandwich Everest	9	3	67
Croissant aux crevettes nordiques	12	4	57
Croque-ado	3	3	54
Croque-madame	15	5	41
Croque-monsieur aux asperges	6	3	29
Garniture au poulet BLT (pour sandwich)	11	7	55
Garniture au poulet de base			

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
(pour sandwich)	11	7	55	Pain sandwich (2)	20	1	113
Garniture au poulet, raisins et noix				Pain sandwich revisité	22	1	45
(pour sandwich)	11	7	55	Panini à la mozzarella di buffala	3	2	54
Garniture au thon à la niçoise				Panini à la mortadelle et au provolone	12	3	64
(pour sandwich)	11	7	54	Panini au poulet, au poivron rôti et au gouda fumé	19	4	28
Garniture au thon, artichauts et citron				Panini au poulet et aux poivrons grillés	1	3	43
(pour sandwich)	11	7	54	Panini au thon et aux tomates séchées	10	7	112
Garniture au thon de base (pour sandwich)	11	7	54	Paninis au bocconcini, aux tomates et au basilic	6	2	36
Garniture aux oeufs de base (pour sandwich)	11	7	54	Paninis aux patates douces, au cheddar et au bacon	10	4	56
Garniture aux oeufs et au jambon				Petits pains farcis au boeuf (pains gombos)	20	1	115
(pour sandwich)	11	7	54	Petits pains farcis au poulet et aux champignons	9	8	66
Garniture aux oeufs et au poivron rôti				Petits pains farcis végés	20	1	115
(pour sandwich)	11	7	54	Petits sandwichs au «tofu effiloché»	21	7	51
Grilled-cheese	4	2	56	Piadina au poulet, au prosciutto et aux pickles de chou-fleur	13	3	80
Grilled cheese à la pomme, au cheddar et au bacon	20	7	100	Pita à la salade Olivier	12	7	48
Grilled cheese à l'avocat	17	2	46	Pita feta et concombre	12	7	48
Grilled cheese à la purée de pommes de terre et au gruyère	20	2	103	Pitas à la salade de haricots noirs et de maïs	6	5	20
Grilled-cheese à la tombée de poireau et au bacon	19	8	86	Pitas à la salade de porc	20	7	23
Grilled-cheese au fromage de brebis et roquette	9	5	60	Pitas à la salade de poulet et au riz sauvage	7	3	69
Grilled cheese au gouda	17	3	32	Pitas à la salade de poulet grillé et au chorizo	6	5	30
Grilled cheese au jambon	16	3	82	Pitas au chou-fleur Buffalo	21	7	25
Grilled-cheese au jambon et à la moutarde	9	4	97	Pitas aux boulettes de dinde	16	5	62
Grilled cheese au kale	13	7	73	Pitas aux croquettes de poisson	15	4	43
Grilled cheese au macaroni au fromage	12	5	81	Pitas aux pois chiches « taouk »	14	8	138
Grilled-cheese au pain aux noix	7	2	59	Pitas farcis au boeuf haché	13	5	49
Grilled cheese aux tomates et aux oignons caramélisés	17	8	104	Pitas grillés au poulet et à la mangue	11	5	110
Grilled cheese pané	14	7	42	Quesadillas aux champignons effilochés	23	2	76
Grilled-cheese revisité	12	1	88	Quesadillas aux petits pois, aux edamames et au seitan	18	6	25
Guédilles aux crevettes et au céleri rémoulade	6	4	100	Quesadillas végétaliennes à la courge rôtie	20	4	87
Gyros au rôti de porc et à la mangue	12	7	50	Rouleaux <i>Banh mi</i>	12	7	33
Hot chicken	9	3	68	Sandwich à la dinde et chutney aux canneberges	5	1	81
Keftas de veau en sandwich	11	7	112	Sandwich à la salade grecque	8	7	65
Minibagels au saumon fumé	18	1	62	Sandwich à l'oeuf au plat	5	3	83
Minisandwichs au concombre	7	2	54	Sandwich à partager aux légumes rôtis	11	6	66
Muffaletta	2	3	90	Sandwich au boeuf pané, haricots noirs frits et avocats	14	6	120
Muffaletta à partager	14	6	64	Sandwich au canard confit et aux poivrons	11	8	136
Nems au tofu	12	7	57				
Pain à l'ail et au fromage à la crème, façon <i>grilled cheese</i>	20	7	100				
Pains farcis à la salade niçoise	12	7	52				
Pain sandwich	11	1	54				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Sandwich au jambon à congeler	12	7	46	cajou, aux tomates et aux poivrons grillés	18	4	58
Sandwich au pastrami et à la choucroute	5	5	57	Sandwich ouvert au prosciutto, au radis et à l'œuf poché	9	5	26
Sandwich au poisson frit	4	3	72	Sandwich ouvert aux légumes et aux oeufs	16	4	34
Sandwich au poulet, à la mangue et à l'avocat	8	7	64	Sandwich pita aux patates douces en croûte de parmesan, chou rouge et sésame	14	3	64
Sandwich au poulet grillé	7	2	57	Sandwich pizza	8	7	64
Sandwich au poulet à la mangue	15	7	38	Sandwich pour le thé (garnitures)	1	4	12
Sandwich au poulet, à la mangue et au cari	2	4	12	Sandwich Rassembleur	8	6	69
Sandwich au poulet à la vietnamienne	13	5	50	Sandwich robuste à la viande	8	7	64
Sandwich au poulet barbecue	14	3	78	Sandwich vietnamien Bánh mì	7	5	59
Sandwich au poulet barbecue et au fromage bleu	13	1	62	Sandwichs à la mortadelle, mayonnaise à la pistache	20	6	71
Sandwich au rôti de bœuf	1	5	86	Sandwichs à l'omelette, au prosciutto et au pesto de tomates séchées	20	1	88
Sandwich au rôti de bœuf (2)	4	3	35	Sandwichs à la mortadelle, condiment à la pistache	22	5	60
Sandwich au rôti de bœuf, à la salade de chou et au rafifort	2	4	12	Sandwichs à la salade de poulet revisités	10	6	56
Sandwich au rôti de dinde et à l'avocat	18	5	79	Sandwichs asiatiques au poulet	11	5	116
Sandwich au végé-pâté et légumes croquants	9	7	92	Sandwichs au boeuf, aux champignons et au chou mariné	20	2	23
Sandwich aux boulettes à l'italienne	8	2	51	Sandwichs au boeuf braisé à la coréenne	21	8	61
Sandwich aux courgettes, légumes grillés et fleurs de courgette	9	6	30	Sandwichs au boeuf grillé et au fenouil mariné, sauce à la moutarde	22	5	61
Sandwich aux crevettes poêlées au bourbon	13	6	56	Sandwichs au jambon, aux oeufs et aux herbes	18	7	24
Sandwich aux tomates et à l'avocat	13	6	79	Sandwichs au jambon bien garnis	11	3	70
Sandwich aux tomates et au pesto	10	8	77	Sandwichs au porc barbecue	21	5	27
Sandwich aux tomates marinées	12	7	48	Sandwichs au porc effiloché aux épices de Noël	23	1	60
Sandwich chaud de dinde au parmesan	10	8	71	Sandwichs au poulet croustillant épice	22	5	60
Sandwich club au homard et à la roquette	2	4	80	Sandwichs au poulet et à la poire	22	6	70
Sandwich club niçois	2	2	79	Sandwichs au poulet poulet grillé, sauce aux oignons verts noircis	23	6	69
Sandwich crab cakes	7	4	109	Sandwichs au rôti de porc froid	12	2	55
Sandwich cubain	9	1	162	Sandwichs au saumon confit express	14	1	118
Sandwich cubain dans un pain à hot-dog	18	5	105	Sandwichs au tempeh barbecue et salade de chou	17	6	26
Sandwich déjeuner à la saucisse	9	4	50	Sandwichs aux légumes grillés, tartinade au parmesan	22	5	62
Sandwich déli à la betterave et au tofu	13	8	86	Sandwichs aux oeufs, aux concombres et aux croustilles	20	1	88
Sandwich fondant au thon (<i>tuna melt</i>)	20	7	100	Sandwichs aux oeufs et aux herbes	11	1	53
Sandwich frittata	8	8	101	Sandwichs aux oeufs, au saumon fumé et aux oeufs de poisson	20	1	88
Sandwich gargantuesque	4	4	76	Sandwichs aux saucisses et aux épinards gratinés	22	2	27
Sandwich géant au jambon à l'érable, salade de chou au sésame	22	4	52				
Sandwich lyonnais	8	4	44				
Sandwich méditerranéen au poulet et au fromage grillé	7	4	54				
Sandwich ouvert à la tartinade de noix de							

INDEX DES RECETTES RICARDO

vol	n°	page	vol	n°	page		
Sandwichs aux tomates confites, sauce tonnato	23	6	55	Tartines au fromage, aux champignons et à l'oeuf	23	1	24
Sandwichs de poulet shawarma	22	2	25	Tartines au thon et au fromage cottage	16	8	32
Sandwichs de tofu grillé	16	5	34	Tartines aux aux champignons, mayonnaise aux cépes	21	4	93
Sandwichs mortadelle et poire	14	1	146	Tartines aux merguez et au fenouil mariné	20	4	26
Sandwichs po' boy aux crevettes à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	22	6	20	Tartines danoises au saumon et à l'aneth (<i>smørrebrød</i>)	16	7	101
Sandwichs roulés aux oeufs	14	1	144	Tartines de courgettes grillées et de haricots blancs marinés	21	5	83
Sandwichs roulés au saumon fumé	11	1	54	Tartines de sardines	19	6	87
Sandwichs shish taouk	19	5	98	Tartines jambon et beurre aux radis	19	5	84
Sandwichs style bao bun au poulet et à la carotte marinée	19	7	86	Tartines « Reuben » à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	21	8	46
Sandwichs végés au tempeh	21	5	23	Tortillas à l'aubergine piquante	5	4	73
Sandwichs vietnamiens Bánh mi	23	3	26	Wrap à la salade de poulet grillé	18	6	52
Sous-marín à l'aubergine <i>parmigiana</i> , à la pancetta et à la mozzarella	19	7	94	Wrap au boeuf et à l'oignon	12	7	68
Sous-marín à la saucisse et aux rapinis	16	1	36	Wrap au boeuf et aux poivrons grillés	11	3	68
Sous-marín au bœuf	4	3	22	Wrap au bœuf grillé et aux nouilles frites	7	5	62
Sous-marín au boeuf sur pain naan	15	7	121	Wrap au poulet et au gingembre	11	3	57
Sous-marins aux boulettes de viande	23	7	67	Wrap au poulet croustillant	12	7	50
Sous-marín au chorizo, au capicollo, à la courgette marinée et au chimichurri	19	7	95	Wraps au poulet	1	5	86
Sous-marín au poulet	4	3	22	Wraps au poulet et à l'hummus	5	5	29
Sous-marín aux deux salamis, aux cornichons et aux piments bananes	19	7	94	Wrap au poulet et aux tomates séchées	9	7	94
Sous-marins à l'italienne	22	5	62	Wraps au tataki de boeuf	5	5	30
Sous-marins au boeuf et au poivron	18	7	64	Wraps au thon à la niçoise	5	5	29
Sous-marins au tempeh	21	1	23	Wrap au thon et à l'orange	8	7	64
Tartine à l'avocat, à la patate douce et aux crevettes	14	8	44	Wraps au tofu et aux légumes grillés	5	5	31
Tartine à l'aubergine et salade de mâche aux tomates séchées	13	4	89	Wraps aux pois chiches rôtis et à la feta	21	4	25
Tartine de fondue au fromage garnie	21	3	96	Wraps César au poulet	9	5	75
Tartine d'oignons, asperges et feta	15	1	167	Wraps de laitue au végépâté	16	7	33
Tartine gratinée à la dinde et aux poires	11	8	70	Wraps de poulet aux canneberges et aux épinards	20	7	83
Tartines à l'avocat, au bacon et aux pois sucrés	17	5	34	Wraps de tofu au cari, aux avocats et à la salade de chou et de pommes	20	2	95
Tartines à l'avocat et à l'oeuf	16	6	33				
Tartines à l'avocat et au tartare de saumon au sésame	23		5	Tofu, soya et Cie			
45				Assiette de tofu façon shish taouk	20	7	73
Tartines à la courge, sauce aigre-douce (<i>agrodolce</i>)	22	3	78	Aubergines <i>alla parmigiana</i>	11	7	116
Tartines à la rémoulade de céleri-rave et au gravlax de saumon	21	3	52	Bâtonnets de tofu croustillant, sauce moutarde-miel	17	2	30
Tartines à la ricotta aux herbes et à la tomate	19	7	54	Bol de quinoa, légumes marinés et edamames	15	4	76
Tartines à la salade de poulet au cari	19	8	86	Bols de riz brun, de tofu et de shiitakes	22	6	40
				Bols de tofu et d'orge aux légumes	20	4	86
				Bols de tofu frit, légumes verts			

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
et nouilles de riz	20	6	21	Nouilles soba et au tofu poêlé	7	3	31
Bols de tofu soyeux aux arachides, salade de vermicelles et de concombres	22	6	20	Paëlla végétalienne	19	3	48
Bols-repas au tofu laqué	21	3	21	Pavés de tofu, salade de carottes grillées style Buffalo	20	5	65
Boulettes de tofu	15	4	76	Patates douces farcies au tempeh et sauce tahini	18	7	50
Brochettes de tofu asiatiques	5	1	96	Patates douces garnies au tofu et au fromage en grains	22	8	64
Brochettes de tofu au miel et au sésame grillé	7	4	82	Pâté chinois végétarien	17	8	77
Brochettes de tofu au miel et au sésame grillé (2)	17	6	86	Plaque de légumes rôtis et tofu	22	7	45
Brochettes de tofu souvlaki	15	5	43	Poivrons farcis à l'orge	1	5	30
Brochettes satay végétariennes	21	5	81	Poutine au tofu à la plaque, sauce aux poivrons	21	4	23
Burgers au tofu pané	12	2	85	Ragoût de blé aux champignons, aux légumes rôtis et aux noisettes grillées	13	8	92
Burgers doubles végés à l'américaine	19	4	41	Ragoût de lentilles végétalien	16	3	33
Burgers végés au chipotle	21	5	82	Ragoût d'épinards aux herbes et lentilles croustillantes	19	4	55
Cari d'aubergine, de tofu et de pois chiches	13	2	57	Ratatouille au tofu	8	5	62
Cari de fromage paneer aux épinards (<i>saag paneer</i>)	18	4	108	Riz frit au tofu et aux légumes	20	4	53
Cari de tofu et de légumes	23	3	25	Rouleaux croustillants au tofu	14	2	106
Cheeseburgers au tofu	10	5	70	Sandwichs au tempeh barbecue et salade de chou	17	6	26
Chili au tofu et salade d'avocat	14	2	46	Sauté d'aubergines, de tofu et de concombres à l'arachide	18	3	26
Cigares au chou à l'orge sans viande	7	5	73	Sauté de légumes au tofu	6	2	31
Courge farcie au quinoa et au cheddar d'ici	13	2	64	Sauté de tofu au cari	12	7	98
Courge farcie au tofu, à la ricotta et aux épinards	13	8	114	Sauté de tofu aux noix de cajou	10	8	82
Courgettes et tofu <i>alla parmigiana</i>	14	3	44	Sauté de tofu et de légumes au cari rouge	4	1	106
Croquettes de tofu au cari	21	8	23	Sauté de tofu et de légumes au gingembre	3	2	74
Dumplings au tofu et aux champignons	17	5	61	Sauté de tofu et de légumes sur hummus au yogourt	14	8	46
Effiloché barbecue au fruit du jacquier et au tofu	18	7	22	Sauté végétarien aux légumes et au tofu (Buddha's Delight)	7	2	80
Escalopes de tofu ou de poulet panées	20	3	53	Seitan bourguignon	3	2	76
Galette perse aux herbes (<i>kuku sabzi</i>)	16	8	83	Tacos au tempeh et à la patate douce	22	3	21
Galettes de patate douce et tofu	15	8	42	Tacos au tofu cinq-épices	23	2	26
Galettes de riz brun aux lentilles	16	2	109	Tacos végétarien	10	4	51
Galettes de tofu, de petits pois et de haricots blancs	14	5	44	Tacos végétariens au maïs grillé	21	5	83
Guéridilles au tofu	23	5	33	Tajine de légumes	15	7	119
Hot-dogs végés	13	2	66	Tempeh grillé et salade de carottes au lait de coco	15	4	41
Légumes grillés et tofu dans un bouillon	15	5	103	Tofu à la moutarde et légumes rôtis au garam masala	19	1	32
Mijoté de tofu aux champignons	22	2	28	Tofu à la sauce aux arachides	20	3	23
Millefeuille de tofu et d'orzo grillé	4	5	68	Tofu, aubergines et haricots verts frits	17	2	56
Millefeuilles de légumes et de tofu à la méditerranéenne	2	4	32	Tofu au cari	11	5	77
Moussaka sans viande	8	5	94				
Nouilles aux légumes et au tofu, style Singapour	2	5	46				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Tofu au confit d'oignon et assiette mezze	16	8	34
Tofu au gingembre et à l'orange	17	7	51
Tofu au miso et à la tomate	15	1	51
Tofu brouillé à la mexicaine	16	7	53
Tofu aux épices à steak et légumes poélés	19	2	26
Tofu caramélisé à l'érable	23	4	79
Tofu caramélisé aux graines de citrouille	15	3	44
Tofu croustillant au four, salade de légumes frais	21	2	21
Tofu croustillant et haricots verts	13	4	38
Tofu croustillant et sauce barbecue	15	7	119
Tofu croustillant, sauce à l'orange et au miel	22	7	20
Tofu façon poulet au beurre	15	7	119
Tofu façon Sanbeiji	18	4	32
Tofu Général Tao	11	2	67
Tofu Général Tao à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	21	8	45
Tofu grillé à la sauce barbecue	12	6	62
Tofu, légumes rôtis et vinaigrette à la coriandre	14	8	82
Tofu maison	15	8	119
Tofu piri-piri et chou-fleur grillés, sauce à l'aneth	21	5	84
Tofu satay à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	23	4	35
Tofu sauté au brocoli	9	8	38
Tofu soyeux et légumes confits à la tomate	18	4	28
Tofu teriyaki aux champignons et aux minirocolis avec vermicelles de riz	19	7	31
Végé burger au fromage grillé	15	4	41
Végé burger au quinoa	13	6	100
Végé burger aux haricots noirs, chermoula et champignons	15	5	70
Soupe ramen au tofu	17	2	118
Wellington végétarien aux champignons et au sarrasin	21	1	70
Veau			
Blanquette de veau	1	2	17
Blanquette de veau (2)	23	3	73
Blanquette de veau classique	22	2	98
Boudin blanc aux pommes de terre et aux radis	6	3	55
Boulettes à la sauce tomate	15	8	87
Boulettes de veau à la bette à carde	14	8	80
Boulettes de veau appétitives	10	7	58

	vol	n°	page
Boulettes de veau quatre usages	10	7	58
Brochettes de ris de veau, sauce au marsala	8	6	58
Brochettes de filet de veau et de légumes	19	5	61
Brochettes de veau haché à l'indienne	8	6	46
Boulettes farcies au Jarlsberg	13	4	126
Burgers aux saveurs du Moyen-Orient	3	4	25
Burgers de veau à la mozzarella fraîche et aux légumes	10	5	52
Carré de veau, sauce aux champignons sauvages	11	2	104
Côtelettes de veau à la coriandre	2	4	36
Côtelettes de veau au parmesan	1	5	16
Côtes de veau à la moutarde	10	3	85
Côtes de veau, courge au parmesan et crème d'ail	11	7	96
Côtes de veau en croûte de pistaches	9	1	66
Côtes de veau et polenta	11	7	74
Côtes de veau marinées aux herbes	5	5	85
Courgettes farcies au veau et au parmesan	12	1	86
Croquettes de veau à la Pojarski	12	2	124
Émincé de veau aux champignons	14	4	174
Épaule de veau au pesto de bette à carde et légumes braisés	15	3	113
Escalopes de veau au café et au marsala	8	4	84
Escalopes de veau au cari et aux poires	5	3	81
Escalopes de veau au marsala	4	5	22
Escalopes de veau au parmesan, poêlée de champignons aux épinards à la crème	6	5	69
Escalopes de veau au vinaigre balsamique	1	3	47
Escalopes de veau aux artichauts d'Elena (<i>Involtini di vitello con carciofi di Elena</i>)	2	5	26
Escalopes de veau, courge rôtie et champignons au fromage fondant	15	2	77
Escalopes de veau parmigiana	1	5	49
Escalopes de veau, sauce à l'érable et aux morilles	11	7	95
Escalopes de veau, sauce aux prunes	10	1	82
Escalopes de veau,			
sauce forestière au whisky	3	2	48
Foie de veau à la vénitienne	4	2	110
Foie de veau aux pommes	1	2	63
Galettes de veau laquées et salade de chou asiatique	13	5	72
Hamburgers de veau et melon d'eau	11	6	47
Jarrets de veau braisés dans le porto	6	1	116

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Jarrets de veau glacés au miel de sarrasin	2	3	78
Joues de veau braisées, sauce au cacao	6	2	89
Keftas et salade verte, vinaigrette au citron	11	7	112
Médaillons de veau à l'érable et aux poires	1	3	22
Médaillons de veau aux tomates fraîches, à l'échalote et aux asperges	3	5	75
Mignons de veau, homard, sauté de pleurotes et de poires sur pilaf d'orge	4	2	46
Mijoté de veau à la tomate et à la sauge	12	3	66
Mini-burgers aux boulettes marinara	10	5	70
Minipains de viande au ketchup	2	2	27
Oignons rouges farcis	4	2	78
Osso buco	1	2	71
Pain de viande à la purée de pois chiches	5	1	69
Pain de viande blanc, sauce aux champignons	11	8	118
Pain de viande de Clémence	8	3	80
Pain de viande et de légumes, sauce barbecue aux poivrons rouges	18	2	63
Pâtés à la viande	9	1	118
Petits pains de viande tofu-veau à la sauce barbecue	15	6	39
Petits pâtés à la viande	4	1	51
Poêlée de ris de veau, cipollinis et courge	9	2	82
Poivrons farcis au veau, sauce aux tomates cerises	17	4	88
Purée de chou-fleur aux pois chiches et foie de veau en croûte d'épices	10	2	49
Ragoût de veau au piment d'Espelette de Gilles Gougeon	2	2	42
Ragoût de veau à la crème	17	8	84
Ris de veau au porto, aux raisins et aux pignons	2	3	78
Rôti de veau à la moutarde et aux poireaux	12	8	55
Rôti de veau aux légumes, sauce à la gelée de pomme	15	3	113
Rôti de veau aux poivrons, sauge et citron	11	7	91
Rôti de veau braisé à la tomate cerise	6	3	84
Roulé de veau braisé	10	8	132
Rôti de veau froid et mayonnaise au thon <i>vitello tonnato</i>	14	7	90
Rôti de veau roulé aux herbes et au piment fort	14	2	78
Saltimbocca	2	3	70
Saltimbocca à la sauge frite et au citron	6	2	76
Tourtière briochée	6	1	90
Veau à la bourguignonne	14	3	70

	vol	n°	page
Veau à la grecque	4	2	83
Veau à l'oignon et kale à la crème	12	2	64
Veau au cumin et à la bière (à la mijoteuse)	7	5	50
Veau braisé au marsala et aux pommes de terre	11	7	88
Veau braisé et panais rôtis au prosciuttini	12	8	113
Veau braisé, sauce au cacao	9	3	56
Veau grillé, salade de betteraves et d'avocats	20	5	66
Veau Stroganoff	7	1	108
Vitello tonnato	2	1	22

DESSERTS

	vol	n°	page
<i>Barres et carrés</i>			
Baklavas	3	5	34
Baklavas (2)	10	4	77
Baklavas (3)	13	8	156
Baklavas à l'érable et aux pacanes	2	2	83
Baklavas aux canneberges et aux pistaches	7	1	122
Baklavas aux pacanes, aux amandes et à l'hydromel	15	3	129
Baklavas sans noix	15	3	131
Bark à la canne de bonbon	12	1	86
Bark à la grenade	13	1	83
Bark aux biscuits soda d'Elaine	22	1	70
Bark aux noix caramélisées	24	1	134
Bark biscuit et crème (cookies'n'cream maison)	19	8	120
Barre chocolatée à la guimauve à l'érable	17	4	114
Barres à l'ananas et à la noix de coco	16	2	135
Barres à la lime (Key lime pie)	23	4	69
Barres à la noix de coco, aux pacanes et au chocolat	11	3	120
Barres au citron vert et aux canneberges	5	5	121
Barres au yogourt et aux prunes confites	16	8	134
Barres aux canneberges et aux amandes	5	1	84
Barres de céréales	1	5	87
Barres de chocolat à la noix de coco (Bounty maison)	19	8	120
Barres de chocolat au caramel et au sablé au beurre (twix maison)	19	8	122

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Barres d'énergie aux amandes et au chocolat noir	19	6	86
Barres granola avoine et miel	8	2	90
Barres granola sans noix	13	8	120
Barres tendres au chocolat noir	18	7	111
Barres tendres au riz soufflé	16	5	70
Barres tendres avoine et noix	9	8	172
Blondies au sucre à la crème	23	4	105
Boules d'énergie aux dattes et aux noix de cajou	18	7	111
Carrés à la mangue	15	4	145
Carrés à la rhubarbe	11	5	166
Carrés à l'éable et aux noisettes	19	4	65
Carrés au caramel et au bretzels	16	2	126
Carrés au chocolat blanc, aux canneberges et aux pistaches	5	1	84
Carrés au chocolat blanc et aux framboises	3	4	62
Carrés au chocolat et au caramel	15	1	148
Carrés au citron	10	4	106
Carrés citron et aux framboises	23	6	56
Carrés au fromage et à la citrouille	13	2	121
Carrés au yogourt et aux fruits	2	5	53
Carrés aux bleuets	11	8	70
Carrés aux cerises	1	5	87
Carrés aux cerises et aux amandes	16	2	135
Carré aux dattes (le meilleur)	10	2	101
Carrés aux dattes	1	5	87
Carrés aux fraises	4	5	29
Carrés aux framboises et à la noix de coco	5	5	64
Carrés aux pommes	15	8	153
Carrés aux pommes et aux framboises	14	5	40
Carrés aux prunes	22	6	110
Carrés aux raisins et aux noix	16	2	131
Carrés chocolatés au caramel	8	3	87
Carrés croquants au caramel et aux arachides	17	7	107
Carrés de céréales de riz à la guimauve (carrés aux Rice Krispies ^{MD})	20	4	109
Carrés de céréales au riz croquant et aux chips	16	5	73
Carrés de céréales de riz caramélisés	23	1	60
Carrés de crème glacée aux céréales croustillante	14	3	88
Carrés de gâteau au fromage à l'éable	22	4	54
Carrés de gâteau aux épices et à la citrouille	22	8	63

	vol	n°	page
Carrés moelleux aux bleuets et au citron	2	4	12
Carrés <i>s'mores</i>	16	2	133
Carrés tarte au sucre	11	1	176
Dominoes de Marleen (barres Nanaimo)	5	1	82
Fondues parmesan dessert	6	3	42
<i>Kataifi</i> aux noix	21	4	55
Terrine chocomoka	3	1	84
<i>Biscuits</i>			
Bonshommes en pain d'épice sans gluten	19	2	34
Bouchées sucrées au caramel et aux amandes	18	1	107
Biscottis à l'anis et aux figues	4	1	30
Biscottis au café	1	2	26
Biscottis au café (2)	23	3	85
Biscottis aux abricots et aux amandes	4	1	30
Biscottis aux canneberges et aux pistaches	4	1	30
Biscottis aux pistaches et à l'orange	6	2	65
Biscottis végétaliens aux pistaches et au citron	20	1	178
Biscuits à l'avoine (de type <i>Dad'sMD</i>)	23	7	104
Biscuits à l'avoine et aux raisins	16	3	81
Biscuits à la meringue au chocolat	16	5	64
Biscuits <i>amaretti</i>	15	1	153
Biscuits à décorer	10	1	171
Biscuits à l'orange et aux brisures de chocolat	7	2	50
Biscuits « accessoires »	4	1	30
Biscuits à la banane et aux graines de tournesol	9	4	74
Biscuits à la cannelle (Snicker Doodles)	10	1	60
Biscuits à la cannelle <i>snickerdoodles</i> végétaliens	18	1	155
Biscuits à la confiture	2	2	76
Biscuits à la confiture et croustillant au coco	18	1	157
Biscuits à la farine d'avoine	3	2	21
Biscuits à la guimauve, au chocolat et aux noisettes	20	4	100
Biscuits à la mélasse et à la gelée de pommes de Geneviève	11	1	182
Biscuits à la mélasse et aux bananes	5	2	17
Biscuits à l'avoine	5	5	32
Biscuits à l'avoine et aux raisins	16	3	81
Biscuits à la guimauve maison et au chocolat	9	3	62

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Biscuits au beurre (1)	11	1	178	Biscuits brownies à l'avocat	23	2	86
Biscuits au beurre (2)	12	1	180	Biscuits brownies au chocolat	11	6	132
Biscuits au beurre (3)	16	1	187	Biscuits <i>brutti ma buoni</i> aux amandes	14	7	134
Biscuits au beurre d'arachide, aux bretzels et au chocolat	12	5	144	Biscuits canne de bonbon	22	1	141
Biscuits au beurre d'arachide et aux Oh Henry!	8	5	85	Biscuits casse-tête	2	1	73
Biscuits au beurre d'érable	21	4	123	Biscuits chinois	4	5	53
Biscuits au beurre, glaçage marbré à la menthe	23	1	142	Biscuits choco-coco	22	3	102
Biscuits au chocolat	12	1	180	Biscuits choco croquants	1	1	10
Biscuits au chocolat à la canne de bonbon	18	1	155	Biscuits choco-noisettes (au micro-ondes)	21	7	121
Biscuits au chocolat à partager	22	8	45	Biscuits cigarette	2	5	58
Biscuits au chocolat blanc caramélisé et à la fleur de sel	23	1	143	Biscuits clin d'œil au chocolat et aux amandes	6	1	147
Biscuits au chocolat blanc et noix de macadam	6	1	143	Biscuits congélo aux pacanes	13	1	80
Biscuits au chocolat en pot	16	1	158	Biscuits craquants au chocolat	4	3	23
Biscuits au chocolat et aux cerises à congeler	12	1	209	Biscuits craquants aux amandes trempés dans le chocolat	3	1	22
Biscuits au chocolat et aux pacanes à congeler	10	7	50	Biscuits croquants à l'avoine, au beurre d'arachide et aux pépites de chocolat	20	2	98
Biscuits au chocolat sans oeufs et sans produits laitiers	14	1	109	Biscuits décos de Noël	4	1	32
Biscuits au gingembre et au chocolat noir	24	1	133	Biscuits de Noël aux canneberges	3	1	22
Biscuits au mélange du randonneur	19	2	77	Biscuits dentelle à l'orange et aux carottes	HSP	74	
Biscuits « au miroir »	3	3	28	Biscuits de pain d'épice			33
Biscuits au sarrasin et au chocolat	16	8	69	Biscuits de pain d'épice (2)	20	1	33
Biscuits au sucre	15	1	153	Biscuits double chocolat	20	4	117
Biscuits au thé matcha	21	1	144	Biscuits double gingembre	14	1	184
Biscuits aux amandes	2	1	85	Biscuits emporte-pièce au cacao et à la cannelle	23	1	141
Biscuits aux arachides	1	5	20	Biscuits énergie	12	4	54
Biscuits aux arachides et au chocolat	15	1	151	Biscuits en pots	7	1	114
Biscuits aux épices et au chocolat	16	1	187	Biscuits feuilles d'érable	3	3	42
Biscuits boules de neige aux amandes	13	1	179	Biscuits florentins	8	4	117
Biscuits aux brisures de chocolat	8	2	54	Biscuits fondants au chocolat à partager	15	2	118
Biscuits aux cannes de bonbon	8	1	107	Biscuits « fondue au chocolat »	21	3	116
Biscuits aux dattes double chocolat (sans sucre ajouté)	22	3	113	Biscuit géant choco-caramel aux pacanes	17	1	152
Biscuits aux figues	5	1	110	Biscuits ginger snap	2	5	58
Biscuits aux figues (de type Newton'sMD)	23	7	105	Biscuits Graham maison	11	3	117
Biscuits aux pacanes	11	6	130	Biscuits linzer	22	1	53
Biscuits aux pépites de chocolat sans gluten	14	4	88	Biscuits minces au chocolat au lait	9	3	58
Biscuits aux pommes et au caramel	21	8	95	Biscuits moelleux aux brisures de chocolat (1)	8	8	81
Biscuits boules de neige aux amandes	13	1	179	Biscuits moelleux aux brisures de chocolat (2)	10	2	96
				Biscuits moelleux aux brisures de chocolat (3)	17	4	99
				Biscuits moelleux aux canneberges	23	1	143

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Biscuits moelleux à la mélasse (de type <i>Pattes d'ours</i> MD)	23	7	104	et au chocolat	20	1	178
Biscuits moelleux s'mores au beurre de noisette	18	6	85	Biscuits viennois	24	1	105
Biscuits pain d'épice	12	1	180	Biscuits vitraux	5	1	82
Biscuits petits fours au thé matcha et au chocolat blanc	18	1	157	Bonshommes en pain d'épice	1	1	24
Biscuits péches pâtissières de Stéphanie Vecchio	2	2	28	<i>Crostoli della nonna</i>	12	3	99
Biscuits polonais aux abricots et à la framboise (<i>kolaczki</i>)	21	1	160	Doigts de sorcière	4	5	109
Biscuits pouپées à habiller	6	1	153	Galettes à l'avoine et aux pépites de chocolat à la friteuse à air chaud (<i>air fryer</i>)	21	8	45
Biscuits pour chiens	6	2	61	Galettes à la mélasse	8	2	90
Biscuits pour chiens (2)	14	1	179	Galettes à la mélasse et au gingembre confit	10	3	64
Biscuits Red Velvet	21	1	144	Galettes à la mélasse et aux patates douces	16	7	118
Biscuits renne	22	1	142	Galettes à la mélasse sans oeufs ni produits laitiers	15	8	127
Biscuits rhum-raisins	12	1	182	Galettes à l'avoine (les meilleures)	11	2	33
Biscuits roulés à la cannelle	12	1	182	Galettes à l'avoine moins sucrées	19	4	113
Biscuits sablés	2	1	76	Galettes au miel et aux bleuets	15	3	89
Biscuits sablés (2)	8	1	114	Galettes aux carottes et aux grains entiers	17	1	99
Biscuits sablés à la lime	22	6	94	Galettes aux pommes	18	7	112
Biscuits sablés à l'érable et au mélilot	20	5	114	Galette des Rois	19	2	29
Biscuits sablés à la vanille, glaçage royal	23	8	54	Galette des Rois aux noix	5	2	96
Biscuits sablés au beurre	9	1	68	Galettes au sucre à la crème	19	2	126
Biscuits sablés au café	20	4	113	Galettes « top de muffin » au yogourt, aux framboises et au chocolat blanc	20	8	94
Biscuits sablés au chocolat épice	22	2	113	Garniture à la vanille	12	1	184
Biscuits sablés aux cerises	23	1	98	Glaçage royal à la vanille	12	1	184
Biscuits sandwichs au chocolat et crème à la vanille	6	1	149	Glaçage royal à l'érable	19	1	73
Biscuits sandwichs choco-allemands	4	1	33	Glaçage royal au citron	12	1	184
Biscuits sans gluten aux amandes et au citron	23	1	145	Langues-de-chat	4	3	47
Biscuits sapin à suspendre	5	1	106	Langues-de-chat au chocolat et aux framboises	6	2	80
Biscuits sapin en trois dimensions	8	1	88	Macarons à la noix de coco sans oeufs et sans gluten	17	4	97
Biscuits spéculoos	21	1	160	Macarons au café et au caramel	21	2	126
Biscuits tendres au citron	16	4	122	Macarons aux épices et au chocolat	19	3	121
Biscuits tendres aux carottes et aux amandes	15	7	132	Macarons rose bonbon	5	2	47
Biscuits tendres au sucre à la crème	5	3	94	Macarons roses aux fraises	9	6	132
Biscuits tendres aux trois chocolats	6	1	141	Madelaines au chocolat et aux noisettes	21	2	128
Biscuit tiramisu géant	24	1	109	Madeleines au citron	10	4	106
Biscuits torsadés grecs (<i>koulourakia</i>)	21	4	57	Madeleines au lait de poule	17	1	125
Biscuits tortillas	7	2	91	Madelaines au thé vert et au citron givré	19	5	113
Biscuits trois saveurs	12	1	182	Madeleines aux deux citrons	3	1	20
Biscuits ultra noisette	13	2	124	Maison en pain d'épice	13	1	138
Biscuits végétaliens aux noisettes				Mini-biscottis aux amandes	12	3	122
				Moelleux à la pâte d'amandes et à l'orange	6	1	141

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Palets chocolatés végétaliens	20	1	179	Bouchées d'abricots aux noix et au chocolat	17	2	99
Pêches et crème aux framboises sur sablés bretons maison	9	6	70	Boulettes croustillantes au chocolat	9	2	50
Petites madeleines au miel	13	8	159	Boulettes frites de riz au lait au caramel	9	2	50
Petits sablés au chocolat	13	1	184	Bretzels au caramel et au chocolat	11	1	182
Pizzelles à l'anis	8	1	104	Brochettes de cerises et de quatre-quarts	4	4	51
Pizzelles aux amandes	15	1	151	Brochettes de fruits barbecue	2	4	38
Sablés à la canne de bonbon	15	1	155	Brochettes de fruits et de bonbons	4	4	51
Sablés au caramel salé et aux pacanes	17	2	92	Butterscotch (caramel dur écossais)	4	5	116
Sablés au chocolat	19	7	117	Caramel à la fleur de sel	7	3	89
Sablés au citron	18	1	152	Caramel à la fleur de sel (2)	19	1	75
Sablés au limoncello	18	1	153	Caramel à l'érable	8	3	94
Sablés aux cerises confites	18	1	153	Caramel au beurre à tartiner	10	1	58
Sablés aux noisettes, crème au Rassembleur et abricots confits	4	1	78	Caramel écossais	3	2	46
Sablés aux pacanes	16	1	177	Caramel maison	3	5	17
Sablés aux pacanes et au chocolat	6	1	143	Caramel maison (2)	12	5	65
Sablés aux raisins glacés au rhum	6	1	144	Caramels mous à l'érable	23	1	128
Sablés bretons	9	6	70	Caramels mous à la fleur de sel	8	3	89
Sablés russes aux noisettes	6	1	158	Caramels mous au chocolat	9	3	60
Sandwichs moelleux à la confiture de lait (dulce de leche)	6	1	151	Cerises au chocolat blanc	13	1	183
Sandwichs moelleux au gingembre et au fromage à la crème	23	2	106	Chapeaux de sorcière	6	5	H-18
Shortbread	6	1	144	Copeaux de chocolat	23	1	125
Shortbread à la vanille	21	7	122	Coupes au chocolat et au beurre d'arachide (Reese maison)	19	8	120
Shortbreads sans gluten aux pistaches et au chocolat blanc	23	1	144	Confettis maison	20	3	117
Snickerdoodles (biscuits à la cannelle)	15	1	229	Crème fouettée au caramel	10	7	132
Taralli au fenouil	14	7	89	Cromesquis au chocolat et aux framboises du chef Laurent Godbout	3	2	42
Bonbons, chocolat et friandises				Croquant à l'érable	8	4	105
Amandes caramélisées	3	4	88	Croquant aux arachides	5	5	106
Amandes chocolatées à l'orange	5	1	109	Déco cornets	11	6	134
Amandes et raisins chocolatés	16	1	152	Dulce de leche	8	3	90
Amandes pralinées	1	1	10	Éclats de chocolat du temps des fêtes	3	1	20
Bâtonnets de guimauves chocolatées	23	1	150	Éclats de nougatine	2	5	77
Bouchées chocolatées au caramel butterscotch et aux noisettes	20	1	172	Éclats de tire éponge enrobés de chocolat (Crunchie maison)	19	8	121
Bouchées muesli aux fruits séchés	16	3	26	Écorces d'agrumes confites	19	1	152
Boules au chocolat et au tahini (kadourei chocolad)	19	3	71	Écorces de pamplemousse confites	12	1	28
Boules de neige (truffes au chocolat blanc et à la noix de coco)	5	1	113	Écorces d'oranges confites au chocolat	13	8	138
Bonbons au sel de mer	2	5	75	Extrait de vanille aux épices	16	1	156
Bonbons aux patates	2	5	77	Extrait de vanille maison	9	1	124

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Fleurs givrées	8	5	50	Pop-Tarts® maison	6	2	102
Fudge à la guimauve et aux pacanes	1	1	10	Rochers aux bleuets et aux noisettes	19	7	116
Fudge au caramel et aux noix	11	1	176	Rochers-surprises au chocolat	8	1	114
Fudge aux noix	10	1	60	Roulés aux Rice Krispies	8	5	90
Fudge infaillible	4	1	52	Sauce au chocolat	19	1	75
Guimauves à la noix de coco	9	3	77	Saucissons de chocolat	8	1	107
Guimauves à la vanille	11	7	131	Sel ranch à popcorn	16	1	150
Guimauves au chocolat	10	1	58	Sucette aux Life Savers	4	3	23
Guimauves aux fraises super faciles	5	4	102	Sucettes au sucre d'orge	1	2	55
Guimauves aux framboises	19	1	73	Sucettes de sucre d'orge aux Smarties	2	5	75
Guimauves fantôme	5	5	130	Sucre à la crème	3	1	29
Guimauve marbrée à la vanille et à l'orange	18	4	124	Sucre à la crème (2)	4	1	52
Jujubes	4	4	24	Sucre à la crème (3)	9	1	146
Jujubes « tarte aux pommes »	14	3	106	Sucre à la crème (4)	10	1	45
Macarons coco-choco	14	5	138	Sucre à la crème à ma façon	2	1	76
Maïs éclaté au caramel	2	5	75	Sucre à la crème aux arachides	16	1	149
Maïs éclaté et beurres aromatisés	5	1	75	Sucre à la crème au sirop d'érable	5	3	95
Maïs soufflé au caramel et au chocolat	8	6	80	Sucre à la crème mou	7	1	113
Méli-mélo sucré vide garde-manger	7	3	64	Sucre à la crème sans produits laitiers et sans noix	12	1	205
Mendiants aux petits fruits frais	16	1	191	Tire butterscotch sur la neige	9	3	80
Meringues aux épices	13	1	184	Tire de pommes	7	5	47
Meringues marbrées à la menthe	16	1	146	Tire Sainte-Catherine	7	1	95
Mini-cornets au sucre à la crème	9	1	148	Tire sur la neige	1	3	20
Nougat	2	1	75	Tire sur la neige (2)	5	3	98
Nougat au miel et aux amandes	10	1	58	Tire sur neige aux épices et aux amandes	19	1	51
Nougat aux pistaches	17	3	92	Tortoni	3	3	28
Nougatine au sésame	8	3	95	Tortues au chocolat (Turtles)	3	1	24
Nougatine aux pistaches	11	1	140	Truffes	2	1	75
Oh Henry! frites	6	2	92	Truffes au pain d'épice	8	1	111
Oranges bonbons	6	4	43	Truffles au tahini, aux pruneaux et au chocolat noir	18	7	112
Œufs fondants au chocolat	22	4	101	Truffes aux bleuets sans produits laitiers	15	1	77
Pacanes sablées	12	8	134	Truffes blanches aux noix de macadam et coco	10	3	112
Pailles à la cannelle	2	1	71	Truffes blanches « Gâteau aux fruits »	8	1	111
Petites maison en chocolat	13	1	136	Truffes croustillantes au chocolat au lait	21	2	126
Petits sucre décoratifs	5	3	122	Truffes noires au nougat	8	1	111
Pizza à la guimauve et au chocolat	5	4	39	<i>Brownies</i>			
Pommes caramel	11	8	178	Blondies à la noix de coco	19	7	117
Pommes de tire	2	5	75	Brownies	1	2	31
Pommes de tire (<i>candy apple</i>)	15	8	153	Brownies (2)	5	2	60
Popcorn au caramel d'érable et aux pacanes	20	4	98	Brownies (3)	9	6	132
Popcorn au caramel, lime et noix de coco	20	1	172				
Popcorn chipotle	13	6	128				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Brownies à la menthe	9	3	96	Compote de pommes au four	15	8	153
Brownies au beurre d'arachide	16	2	133	Compote de rhubarbe	11	5	165
Brownies au chocolat blanc (Blondie)	9	3	98	Compote de rhubarbe et de pommes	7	4	35
Brownies au Nutella	6	2	92	Compotée de canneberges	9	1	62
Brownies au Nutella (2)	9	3	96	Confiture de banane au rhum	16	7	107
Brownies au Nutella (3)	9	8	73	Confiture de bleuets au thym	4	4	37
Brownies aux friandises au beurre d'arachide et au chocolat	22	8	111	Confiture de bleuets réduite en sucre	7	4	43
Brownies aux noisettes, aux cerises et à l'amaretto	20	3	94	Confiture de cerises	8	8	47
Brownies aux noix de cajou	15	1	155	Confiture de coings	19	8	70
Brownies aux noix, glaçage au chocolat	9	3	92	Confiture de fraises (la meilleure)	13	6	134
Brownies chauds dans une poêle et chantilly au caramel	18	2	106	Confiture de fraises rôties	18	7	66
Brownies classiques	9	3	92	Confiture de fraises d'automne à la menthe sans cuisson	3	5	25
Brownies classiques (2)	17	4	101	Confiture de fraises et d'ananas sans cuisson	7	4	45
Brownies en pot à offrir	12	1	161	Confiture de fraises et de framboises	17	7	
Brownies marbrés au fromage	9	3	96	Confiture de framboises	HSP		120
Brownies marbrés Red Velvet et gâteau au fromage	20	1	169	Confiture de framboises (2)	19	7	56
Brownies Red Velvet	13	1	186	Confiture de fruits rouges aux arômes d'orange et de poivre rose, sans cuisson	2	5	65
Brownies réduits en gras	18	2	113	Confiture de griottes et de poires	15	1	72
Brownies Rocky Road	9	3	91	Confiture de mangues	7	4	43
Brownies sans gluten, sans noix et sans produits laitiers	9	3	98	Confiture de pêches	9	6	62
Lollipops de brownies	8	3	68	Confiture de pêches et de fraises	7	4	36
Minibrownies	6	1	149	Confiture de prunes au porto	3	5	25
Confitures, tartinades et sauces sucrées				Confiture de prunes rouges	7	4	36
Beurre à la mélasse	9	1	139	Confiture de raisins et de bleuets	8	5	56
Beurre au chocolat	5	4	96	Confiture de tomates vertes	7	4	43
Beurre aux mûres	9	1	139	Coulis de framboises	14	4	74
Beurre aux petits fruits	17	4	95	Coulis de framboises (2)	17	3	118
Beurre aux pommes	9	1	139	Coulis de fraises	8	3	29
Beurre d'arachide au lait de coco	16	2	119	Garniture aux cerises	19	7	54
Beurre de mangues	15	4	140	Gelée de grenade	12	1	48
Beurre de poires à la cannelle	8	7	98	Gelée de jus de fruits	3	4	56
Beurre de poires au miel	1	5	59	Gelée de framboises et de pommes	7	4	40
Beurre de prunes	12	7	119	Gelée de pommes	2	5	38
Beurre d'éryable	5	3	96	Gelée de pommettes	7	5	43
Caramel au bourbon	24	1	70	Gelée de raisins de Concord	7	4	40
Compote de bleuets	13	6	140	Marmelade d'agrumes et de canneberges	7	1	116
Compote de bleuets parfumée à la vanille et à l'anis étoilé	7	5	105	Marmelade de citron	16	4	124
Compote de cerises	13	3	120	Marmelade de pommes	7	5	46

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
« Prunetella »			
(tartinade de pruneaux aux noisettes)	16	8	91
Sauce au caramel (pour sundae)	1	4	82
Sauce au chocolat	4	1	60
Sauce aux fraises (pour sundae)	1	4	82
Sauce à l'érable	8	4	108
Sauce aux bleuets	7	2	64
Sauce au chocolat	11	4	150
Sauce butterscotch	8	3	95
Sauce caramel	13	3	118
Sauce caramel aux bananes	14	2	34
Sauce « fudge » au chocolat (pour sundae)	1	4	82
Tartinade à la lime (lime curd)	1	4	12
Tartinade à la pistache et au chocolat blanc	14	1	176
Tartinade au chocolat et aux pacanes, façon Nutella	2	2	20
Tartinade aux fruits	3	1	74
Tartinade aux petits fruits	14	5	124
Tartinade choco-noisettes	14	8	154
Tartinade de caramel aux arachides	24	1	134
Tartinade de chocolat aux amandes	5	2	61
Tartinade de guimauve au caramel	5	2	63
Tartinade d'oranges « amères »	5	2	61
Tartinade fraises-chia	19	7	56
Trempette au caramel	8	2	91
Trempette au fromage à la crème citronné	8	2	91
Trempette sucrée	9	2	100
Crèmes desserts, mousses et meringues			
Bavarois à l'érable	5	3	99
Bavarois aux fraises	8	6	83
Champignons en meringue	5	1	59
Cœur à la crème	4	4	99
Coupes aux fraises et aux biscuits à la crème	22	5	90
Couronne de pavlova aux framboises et à la grenade	16	1	191
Crème à la framboise	13	3	110
Crème au citron	13	3	120
Crema de maïs	11	7	73
Crème anglaise	2	2	20
Crème anglaise (2)	4	4	51
Crème anglaise à l'amande	13	2	126
Crème anglaise au café	3	1	86

	vol	n°	page
Crème brûlée	1	2	32
Crème brûlée à la citrouille	7	5	101
Crème brûlée à l'Amarula	10	4	128
Crème brûlée à la pistache	21	2	130
Crème brûlée au panais	15	7	134
Crème brûlée au rhum vanillé	11	7	136
Crème brûlée Chai (sans lactose)	9	3	28
Crème brûlée Egg nog	5	1	43
Crème brûlée en cuillère	2	1	71
Crème brûlée géante aux saveurs de Noël	23	1	98
Crème brûlée sans oeufs et sans crème d'Éric Lechasseur	10	2	93
Crème caramel	14	3	105
Crème caramel	1	2	76
Crème caramel au whisky	3	2	48
Crème chantilly	6	4	86
Crème chantilly (2)	13	3	120
Crème fouettée végétalienne	23	6	97
Crème fraîche à l'orange	13	6	150
Crème pâtissière	11	3	33
Crèmeux choco-framboises pour 2	10	3	40
Crèmeux au chocolat, aux poires et aux pacanes	18	3	103
Eton mess aux fraises rôties	23	5	64
Curd au citron	10	4	100
Flan à la lime et à la noix de coco caramélisée	7	2	103
Flan coco (<i>Manjar Branco</i>)	12	6	99
Flan parisien	11	7	136
Fool à la mousse au chocolat blanc et aux abricots	22	2	126
Fool à la rhubarbe	11	5	166
Ganache à tartiner	13	3	118
Île flottante pour deux	3	2	34
Île flottantes aux fraises, croûtons de pain et mélisse	19	6	46
Îles flottantes aux framboises	12	6	122
Îles flottantes et crème anglaise au micro-ondes	5	2	34
Meringue aux canneberges	18	1	68
Meringues croquantes à l'orange et au cacao	14	4	150
Meringues croquantes au four	3	3	34
Meringue italienne	7	3	85
Minipavlovas	1	4	12
Mousse allégée au yogourt			

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
et salade de fruits	22	2	126	Panna cotta « cappuccino »	13	2	54
Mousse à la ricotta et aux framboises	7	2	31	Panna cotta et coulis de fraises	1	5	56
Mousse à l'érable	2	3	37	Panna cotta napolitaine	10	5	129
Mousse au beurre d'arachide, caramel et croustillant au chocolat	22	2	130	Pavlova	10	4	100
Mousse au café en coupelles de chocolat	3	1	82	Pavlova à l'érable et aux bleuets	21	4	124
Mousse au chocolat	7	3	48	Pavlova au chocolat	11	4	150
Mousse au chocolat au lait	9	4	106	Pavlova au citron	2	4	60
Mousse au chocolat et au gingembre avec kumquats confits à la vanille	19	3	124	Pavlova Forêt-Noire	14	2	123
Mousse au chocolat et chantilly au caramel	17	3	111	Pavlova (aux petits fruits et <i>curd</i> au citron)	17	7	111
Mousse au chocolat noir à 3 ingrédients	21	7	121	Pavlovas, crémeux au fruit de la passion, ananas, coco et basilic	22	2	117
Mousse au citron	9	4	108	Renversé au yogourt et aux fruits	4	2	34
Mousse au fromage marbrée aux canneberges	23	1	57	Ricotta sucrée au miel et à la cannelle	14	7	134
Mousse au lait d'amandes	9	4	103	Sabayon à l'érable et au porto	1	3	26
Mousse au rhum vanillé	9	4	101	Sabayon au marsala	14	7	130
Mousse choco-caramel à la fleur de sel et au yogourt	20	8	94	Sabayon aux framboises	3	4	61
Mousse crémeuse aux fraises	9	4	104	Sabayon et fruits caramélisés au sucre épice	14	3	113
Mousse de yogourt	12	7	128	Sabayon et salade d'agrumes	23	1	120
Mousse express aux framboises	5	3	102	Sandwichs à la mousse à la clémentine	22	2	128
Mousse glacée aux framboises	9	4	105	Soufflés au chocolat	15	2	127
Mousse mangue et lait de coco	9	4	102	Sundae à la framboise, crumble aux confettis	23	7	3
Nids de meringue et petits fruits frais	14	4	153	<i>Syllabub</i> à la mangue	15	1	168
Panna cotta à la crème fraîche et gelée au café	10	5	130	Tarte mousse à la framboise, croûte aux pistaches	22	2	128
Panna cotta à la noix de coco et rhum sur ananas grillés	7	4	96	Tasse de chocolat mousse	4	3	47
Panna cotta à la purée de mangue	3	3	26	Vacherin à la pêche	4	5	58
Panna cotta à la vanille	14	7	132	Vacherin mangue et coco	20	6	116
Panna cotta à la vanille, aux canneberges et au chocolat blanc	17	8	84	Vacherins classiques	6	3	97
Panna cotta au café et à l'orange	17	3	108	Vacherins classiques	6	3	97
Panna cotta au café et à l'orange (2)	23	3	85	Vacherins à l'érable et au sorbet à la poire	17	4	112
Panna cotta au chocolat au lait	10	5	127	Verrines « gâteau au fromage » et bleuets	13	6	148
Panna cotta au citron	10	4	104				
Panna cotta au citron et mousse au jus d'orange	13	8	142	Crêpes et pancakes			
Panna cotta au dulce de leche	10	5	129	Bouchées de crêpes aux fruits confits et au chocolat	4	1	88
Panna cotta au lait d'avoine caramélisée et aux cerises	15	6	75	Crêpes au gingembre et aux pacanes	7	5	106
Panna cotta au lait de beurre	8	5	42	Crêpes aux dattes et aux agrumes	16	2	59
Panna cotta au miel, à la camomille et aux fraises d'automne	12	7	111	Crêpes farcies à la ricotta et au Toblerone	5	3	45

	vol	n°	page
<i>Crespelles aux épinards</i>	13	7	56
<i>Galettes de sarrasin</i>	9	1	138
<i>Méga-pancake à partager</i>	13	2	54
<i>Pancakes à la laitue et tzatziki</i>	19	4	67
<i>Pancakes au gruau, sauce aux bleuets et aux pommes</i>	9	4	58
<i>Pancake au sirop d'érable et au brunost</i>	13	4	126
<i>Pancakes aux bananes et à l'avoine</i>	19	6	88
<i>Pancakes « tarte à la citrouille »</i>	23	8	3
<i>Tartines croustillantes choco-banane au gaufrier</i>	20	2	28
<i>Croustades et croustillants</i>			
<i>Bouchées chocolatées à la guimauve et au quinoa croustillant</i>	18	2	58
<i>Brown Betty aux pommes</i>	9	7	120
<i>Cobbler aux fraises et aux framboises</i>	23	6	112
<i>Cobbler aux fruits sans noix, sans oeufs et sans produits laitiers</i>	11	8	183
<i>Cobbler aux pêches en pots</i>	13	7	75
<i>Croquant à la noix de coco</i>	15	7	132
<i>Croustade à la rhubarbe et aux fraises</i>	18	6	91
<i>Croustade aux fraises et à la rhubarbe sans gluten</i>	21	5	99
<i>Croustade aux pêches et aux amandes</i>	20	7	50
<i>Croustade aux poires et à la purée de dattes</i>	20	2	99
<i>Croustade aux pommes</i>	7	5	44
<i>Croustade aux pommes (2)</i>	17	8	113
<i>Croustade aux pommes et à la noix de coco</i>	14	8	185
<i>Croustade aux pommes moins sucrée</i>	23	8	109
<i>Croustade aux prunes, aux pommes et aux graines de lin</i>	4	5	96
<i>Croustillant à la rhubarbe</i>	2	4	24
<i>Croustillant de poires à la noix de coco</i>	6	5	80
<i>Croustillant aux bleuets, à l'ananas et à la noix de coco</i>	14	5	136
<i>Croustillant aux bleuets et aux pommes</i>	9	7	128
<i>Croustillant aux bleuets et aux pommes, version encore plus santé</i>	9	7	128
<i>Croustillant aux poires et aux cerises</i>	9	7	126
<i>Crumble au maïs</i>	23	5	101
<i>Crumble aux fraises et aux bananes</i>	3	3	56
<i>Crumble aux pêches (crumble di pesche)</i>	14	7	152
<i>Crumble aux prunes</i>	9	7	130
<i>Crumble de pistaches, crème fouettée et petits fruits</i>	13	6	58

	vol	n°	page
<i>Desserts glacés</i>			
<i>3 saveurs de crème glacée à base de bananes</i>	18	7	111
<i>Affogato à la crème</i>	21	1	108
<i>Ananas Alaska</i>	1	4	80
<i>Ananas farci à la crème glacé et granité à la lime</i>	13	5	98
<i>Bagatelle glacée framboise et mangue</i>	15	6	149
<i>Banana split caramélisé</i>	11	7	138
<i>Banana split grillé pour 8</i>	4	4	63
<i>Barres glacées kulfī</i>	17	3	106
<i>Bol de sorbet à la papaye</i>	17	5	126
<i>Bombe Alaska</i>	4	4	96
<i>Bombe Alaska à l'érable</i>	9	5	114
<i>Bombe Alaska au citron et aux pistaches</i>	22	1	156
<i>Bombe Alaska - la classique</i>	11	7	134
<i>Boules de crème glacée choco-croquantes</i>	5	4	104
<i>Carrés de crème glacée aux céréales croustillantes</i>	14	3	88
<i>Charlotte aux sandwichs à la crème glacée</i>	8	5	90
<i>Coupe de crème glacée à la pâte de biscuits</i>	8	2	54
<i>Coupe glacée à la banane frite</i>	15	6	151
<i>Coupes glacées aux fraises et aux brownies</i>	9	6	125
<i>Crème glacée à la crème brûlée</i>	11	6	131
<i>Crème glacée à la fraise</i>	17	6	114
<i>Crème glacée à la à la lavande et aux bleuets</i>	20	5	116
<i>Crème glacée à la vanille</i>	1	4	80
<i>Crème glacée à la vanille (2)</i>	13	6	34
<i>Crème glacée à la vanille (la meilleure)</i>	15	6	137
<i>Crème glacée à la vanille et à l'ananas</i>	3	4	40
<i>Crème glacée à la vanille et à la mangue</i>	3	4	40
<i>Crème glacée à la vanille sans oeufs</i>	13	6	37
<i>Crème glacée à la vanille (sans sorbetière)</i>	21	7	121
<i>Crème glacée à l'érable et aux noix</i>	21	4	123
<i>Crème glacée au chocolat</i>	1	4	80
<i>Crème glacée au chocolat (2)</i>	13	6	34
<i>Crème glacée au chocolat blanc</i>	9	3	57
<i>Crème glacée au chocolat végétalienne</i>	20	6	99
<i>Crème glacée aux framboises</i>	3	4	40
<i>Crème glacée choco-cerises</i>	11	6	131
<i>Crème glacée frite</i>	17	6	121

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Crème glacée frite à la mexicaine	2	4	80	Sandwich géant à la crème glacée	11	6	132
Crème glacée maison à la vanille	3	4	40	Sandwichs à la crème glacée	2	4	60
Crème glacée maison au chocolat	3	4	40	Sandwich à la crème glacée avec biscuits géants aux pépites de chocolat	19	6	109
Crème glacée toute garnie aux amandes et au caramel	22	6	116	Sandwichs à la crème glacée <i>chill</i>	17	6	126
Croutillant pour sundae	6	4	86	Sandwichs à la crème glacée et biscuits à l'avoine maison	9	5	124
Feuilletés glacés à la crème aux fraises	15	6	153	Sandwichs à la crème glacée napolitaine	22	6	115
Fleurs d'hémérocalle et sorbet	4	4	22	Sandwichs à la crème glacée <i>s'mores</i>	23	6	89
Fudgesicle maison	3	4	39	Sandwichs brownies à la crème glacée	11	6	132
Gâteau à la napolitaine	9	5	117	Sandwichs glacés à la fraise	14	6	136
Gâteau Creamsicle	7	4	98	Sandwichs glacés au citron	11	6	134
Gâteau glacé à la pistache et aux framboises	12	6	122	Sandwichs glacés pacanes et vanille	11	6	130
Gâteau meringué à la crème glacée Skor	3	4	39	Sauce au caramel (pour sundae)	1	4	82
<i>Gelato</i> au chocolat	10	8	138	Sauce aux fraises (pour sundae)	1	4	82
<i>Gelato</i> aux noisettes (sans oeufs)	10	8	138	Sauce « fudge » au chocolat (pour sundae)	1	4	82
Glace à la fraise sans lactose	11	5	120	Sauterelle glacée (parfait à la menthe)	1	4	80
Granité à la framboise, crémeux au chocolat blanc et à l'estragon	21	6	52	Semifreddo à l'orange	3	4	18
Granité à l'orange et salade de fraises	17	5	110	<i>Slush</i> Mont-Blanc aux cerises	21	5	112
Granité au café et crème glacée	9	5	113	Sorbet à la betterave	15	7	132
Granité au litchi et au citron vert	10	3	117	Sorbet à la framboise	19	6	111
Granité au pamplemousse rose	3	1	76	Sorbet au citron	16	4	114
Granité aux fraises et au champagne	9	6	132	Sorbet au kaki vanillé	18	1	38
Granité aux fraises et au vinaigre balsamique	1	3	48	Sorbet aux canneberges	8	1	86
Granité « Boule de neige »	4	1	80	Sorbet aux framboises et au cream soda	8	6	100
Granité cosmopolitain	20	1	55	Sorbet aux litchis	7	2	96
Granité melon d'eau et lime	11	6	55	Sorbet aux pommes confites	15	8	153
Melon d'eau givré	3	4	38	Sorbet coco-caramel	5	4	101
Mochis maison à la crème glacé	19	6	109	Sorbet express au melon d'eau	16	6	105
Mont-blanc	15	1	227	Sorbet fraise et rhubarbe	HSP		120
Parfait au citron	3	4	39	Sorbet pomme-rhubarbe	18	6	99
Parfait au yogourt, à la banane et au gâteau aux fruits	18	1	174	Sucettes glacées à la banane et au caramel	16	6	110
Parfait glacé à la framboise sans produits laitiers	14	5	31	Sucettes glacées à l'ananas et au basilic	20	6	74
Parfait glacé à la lime et au citron	13	6	66	Sucettes glacées à la carambole	17	5	128
Parfait glacé à la lime et au citron	13	6	66	Sucettes glacées à la gelée de fruits	8	6	100
Parfait glacé au chocolat au lait et aux framboises	17	5	110	Sucettes glacées à la gelée de fruits (2)	13	6	96
Pâté chinois dessert	1	2	54	Sucettes glacées à la limonade et aux fraises	16	6	110
Pâté chinois dessert (2)	5	2	114	Sucettes glacées à la menthe et au chocolat	16	6	110
Pops au citron	8	6	95	Sucettes glacées à la vanille et aux fraises	5	4	101
Popsicle trois couleurs	3	4	9	Sucettes glacées à l'avocat	14	6	120
Revel maison	1	4	78	Sucettes glacées au beurre d'arachide et au chocolat	8	6	98

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Sucettes glacées au lait de coco et à la mangue	8	6	91	Aspic de fruits en coupe	4	5	68
Sucettes glacées au yogourt, aux cerises et au chocolat	17	6	105	Assiette d'agrumes à la vanille	13	2	50
Sucettes glacées aux framboises, aux pêches et à la crème	23	6	110	Banane au sésame caramélisé	17	2	98
Sucettes glacées « gâteau au fromage »	8	6	98	Bananes caramélisées et salade de fruits	17	5	118
Sucettes glacées lassi à la mangue	15	4	137	Banane grillée au barbecue et croquant à la noix de coco	12	5	65
Sucettes glacées paloma (tequila et pamplemousse)	21	5	111	Bananes flambées à la cannelle	8	2	80
Sucettes glacées sans lactose au kiwi et au chocolat blanc	16	6	113	Bananes flambées de mon amie Martine	6	2	98
Sucettes glacées style tarte au citron meringuée (<i>paletas</i>)	19	6	107	Bâtonnets d'ananas givrés	8	6	100
Sucettes glacées vietnamiennes à la carambole	17	5	128	Beurre de poires au miel	1	5	59
Sundae à la rhubarbe	11	5	166	Beurre aux petits fruits	17	4	95
Sundae double caramel, bananes et croquant aux bretzels et aux arachides	20	6	114	Bleuets au chocolat	2	2	28
Sundae érable et noix	17	2	46	Bleuets au chocolat (2)	4	4	37
Sundae forêt-noire	6	4	90	Bouchées d'abricots aux noix et au chocolat	17	2	99
<i>Sundae peanut butter and jelly</i>	18	7	66	Brochettes de fruits et de bonbons	4	4	51
<i>Sundae sauce fudge et popcorn au caramel</i>	13	6	104	Bruschetta aux fruits	9	4	54
Sundae tarte au citron	6	4	90	Carpaccio d'ananas, crème à la ricotta et céleri confit	16	8	136
Sundae tarte au sucre	6	4	88	Carpaccio d'ananas rouge	13	1	134
Sundae tarte aux fraises	6	4	86	Cerises jubilé au barbecue	18	5	115
Sundae Turtle	5	4	103	Citron confit au limoncello	14	7	100
Tarte glacée au chocolat, Eton mess aux mûres	21	6	111	Citrons confits express	20	2	45
Terrine glacée à la pâte à biscuits	15	6	151	Compote de cerises de terre à la vanille	HSP		117
Truffes de crème glacée (de type tartufo)	9	5	120	Compote de poires aux épices	3	5	25
Yogourt glacé à la vanille ou au citron	19	6	111	Compote de pommes rose	1	5	13
Yogourt glacé trois couleurs	8	6	91	Compote de rhubarbe	4	4	67
Fruits				Compotée de camerises	20	8	113
Ananas Alaska	1	4	80	Demi-citrons à la crème (<i>lemon posset</i>)	22	4	113
Ananas au four au sirop d'agrumes	3	3	86	Dessert étagé au fromage à la crème et aux framboises sans cuisson	19	4	78
Ananas et beignes grillés au barbecue, sirop épice au rhum	18	5	116	Écorces de pamplemousse confites	12	1	28
Ananas farci à la crème glacée et granité à la lime	13	5	98	Écorces d'oranges confites au chocolat	13	8	138
Ananas flambé au rhum	12	5	146	Figues caramélisées, miel et yogourt	2	4	52
Ananas grillé au lait de coco	1	4	33	Fleur de mangue	11	4	60
Ananas grillé au lait de coco (2)	13	5	78	Fleurs d'ananas séchées	6	3	93
Ananas grillé en salade	6	3	34	Fleurs givrées	4	4	16
Ananas rôti et crumble aux noix	5	3	83	Fondue à l'érable et au gingembre	17	2	45

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Kiwi à la coque	5	4	96	Pots aux fraises, crumble et crème à la mélisse	21	6	85
Kumquats confits	12	1	153	Prunes confites	12	7	128
Kumquats confits au gingembre	20	2	60	Prunes confites (2)	14	7	132
Kumquats confits en sirop	7	2	47	Prunes rôties et crumble aux amandes et à l'épeautre	17	7	106
Mangue au fruit de la passion	16	6	36	Purée de mangue (pour bébé)	8	4	65
Mousse aux litchis	1	3	43	Purée de pruneaux (pour bébé)	8	4	72
Oranges marinées à la cannelle et au citron	14	3	62	Raisins frais au sirop	16	4	68
Oranges sanguines confites	13	1	40	Raisins confits minute à l'anis	17	8	115
Papillotes de banane au caramel	1	4	33	Rhubarbe confite	11	5	156
Papillotes de bananes au rhum et à la vanille	2	2	53	Rhubarbe confite sous vide	18	6	94
Pêche Melba revisitée	6	4	102	Rhubarbe rôtie à la vanille	18	6	96
Pêches caramélisées, chantilly à l'érable et pacanes sablés	22	6	111	Risotto aux pêches	4	5	56
Pêches flambées	11	7	127	Riz gluant à la mangue et à la noix de coco	22	3	47
Pêches grillées au barbecue et framboises	18	5	114	Rochers aux abricots	14	1	179
Pêches Melba au miel	21	6	112	Rochers aux bleuets et au quinoa soufflé	17	7	113
Pêches pochées	9	6	70	Salade d'agrumes au sirop de pain d'épices	7	1	60
Pêches pochées au vin blanc	14	7	134	Salade de cantaloup au caramel de porto	5	5	86
Pêches pochées et granité aux fraises	14	6	136	Salade de clémentines au fruit de la passion	9	1	84
Pêches rôties au miel et au gingembre	9	6	65	Salade de framboises, de pêches et de fruit de la passion	12	6	128
Pelures de pamplemousse rose confites	1	1	11	Salade de fruits	18	1	64
Petits fruits en gelée de muscat	2	4	22	Salade de fruits à l'asiatique	4	5	53
Plateau de fruits tropicaux	15	4	113	Salade de fruits à la rhubarbe confite	18	6	94
Plateau de gros fruits grillés	16	5	93	Salade de fruits au sirop de Pimm's	17	6	118
Poires au gingembre sur sablés au citron	2	3	54	Salade de fruits d'automne	7	5	81
Poires braisées au vin rouge	16	1	173	Salade de fruits d'hiver et panettone	5	1	69
Poires caramélisées au miel	10	4	80	Salade de fruits et gelée au citron	10	6	121
Poires caramélisées au sirop d'érable	8	2	88	Salade de fruits exotiques	4	2	72
Poires dans le sirop	13	7	100	Salade de fruits exotiques à la vanille	2	2	53
Poires en crûôte	16	7	103	Salade de fruits exotiques et sorbet	10	6	121
Poires grillées	14	7	130	Salade de fruits jaunes	6	5	82
Poires pochées au mastic, au safran et à la mandarine	19	3	100	Salade de fruits parfumée	5	4	78
Poires pochées au miel de tilleul	3	1	66	Salade de fruits rouges	1	2	24
Poires pochées au vin blanc, crumble au siège et yogourt glacé	16	8	136	Salade de fruits, sirop léger à l'orange	20	7	84
Pommes à la guimauve en papillote	1	2	54	Salade de melon, framboises et menthe	10	6	121
Pommes au four à l'érable	10	7	129	Salade de petits fruits à la vanille	10	6	122
Pommes au four au sirop d'érable	4	3	18	Salade de poires et de raisins	12	1	144
Pommes au four « Hasselback »	11	8	174	Salade de prunes rouges au miel et au romarin	5	5	86
Pommes caramel	11	8	178	Salsa de fraises	3	2	34
Pommes caramélisées au four	18	1	66				
Pommes farcies aux amaretti et à l'érable	7	5	46				

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Sandwichs japonais à la mangue (<i>fruit sando</i>)	22	4	112
Sushi royal	3	2	85
Sirop concentré d'agrumé	22	2	56
Sirop de fraises	1	4	50
Sirop de fraises (2)	9	6	125
Sirop de raisins Concord	20	7	115
Sirops de fruits parfumés	5	4	78
S'mores aux framboises	22	6	93
Soupe de fraises au muscat	1	4	50
Strudel aux poires	3	5	21
Tajine de fruits	4	3	78
« Tarte » au melon d'eau	11	6	52
Tranches d'agrumes séchées	20	2	59
Tranches de citron confits express	16	4	122
Trio de melons et sirop à la menthe	1	4	46
Verrines aux fruits rouges, amandes et chocolat	19	1	178
Verrines aux poires, au caramel et croquant aux amandes	8	1	54
Yeux globuleux (litchis farcis aux bleuets et aux cerises)	4	5	109

Gâteaux

Bagatelle aux bananes et à la confiture de lait (<i>banoffee</i>)	17	1	158
Bagatelle aux brownies et caramel au bourbon	14	1	202
Bagatelle aux canneberges et aux framboises	14	1	198
Bagatelle aux choux à la crème	14	1	202
Bagatelle aux clémentines et aux biscuits pain d'épice	14	1	200
Bagatelle aux pêches et aux abricots	22	6	111
Bagatelle citron et meringue	14	1	206
Bagatelle (<i>trifle</i>) forêt-noire	23	1	123
Billot de Noël Red Velvet	10	1	136
Black out Cake	11	4	154
Brazo de reina	8	3	90
Brazo de reina d'Alexandra Diaz	3	1	66
Bûche au caramel	12	1	192
Bûche au chocolat	12	1	190
Bûche au chocolat (2)	18	1	162
Bûche au chocolat blanc et aux clémentines confites	15	1	223
Bûche au chocolat et au mascarpone	5	1	59

	vol	n°	page
Bûche au sucre à la crème	9	1	152
Bûche aux canneberges et crème à la vanille	16	1	193
Bûche aux canneberges, framboises, mascarpone et pistaches	11	1	122
Bûche aux canneberges, framboises, mascarpone et pistaches (2)	18	1	164
Bûche aux framboises	19	1	165
Bûche aux framboises à l'assiette	19	1	123
Bûche de Noël au chocolat	1	1	30
Bûche de Noël au chocolat 4 étages	17	1	156
Bûche de Noël eggnog	18	1	160
Bûche de Noël Egg nog	6	1	52
Bûche érable, framboises et chocolat blanc	14	1	160
« Bûche » étagée aux poires caramélisées	16	1	135
Bûche et trois garnitures	2	1	38
Bûche pavlova aux cerises, crème anglaise aux amandes	22	1	159
Bûche roulée à la verticale aux canneberges et au chocolat	20	1	158
Bûche sans gluten au chocolat blanc, au yogourt et aux framboises	24	1	146
Bûche tiramisu	21	1	118
Bûchette au chocolat et clémentines confites	6	1	80
Cake à la betterave	1	3	70
Cake à la courge	8	8	70
Cake à la crème sure et aux pacanes	5	5	64
Cake à la rhubarbe et aux pistaches	11	5	153
Cake à la vanille, fraises, basilic et crème au mascarpone	19	5	111
Cake à l'orange sanguine	13	1	38
Cake au citron et au thé vert	2	5	65
Cake au citron et au yogourt	12	4	124
Cake au citron et au pavot grillé au barbecue	18	5	115
Cake aux 8 citrons	14	8	106
Cake aux carottes	11	8	144
Cake aux prunes et à la crème sure	19	7	116
Cake chocolat et poire	18	3	103
Cassata à l'orange et au chocolat	16	4	65
Charlotte à l'orange	18	2	60
Charlotte au chocolat blanc et aux kumquats confits	1	1	40
Charlotte aux fraises	9	6	130
Charlotte tout chocolat	9	1	128
Clafoutis aux cerises	19	7	116

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Compote de cerise	13	3	120	Financiers aux deux parfums (matcha et fruit de la passion)	19	3	123
Crème à la framboise	13	3	110	Financiers aux canneberges et aux ananas	9	1	68
Crème au beurre	3	1	62	Fondant	8	8	110
Crème au beurre (2)	7	3	85	Fondant (2)	9	8	153
Crème au beurre (3)	9	1	62	Fondant (3)	10	5	121
Crème au beurre à la vanille sans oeufs	11	6	115	Framboisier	1	4	46
Crème au beurre au café	14	4	148	Ganache à tartiner	13	3	118
Crème au beurre au caramel	14	8	132	Ganache au chocolat noir	20	3	116
Crème au citron	13	3	120	Ganache hyperchocolatée	7	3	85
Crème au citron	16	4	124	Ganache hyperchocolatée (2)	8	8	110
Crème au mascarpone et au chocolat blanc	11	1	140	Garniture à la confiture et glaçage au chocolat blanc	2	1	38
Crème chantilly	13	3	120	Garniture au citron	7	3	95
Cupcakes	2	3	34	Garniture aux canneberges et aux framboises	11	1	140
Cupcakes à la vanille	12	7	100	Garniture choco-allemande	2	1	38
Cupcakes à la vanille moins sucrés	19	4	115	Garniture forêt-noire	2	1	38
Cupcakes à l'éryable	5	3	96	Gâteau à l'huile d'olive et au citron	22	2	45
Cupcakes au cacao	11	2	97	Gâteau à la cannelle et aux bleuets (coffee cake)	22	6	71
Cupcakes au caramel et à la fleur de sel	7	3	89	Gâteau à la cannelle et aux pacanes	12	3	120
Cupcakes chocolat	7	3	82	Gâteau à la citrouille	12	8	134
Cupcakes au chocolat (2)	11	2	97	Gâteau à la courge et crumble de pacanes (coffee cake)	15	7	133
Cupcakes au chocolat, au mascarpone et à l'éryable	21	4	122	Gâteau à la courge et ganache au chocolat noir	17	8	126
Cupcakes au chocolat et aux cocos de Pâques	23	4	101	Gâteau à la « gomme balloune »	14	8	180
Cupcakes au citron et au chocolat blanc caramélisé	23	4	10	Gâteau à la goyave	15	4	115
Cupcakes aux carottes	23	8	111	Gâteau à la lavande	3	4	34
Cupcakes choco-mayo	19	2	128	Gâteau à la mangue	16	5	120
Cupcakes choco-noisettes	22	1	116	Gâteau à la pâte d'amandes et aux poires au vin rouge	5	5	80
Cupcakes cow-boy	7	3	90	Gâteau à la pistache	7	3	45
Cupcakes d'Halloween	8	8	104	Gâteau à la rhubarbe et à la fleur de sureau	20	5	113
Cupcakes forêt-noire	23	4	102	Gâteau à la rhubarbe de Monette	1	4	52
Cupcakes gâteau d'anniversaire	23	4	103	Gâteau à la ricotta, aux fraises et aux framboises	22	6	30
Cupcakes meringués fourrés au citron	7	3	95	Gâteau à la salade de fruits	9	2	84
Cupcakes papillon	7	3	90	Gâteau à la salade de fruits (2)	19	2	128
Cupcakes princesse	7	3	89	Gâteau à la soupe aux tomates	19	2	129
Cupcakes printemps en fleur	7	3	98	Gâteau à la vanille au lait chaud, fraises fraîches	23	6	2
Cupcakes Red Velvet	7	3	98	Gâteau à la vanille dans une casserole	12	7	100
Cupcakes tire d'éryable sur la neige	7	3	90	Gâteau à la vanille dans une plaque	11	1	140
Cupcakes triple chocolat	7	3	95				
Cupcakes vanille	7	3	82				
Dessert de Noël en pot	11	1	135				
Feuilleté aux mûres, crème au chocolat et chantilly	24	1	101				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Gâteau à la vanille dans une plaque et garnitures aux framboises	16	5	64
Gâteau à la vanille de base	10	4	109
Gâteau à la vanille de base	19	5	109
Gâteau à la vanille (le meilleur)	9	8	125
Gâteau à la vanille pour mini-cupcakes	10	2	103
Gâteau à la vanille, au caramel et à la mousse au chocolat	2	1	68
Gâteau à la vanille et au citron, crème au beurre	23	8	56
Gâteau à la vanille et à la gelée de petits fruits, pâte au chocolat blanc	5	5	103
Gâteau à la vanille fraises-rhubarbe	14	6	134
Gâteau à la vanille marbré au caramel	4	5	73
Gâteau à la vanille réduit en gras	5	2	52
Gâteau à la vanille sans gluten	14	4	88
Gâteau à la vanille sans oeufs	11	6	115
Gâteau à la ricotta	14	7	100
Gâteau à l'avoine et aux pépites de chocolat	10	8	162
Gâteau à l'érable cuit dans une conserve	8	4	108
Gâteau à l'érable et au whisky	15	3	127
Gâteau à l'orange <i>Creamsicle</i>	16	5	115
Gâteau à pois choco-fromage	9	3	60
Gâteau à thé aux pacanes et au Graham	11	3	111
Gâteau au beurre	9	1	62
Gâteau au café et aux marrons	17	8	125
Gâteau au café et à la vodka	15	3	125
Gâteau au café et meringue au chocolat	5	5	100
Gâteau au caramel, au popcorn et aux arachides	14	8	132
Gâteau au caramel aux dattes	6	2	97
Gâteau au caramel, au popcorn et aux arachides en pot	18	3	114
Gâteau aux carottes sans gluten	17	3	97
Gâteau au chocolat	1	1	60
Gâteau au chocolat (2)	5	5	108
Gâteau au chocolat (3)	12	7	100
Gâteau au chocolat (le meilleur)	9	3	43
Gâteau au chocolat et aux noisettes	24	1	141
Gâteau au chocolat, à la guimauve et aux pacanes (<i>Mississippi Mud Cake</i>)	13	4	157
Gâteau au chocolat au cœur fondant	2	2	76
Gâteau au chocolat, aux framboises et à la rose	20	5	116
Gâteau au chocolat, croquant aux amandes			

	vol	n°	page
et au caramel	15	8	136
Gâteau au chocolat de Noël	8	1	84
Gâteau au chocolat et au fromage	18	1	103
Gâteau au chocolat et aux bonbons	10	6	125
Gâteau au chocolat et chantilly au caramel	14	4	78
Gâteau au chocolat et à la bière Guinness	4	5	90
Gâteau au chocolat et à l'abricot (<i>Sachertorte</i>)	13	4	158
Gâteau au chocolat et à la mousse aux fraises	2	4	24
Gâteau au chocolat et aux amandes (<i>Torta caprese</i>)	13	4	146
Gâteau au chocolat et crème au beurre au caramel	17	8	55
Gâteau au chocolat et sapins dans la neige	19	1	168
Gâteau au chocolat <i>Devil's Food Cake</i> sans produits laitiers	20	8	32
Gâteau au chocolat, ganache au thé	9	3	55
Gâteau au chocolat, glaçage aux épices	7	1	121
Gâteau au chocolat moins sucré	19	4	116
Gâteau au chocolat, sauce moka	6	2	90
Gâteau au chocolat sucré-salé et croquant aux amandes	16	2	59
Gâteau au citron, confiture à la mangue	20	4	97
Gâteau au citron et au basilic (<i>poke cake</i>)	21	5	114
Gâteau au citron et aux framboises	13	2	124
Gâteau aux bleuets	16	5	117
Gâteau aux couleurs du Québec	8	6	72
Gâteau au fromage	2	1	66
Gâteau au fromage (2)	8	5	65
Gâteau au fromage (à la mijoteuse)	7	5	54
Gâteau au fromage à la pâte de biscuits	12	8	149
Gâteau au fromage à l'érable et aux poires	21	4	125
Gâteau au fromage allégé	1	1	66
Gâteau au fromage allégé en gras	10	2	94
Gâteau au fromage basque	21	2	68
Gâteau au fromage au beurre d'arachides et à la banane	12	8	147
Gâteau au fromage au caramel et aux amandes	12	8	150
Gâteau au fromage au citron meringué	12	8	152
Gâteau au fromage au lait de poule	15	1	219
Gâteau au fromage, aux bleuets sauvages et au mélilot	18	4	122
Gâteau au fromage aux pêches sur			

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
une plaque	17	7	108	Gâteau au maïs	11	7	73
Gâteau au fromage basque	21	2	68	Gâteau aux noisettes	17	8	125
Gâteau au fromage express	5	2	80	Gâteau aux noisettes, à l'orange et au chocolat (<i>Dobos torte</i>)	13	4	154
Gâteau au fromage et à l'érable	1	3	26	Gâteau aux noix	8	8	50
Gâteau au fromage et au chocolat blanc dans une tasse	13	5	48	Gâteau aux noix et à l'érable	16	3	83
Gâteau au fromage et au citron	20	4	104	Gâteau aux noix et au sucre à la crème	6	1	96
Gâteau au fromage Forêt-Noire	14	2	122	Gâteau aux pacanes et crème au beurre au miel	13	8	150
Gâteau au fromage, garniture aux fraises	22	5	104	Gâteau aux poires, caramel maison	3	5	17
Gâteau au fromage japonais	18	7	97	Gâteau aux poires et au caramel, chantilly au fromage à la crème	21	2	37
Gâteau au fromage japonais au persil	16	8	85	Gâteau aux pommes à 6 ingrédients	21	7	122
Gâteau au fromage marbré aux bleuets	2	5	82	Gâteau aux pommes, pacanes et raisins	15	8	155
Gâteau au fromage pomme-caramel	11	8	178	Gâteau aux pruneaux	8	4	69
Gâteau au fromage Red Velvet	12	8	156	Gâteau aux tomates vertes	HSP		33
Gâteau au fromage tiramisu	12	8	156	Gâteau aux trois laits (<i>tres leches</i>) au <i>dulce de leche</i>	22	5	81
Gâteau au fromage triple chocolat	12	8	154	Gâteau aux trois laits (<i>tres leches</i>), aux fraises et au melon d'eau	21	6	113
Gâteau au litchi et à la framboise	13	5	154	Gâteau BBQ	1	4	33
Gâteau au parfum de citron et d'orange	1	4	10	Gâteau blanc	11	2	109
Gâteau au thé chaï et aux pommes	21	8	98	Gâteau Boston	4	5	71
Gâteau au yogourt, au thé Earl Grey et aux mûres	20	8	93	Gâteau Boston (le meilleur)	15	4	129
Gâteau au yogourt et au citron	4	2	34	Gâteau Boston à la rhubarbe et au chocolat blanc	8	6	24
Gâteau aux amandes et aux bleuets	23	6	110	Gâteau boule de Noël	10	1	170
Gâteau aux bananes, glaçage à la barre Mars	8	5	89	Gâteau brioche à la cannelle	14	8	180
Gâteau aux bananes, glaçage au fromage à la crème et au beurre noisette	22	3	75	Gâteau « Bundt » à la banane et à la cardamome	5	5	110
Gâteau aux carottes	2	5	82	Gâteau « Bundt » à la poire et au chocolat	6	5	80
Gâteau aux carottes (2)	9	2	93	Gâteau Bundt à la vanille	13	3	114
Gâteau aux dattes à la bière noire	12	5	146	Gâteau Bundt au café	13	3	114
Gâteau aux dattes et aux poires	23	8	80	Gâteau Bundt au chocolat	13	3	114
Gâteau aux dattes, glaçage aux amandes	22	3	114	Gâteau Bundt au citron	10	4	104
Gâteau aux épices	3	1	61	Gâteau Bundt au citron (2)	13	3	116
Gâteau aux épices et à la mélasse	22	1	146	Gâteau Bundt au lait de coco et aux fruits rouges	17	1	81
Gâteau aux épices et au chocolat	13	1	136	Gâteau Bundt au miel et prunes confites	22	8	66
Gâteau aux épices et au <i>dulce de leche</i>	19	1	174	Gâteau Bundt au pavot et à la cannelle	17	8	126
Gâteau aux fraises	6	4	62	Gâteau Bundt canneberges-betteraves	19	2	109
Gâteau aux framboises et à la crème	6	4	65	Gâteau Bundt doré	13	3	116
Gâteau aux fruits	9	1	132	Gâteau Bundt marbré au chocolat	11	4	156
Gâteau aux fruits dans une poêle	15	1	127	Gâteau cadeau	3	1	114
Gâteau aux fruits de Mimi	3	1	65	Gâteau cerise, glaçage au fromage à la crème et au chocolat	23	2	79
Gâteaux aux fruits sans noix	7	1	91				
Gâteau aux fruits traditionnels	12	1	23				
Gâteau aux jujubes	4	3	24				

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Gâteau château de sable	5	4	110
Gâteau château de princesse	5	2	92
Gâteau chantilly aux fraises	15	6	106
Gâteau chiffon à l'orange et crème au citron	23	5	105
Gâteau chiffon à l'orange sanguine	19	1	170
Gâteau chiffon au citron avec crème chantilly	16	4	122
Gâteau choco-allemand	9	3	58
Gâteau choco-photo	9	8	131
Gâteau chocolat passion	14	3	116
Gâteau chou au chocolat blanc	5	3	70
Gâteau classique au chocolat	23	4	68
Gâteau Creamsicle	7	4	98
Gâteau crémeux au mascarpone, sauce aux fruits de la passion	6	1	98
Gâteau croquant aux amandes, au chocolat et au café	14	4	148
Gâteau croustillant à l'avoine et aux bleuets	7	2	94
Gâteau croustillant au chocolat et aux marrons	5	1	18
Gâteau « crumble » aux pommes	10	8	160
Gâteau cuit dans un cornet	3	4	98
Gâteau d'anniversaire aux confettis	20	3	117
Gâteau d'anniversaire cheval	20	3	115
Gâteau d'anniversaire dinosaures	20	3	114
Gâteau d'anniversaire <i>skateboard</i>	20	3	116
Gâteau Damier	1	3	16
Gâteau de beignes	20	6	114
Gâteau de la Saint-Valentin au chocolat et aux framboises	21	3	91
Gâteau de Noël à l'assiette	11	1	111
Gâteau de maïs aux bleuets	17	6	116
Gâteau de Savoie	20	4	114
Gâteau des anges	8	3	66
Gâteau des anges à l'érable	11	8	144
Gâteau des anges au sucre brun, crème anglaise au caramel et bananes caramélisées	20	2	130
Gâteau des anges aux framboises, crème fouettée au fromage à la crème	21	6	116
Gâteau dentelle	9	8	128
Gâteau Devil's Food Cake	8	3	67
Gâteau doré glacé au chocolat	11	4	152
Gâteau double meringue au chocolat	14	8	178
Gâteau du Nouvel An (<i>vasilopita</i>)	21	1	162
Gâteau éponge au sarrasin et aux marrons	16	2	111

	vol	n°	page
Gâteau étagé à la canneberge	19	1	172
Gâteau flan au caramel et aux épices	22	1	157
Gâteau fleurs	9	8	135
Gâteau Forêt-Noire	14	2	120
Gâteau Forêt-Noire sans œuf, sans noix et sans produits laitiers	1	1	62
Gâteau frangipane aux prunes	12	7	130
Gâteau glacé à la clémentine	7	1	124
Gâteau givré à la rhubarbe	23	5	60
Gâteau Hummingbird (gâteau aux bananes et à l'ananas)	23	3	103
Gâteau <i>Kuchen</i> aux pommes	11	8	173
Gâteau Lego	5	4	63
Gâteau marbré choc-banane	13	2	123
Gâteau mille-crêpes	14	4	74
Gâteau « mojito »	16	5	122
Gâteau moka au café	11	1	184
Gâteau moka au chocolat	11	1	184
Gâteau moka au caramel et à la noix de coco	11	1	184
Gâteau mousse à la mangue	2	2	54
Gâteau mousse à l'érable	4	3	19
Gâteau mousse au chocolat	15	1	225
Gâteau mousse au chocolat magique	23	2	104
Gâteau-mousse au yogourt à la mangue	15	4	147
Gâteau mousse aux fraises sans gélatine	19	6	93
Gâteau « napolitain »	16	5	119
Gâteau opéra	8	4	92
Gâteau pente de ski	10	3	109
Gâteau Piña Colada	7	2	96
Gâteau plaque au chocolat (<i>Texas Sheet Cake</i>)	12	5	144
Gâteau Pocky-fleurs	9	8	132
Gâteau Pocky-Mikado	9	8	137
Gâteau Pocky-vaches	9	8	136
Gâteau poire Belle-Hélène	14	4	172
Gâteau pouding au caramel et aux dattes	8	3	92
Gâteau pouding au caramel et aux dattes (2)	15	1	225
Gâteau pouding aux framboises pour 1 personne	13	3	84
Gâteau pour oiseaux	8	2	17
Gâteau praliné à la cannelle	1	1	73
Gâteau printanier au chocolat	6	3	92
Gâteau quatre-quarts, compote aux pommes et aux fruits rouges	20	4	76
Gâteau Red Velvet	5	1	105

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Gâteau Reine Élisabeth	5	2	95
Gâteau Reine Élizabeth de Jeanne	11	5	66
Gâteau renversé au chocolat et aux canneberges	19	3	60
Gâteau renversé aux ananas	19	2	126
Gâteau renversé aux ananas (2)	22	1	33
Gâteau renversé aux bananes de ma mère	2	2	63
Gâteau renversé aux oranges confites	17	1	144
Gâteau renversé aux pacanes et au caramel butterscotch	8	1	86
Gâteau renversé aux péches	9	6	66
Gâteau renversé aux poires caramélisées	21	3	50
Gâteau renversé aux pommes confites à l'érable	7	5	101
Gâteau renversé aux pommes dans une casserole	4	5	73
Gâteau renversé aux pommes et aux canneberges	1	5	13
Gâteau renversé aux pommes et sa sauce au caramel	1	3	70
Gâteau rondelle de hockey	8	2	56
Gâteau rose aux framboises	7	4	100
Gâteau roses gourmandes à la lavande	8	5	49
Gâteau « rouge velours »	16	1	189
Gâteau roulé à la rhubarbe	11	5	166
Gâteau roulé aux petits fruits	14	5	24
Gâteau roulé aux pistaches et à la crème au beurre	3	1	62
Gâteau russe à la guimauve	12	2	126
Gâteau sans cuisson Forêt-Noire	21	3	115
Gâteau « sapin » au chocolat	4	1	60
Gâteau S'mores	11	3	120
Gâteau sublime à la noix de coco	2	5	80
Gâteau sublime à l'érable	6	3	81
Gâteau tambour	3	1	60
Gâteau tarte au citron	5	5	98
Gâteau <i>tres leches</i> aux framboises (aux trois laits)	12	6	126
Gâteau triple caramel	8	8	88
Gâteau « truffé » au chocolat	11	4	152
Gâteau truffé choco-orange	22	1	60
Gâteau végétalien à la citrouille, sauce caramel	21	8	101
Gâteau verglas au chocolat blanc et aux framboises	10	3	119
Gâteau zébré	7	5	98

	vol	n°	page
Gâteaux « à la coque »	3	3	26
Gâteaux Barbie	10	5	119
Gâteau étagé à la crème glacée	18	6	49
Gâteaux fondants noir et blanc	4	2	50
Glaçage à la framboise	10	2	104
Glaçage à la mangue	10	2	104
Glaçage à la vanille	7	3	85
Glaçage à la vanille (le meilleur)	9	8	126
Glaçage à la vanille (le meilleur) 2	10	5	120
Glaçage à la vanille (2)	8	8	110
Glaçage à la vanille (3)	13	3	118
Glaçage à la vanille (4)	20	3	113
Glaçage à l'orange	8	8	110
Glaçage au beurre au citron	10	4	109
Glaçage au chocolat	20	8	59
Glaçage ultrarapide (fondant)	4	3	25
Glaçage royal à la vanille	16	1	187
Glace royale	8	8	110
Glace royale (2)	9	8	151
Glace royale (3)	10	1	171
Glace royale (4)	10	5	122
Kouign-amann	22	2	105
Lollipops de gâteau	9	8	151
Le meilleur-meilleur gâteau au chocolat	17	4	100
Maison de Hansel et Gretel	1	4	60
Marquise au chocolat	3	3	22
Marquise au chocolat (2)	5	1	106
Meilleur-meilleur gâteau au chocolat	12	4	107
Mille-crêpes au chocolat noir et au thé Earl Grey	22	5	105
Mini-Bundt à l'orange	11	3	102
Mini-cupcakes à la lime et à la crème de coco	19	5	115
Mini-cupcakes à la vanille	12	1	155
Mini-cupcakes surprises au chocolat	11	3	102
Minigâteaux aux fruits	5	1	110
Mini <i>whoopie pies</i>	13	1	186
Moelleux chocolat-noisettes	7	2	18
Mokas à l'orange et à la noix de coco	4	1	54
Mont-blanc	15	1	227
Paneforte au chocolat à la fleur de sel	15	8	138
Pâte à gâteau à la vanille	20	3	113
Pâte à gâteau au chocolat	20	3	113
Pâte à modeler au chocolat blanc	20	3	113

vol	n°	page	vol	n°	page		
Pâte de guimauve à tartiner (<i>marshmallow fluff</i>)	14	4	146	Renversé aux prunes (2)	12	7	128
Petits cakes au pamplemousse et au romarin	17	1	158	Shortcake aux fraises	2	4	22
Petits cakes aux amandes	10	3	114	Shortcake aux fraises à la japonaise	21	1	156
Petits cakes aux carottes et au miel	10	4	73	Shortcake aux fraises (le meilleur)	10	6	117
Petits fours aux amandes et au chocolat blanc	18	4	119	Shortcake aux fraises et au citron	13	6	104
Petits fours au lilas cristallisé	8	5	52	Shortcake aux fraises sans lait ni oeufs	18	6	57
Petits gâteaux à la crème de mascarpone et à la rhubarbe rôtie	18	6	96	Shortcakes aux prunes et aux cerises	22	6	110
Petits gâteaux à la noix de coco et <i>curd</i> à la mangue	14	4	146	Tiramisu (le meilleur)	12	3	107
Petits gâteaux au citron à la vapeur	18	2	108	Tiramisu à la citrouille	8	8	70
Petits gâteaux au chocolat fondant (mi-cuits)	17	3	118	Tiramisu à la mangue	2	4	72
Petits gâteaux au fromage à l'érable	15	3	115	Tiramisu à la prune confite	14	7	132
Petits gâteaux au fromage, aux fraises et au pamplemousse	14	6	134	Tiramisu à la rhubarbe	4	4	67
Petits gâteaux aux amandes et aux framboises	12	6	128	Tiramisu allégé sans mascarpone	5	2	108
Petits gâteaux aux carottes à la sauce <i>sticky coffee</i>	20	2	126	Tiramisu allégé sans mascarpone (2)	21	5	55
Petits gâteaux aux carottes et crème mascarpone	14	3	62	Tiramisu au caramel et au café	20	2	126
Petits gâteaux aux épices, meringue et framboises	20	1	168	Tiramisu au spéculoos en pot	18	3	106
Petits gâteaux aux prunes et au crumble de crumble de céréales	16	7	120	Tiramisu aux framboises	18	6	82
Petits gâteaux épics au chocolat	5	2	44	Tiramisu réduit en sucre et en gras	13	8	34
Petits gâteaux éponge à la crème et aux fraises	1	4	10	Tiramisu tout blanc	7	1	80
Petits gâteaux renversés aux poires, caramel aux épices	23	2	102	Torte italienne aux fruits, à l'huile d'olive et au vinaigre balsamique	1	3	48
Petits shortcakes aux fraises et à la crème au fromage à la crème et au chocolat blanc	17	6	81	Victoria sponge cake	17	3	108
Poke cake aux bleuets et à la crème de cassis	15	3	129	Whoopie pies aux framboises	23	6	109
Poêlée de gâteau, petits fruits et chocolat fondant	9	6	100				
Quatre-quarts	1	3	70				
Quatre-quarts à l'abricot	4	4	79				
Quatre-quarts aux agrumes	20	6	115				
Quatre-quarts au chocolat	8	2	84				
Quatre-quarts aux fruits confits de Pierrette Chicoine	2	1	66				
Quatre-quarts aux pommes et au chocolat fondant	13	7	60				
Renversé aux abricots au barbecue	18	5	114				
Renversé aux prunes	2	3	81				

Muffins et pains desserts

Bébés muffins aux bananes et aux canneberges	4	2	54
Cubes de pain perdu, sauce aux pommes et au brandy	15	3	127
Focaccia « tarte aux pacanes »	23	2	78
Galettes à l'avoine et à la confiture cuites dans un moule à muffins	17	7	27
Muffins à l'avoine et aux fraises	23	7	21
Muffins à la citrouille et à la mélasse	5	5	61
Muffins à la mangue, à la noix de coco et aux mûres	15	4	145
Muffins anglais maison	9	4	44
Muffins au son et aux dattes	12	1	84
Muffins aux bananes, glaçage choco-arachide	9	4	47
Muffins au maïs	2	4	92
Muffins au son dans un pot	15	1	70
Muffins aux canneberges et au citron	1	1	61
Muffins aux carottes	8	1	20
Muffins aux courgettes et à la lime	16	7	118

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Muffins aux framboises et au kéfir	6	3	36
Muffins aux framboises et aux canneberges	16	6	38
Muffins aux petits fruits et aux pistaches	12	8	41
Muffins aux poires	7	2	18
Muffins aux poires, aux dattes et au fromage à la crème	5	2	60
Muffins aux pommes et à la mélasse	11	2	116
Muffins aux pommes et aux bleuets	12	4	124
Muffins croustillants aux pommes	3	5	17
Muffin double son	8	3	30
Muffins santé aux bananes et aux dattes	2	2	63
Pain à la citrouille	19	8	111
Pain à l'étable à partager <i>pull-apart bread</i> à l'étable	11	4	83
Pain au chocolat, à la banane et aux pacanes sans gluten	8	4	22
Pain au pamplemousse	22	5	97
Pain au son et aux raisins	14	2	110
Pain aux 5 bananes et au son	13	7	130
Pain aux bananes double chocolat	10	3	66
Pain aux bananes et au chocolat	13	7	132
Pain aux bananes et aux amandes (sans gluten)	13	7	132
Pain aux bananes et aux graines de lin	4	5	94
Pain aux bananes et crumble à l'étable	13	7	130
Pain aux bananes exotique	13	7	129
Pain aux bananes moins sucré	19	4	109
Pain aux bananes ultra moelleux	12	2	68
Pain aux bleuets	6	3	32
Pain aux canneberges	21	1	71
Pain aux courgettes et aux dattes	9	8	61
Pain aux figues et au cheddar	15	1	72
Pain aux pommes et au cheddar	5	5	57
Pain aux pommes et aux pacanes, sauce à l'étable	22	7	102
Pain aux raisins à la mijoteuse	14	8	123
Pain brioché aux pistaches	17	2	112
Pain double chocolat et courgette	15	7	134
Pain haïtiens aux patates douces de Martine et Myrna Bazin	19	3	113
Pain marbré à la pistache	23	4	86
Panettone	2	1	65
Panettone (le meilleur)	16	1	167
Panettone comme un baba (Panettone <i>ubriaco</i> au limoncello)	19	1	155

	vol	n°	page
Pannetone façon pain doré	15	1	168
Petits pains aux bananes et au café	16	7	107
Petits pains briochés	5	3	46
<i>Plum pudding</i> aux fruits	14	1	54
Popovers	7	3	74
Scones	1	4	10
Scones (2)	8	5	56
Scones aux bananes et à l'étable	15	6	133
Scones aux bleuets sans gluten	14	3	103
Scones aux dattes et aux clémentines	10	8	108
Scones aux pacanes et aux épices	9	1	24
Trois saveurs de muffins sur une plaque	17	7	104
Pâtisseries			
Babas au rhum à l'étable	5	3	99
Babas au rhum et aux raisins	22	2	106
Babas au rhum et à l'étable	15	3	125
Beignes	5	1	104
Beignes à la crème de ricotta (<i>zeppole di San Giuseppe</i>)	21	3	99
Beignes à la crème glacée (<i>bomboloni</i>)	17	5	63
Beignes à la pomme de terre	19	1	75
Beignes au caramel	20	2	128
Beignes au chocolat	9	3	78
Beignes au four	12	2	110
Beignes aux patates et au sirop d'étable	12	2	108
Beignes churros au four	15	2	127
Beignes farcis à la crème fouettée	12	2	110
Beignes glacés à l'ancienne	22	1	137
Beignes glacés à l'étable	8	4	110
Beignes glacés au sucre	12	2	104
Beignes glacés « roues de tracteur »	16	3	119
Beignes italiens <i>bomboloni</i>	14	7	102
Beignes <i>Red Velvet</i> au four	16	1	183
Beignets à la cannelle sans gluten	18	1	140
Beignets à la ricotta et sirop d'étable chaud aux épices	17	4	114
Beignets au citron et à la ricotta	12	2	108
Beignets aux bananes	5	2	17
Beignets aux pommes	11	8	176
Beignets d'ananas et sirop d'étable à l'anis étoilé	18	2	106
Beignets d'hémérocalles et salsa de fraises et de mangue	8	5	54
Beignets de pommes	1	5	77

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Beignets torsadés et confiture fraises-framboises sans cuisson	14	6	127
Bostocks aux pêches	19	2	77
Boules de sésame (<i>jian du</i>)	21	2	95
Brioche marbrée au chocolat (<i>Babka au chocolat</i>)	13	4	154
Brioches à la cannelle (et à la pomme de terre)	9	4	54
Brioches à la cannelle (<i>sticky buns</i>)	17	6	103
Brioches au caramel sans oeufs ni produits laitiers	18	4	114
Brioches au miel	13	8	160
Brioches aux épices de Noël	7	1	52
Brioches aux pacanes et au caramel	2	3	41
Brioches croustillantes au parfum de panetone	19	1	152
Brioches du carême	2	3	42
Brioches renversées au caramel	15	2	73
Cannelés de Bordeaux	7	3	104
Cannoli	1	5	56
Cannoli express	9	2	97
Cannolis à la crème de citron et au mascarpone	16	4	124
Chaussons à la citrouille	21	8	122
Chaussons aux amandes	9	4	60
Chaussons aux bleuets	21	8	120
Chaussons aux cerises et au fromage frais	19	3	46
Chaussons aux framboises	7	2	93
Chaussons aux poires caramélisées	21	8	121
Chaussons aux pommes	6	2	98
Chaussons aux pommes au four	20	7	117
Chaussons aux pommes et à l'érable	11	8	176
Choux au lait de poule et au caramel au bourbon	24	1	70
Chaussons pommes-canneberges et crème chantilly	21	8	122
Chaussons siciliens à la ricotta et au chocolat (<i>cassatelle</i>)	21	8	123
Chouquettes	16	3	120
Choux à la crème aux framboises	12	6	124
Choux à la crème « <i>banana cream pie</i> »	19	3	122
Choux à la crème pâtissière	20	1	119
Choux à la crème sans gluten	20	5	98
Choux à l'érable	11	4	86
Choux craquants façon pommes de tire	20	4	99
Choux pralinés aux amandes	16	3	114

	vol	n°	page
Churros et sauce au chocolat épicee	12	2	106
Couronne de profiteroles pralinées	4	1	77
Croissants au beurre	17	2	110
Croissants au chocolat et aux petits fruits	20	6	116
Cromesquis au chocolat	15	2	121
Croque-en-beigne	14	1	137
Croquembouche	21	1	116
Dacquoise aux pistaches, ganache à la cardamome et sirop à l'orange	16	8	138
Danoises à la ricotta	10	8	114
Dim sum sucrés au lotus	2	3	61
Dumplings aux bleuets de Marie-Soleil	8	8	78
Éclair géant au chocolat à partager	12	1	153
Éclairs au chocolat	18	1	167
Éclairs aux deux chocolats	2	2	82
Éclairs meringués au citron	16	3	120
Feuilletés à la framboise et à la grenade	12	1	48
Feuilletés à la mangue	15	4	143
Feuilletés au mascarpone et aux framboises	16	8	138
Feuilletés aux fraises	2	5	57
Feuilletés aux fraises et au chocolat blanc	5	1	64
Feuilletés aux poires et au chocolat	4	5	27
Feuilletés aux pommes caramélisées et crème au mascarpone	13	7	62
Frittelle (beignets du carnaval)	4	2	110
Funnel cakes aux pommes	15	8	157
Galaktobounceko	2	4	52
Galette des Rois	1	2	32
Gâteau brioche à la cannelle	14	8	180
Grands-pères au sirop d'érable farcis aux pommes	1	3	27
Jalousies à la confiture	21	7	120
Kouglof	6	1	106
Millefeuille	3	5	90
Millefeuille au caramel au beurre salé en pot	18	3	112
Millefeuille aux fraises	7	4	94
Millefeuille d'agrumes et de chocolat blanc	5	2	80
Millefeuille facile (pouding étagé à la vanille et aux biscuits Graham)	20	1	117
Minibabas au rhum	17	1	148
Mini-beignes à l'orange, crème au chocolat blanc	20	1	170
Monkey Bread	11	2	116
Monkey bread (brioche) au chocolat	15	8	115
Pains au chocolat (chocolatines)	17	2	113

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Palmiers à l'érable et aux noix	8	4	105
Paris-Brest	9	1	70
Pâte à choux	16	3	117
Pâte à viennoiseries simplifiée	17	2	113
Petits choux au chocolat et aux caméries	23	2	111
Pets-de-soeur au caramel croquant	11	1	178
Pets-de-soeur aux noisettes	11	1	178
Poutine dessert	6	3	45
Profiteroles au sucre à la crème	9	1	150
Profiteroles chocolat-menthe	22	3	104
Profiteroles express	10	7	127
Queues de castors	5	3	98
Raviolis-desserts aux marrons de Verna et Marina Orsini	4	3	49
Religieuses au chocolat	16	3	118
Saint-Honoré	16	3	121
Saint-Honoré revisité	6	1	76
Sandwichs choco-bananes	10	7	126
Soufflés aux framboises	10	3	87
Strudel aux pommes	15	8	157
Trempette chaude s'mores	19	2	84
Trottoir à la rhubarbe et au fromage à la crème	18	6	94
Trottoir à l'éرable	8	4	108
Trottoirs aux bleuets	10	6	104
Trottoirs aux framboises	10	6	104
Trottoir aux pommes	10	6	110
Trottoirs aux pommes	5	5	16
Trottoirs aux pommes pour débutant	10	7	125
Trottoirs aux raisins	15	7	77
Trous de beignes aux pommes de terre	11	1	180
<i>Poudings et tapiocas</i>			
Bagatelle aux cerises	12	1	155
Bagatelle aux fraises	8	6	83
Bagatelle minute au yogourt et aux fraises	9	2	100
Blanc-manger au riz et sa noix de coco caramélisée	2	2	54
Blanc-manger aux épices	8	2	80
Bobstock à la noix de coco, à l'abricot et au fruit de la passion	14	5	138
Charlotte au pain et aux bleuets	10	7	130
Cobbler aux bleuets et crème fouettée à la lavande	5	4	24
Cobbler aux pêches,			

	vol	n°	page
framboises et gingembre	9	7	130
Gâteau pouding aux framboises pour 1 personne	13	3	84
Jello au jus de pomme et à la cassonade	20	3	97
Jello aux petits fruits et à la crème	22	5	89
Petits pots de chocolat aux framboises	9	3	57
Petits pots de crème au chocolat	3	2	41
Petits pots de crème au chocolat (2)	11	4	64
Petits poudings à la rhubarbe	11	5	159
Plum-pudding de Noël	17	1	155
Plum pouding en pot	5	1	112
Pots de crème au chocolat	13	4	158
Pots de crème au citron et au laurier	7	5	17
Pots de mousse au maïs de Maxime Lizotte	23	5	100
Pouding à la citrouille et au caramel	1	5	72
Pouding à l'orange	8	2	88
Pouding à l'orge et aux pommes	9	4	90
Pouding au caramel et au lait de coco (sans lactose)	9	3	28
Pouding au caramel et crumble au Graham	11	3	113
Pouding au caramel (<i>Sticky Toffee Pudding</i>)	23	3	74
Pouding au chia	13	4	36
Pouding au chocolat	11	2	114
Pouding au chocolat cuit au barbecue	18	5	116
Pouding au chocolat de maman	3	2	41
Pouding au chocolat et à l'avocat	11	7	32
Pouding au chocolat et aux bananes caramélisées	12	5	148
Pouding au chocolat et aux bleuets	13	6	150
Pouding au gingembre et à la marmelade	1	2	46
Pouding au lait au chocolat	22	7	105
Pouding au pain aux bleuets et sa sauce à l'érable	1	2	20
Pouding au pain chocolat-cerises	16	8	105
Pouding au pain soufflé et sauce au rhum	19	3	44
Pouding au riz en mijoteuse	5	3	91
Pouding au sucre à la crème	9	1	146
Pouding au pain marbré au beurre de dattes et d'amandes	13	2	126
Pouding au pain pommes-chocolatine	9	4	49
Pouding aux bleuets	4	4	37
Pouding aux bleuets dans une tasse	17	7	113
Pouding aux dattes et au caramel à l'autocuiseur (<i>sticky toffee pudding</i>)	4	2	102
Pouding aux fraises	9	6	130

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page
Pouding aux framboises, à la mangue et aux amandes	19	5	115
Pouding aux fruits britannique (plum-pudding)	2	1	65
Pouding aux fruits de la passion et à la noix de coco	22	4	112
Pouding aux fruits surgelés (le meilleur)	13	3	99
Pouding aux pêches et à l'éryable	2	5	38
Pouding aux prunes	10	8	160
Pouding aux quatre fruits	HSP		115
Pouding café-crème	12	3	120
Pouding chaud au caramel et aux pacanes	12	2	76
Pouding chômeur à l'éryable végétalien	21	4	99
Pouding chômeur à l'éryable moins sucré	19	4	110
Pouding chômeur aux pommes	11	8	170
Pouding chômeur aux pommes (2)	17	8	108
Pouding chômeur sans gluten	8	4	22
Pouding chômeur traditionnel	4	2	102
Pouding-crustade aux nectarines et aux abricots	21	6	114
Pouding, crumble et chantilly à l'éryable	23	4	79
Pouding de soya au chocolat	5	2	53
Pouding étagé au citron et au Graham	11	3	118
Pouding litchi-coco	17	5	125
Pouding millefeuille de ma cousine Caroline	8	1	31
Pouding sauce au chocolat dans une tasse	22	7	106
Poudings au chocolat et petits fruits	22	5	45
Risotto choco-espresso	1	2	31
Risotto choco-espresso	12	3	119
Riz au lait	11	4	44
Riz au lait, abricots et pistaches	23	6	108
Riz au lait au chocolat	15	7	125
Riz au lait, aux dattes et à la pomme	17	8	102
Riz au lait brûlé	6	2	100
Riz au lait citronné aux abricots et aux pistaches	9	5	55
Riz au lait de coco et à la mangue	13	2	123
Riz au lait déjeuner à la poire et aux framboises	14	5	105
Tapioca à la noix de coco, aux fraises et au melon d'eau	11	6	55
Tapioca à la vanille sur fraises citronnées	8	2	88
Tapioca au jasmin et aux kiwis dorés	22	4	113
Tapioca au lait de coco	4	2	72
Tapioca au sirop d'éryable	3	2	62

	vol	n°	page
Tapioca chaud aux bananes et au lait de coco	6	2	100
Tapioca double chocolat	3	4	88
Tiramichoux	22	1	158
Trifle au chocolat et à l'ananas	13	5	151
Trifle aux bananes et au caramel	11	2	111
Trifle de Noël aux framboises	5	1	51
Tartes			
Crostata à la crème pâtissière	16	7	117
Crustade à l'armagnac	7	1	136
Mini-tartelettes à la confiture	11	1	180
Pâte brisée	1	5	40
Pâte brisée (2)	10	1	168
Pâte brisée à la graisse végétale	21	1	69
Pâte brisée à l'huile de tournesol	1	1	66
Pâte brisée à l'huile de tournesol (sans gras trans)	3	2	62
Pâte brisée de base	8	7	74
Pâte brisée parfaite	8	2	35
Pâte feuilletée	5	1	61
Pâte semi-feuilletée	15	8	123
Pâte semi-feuilletée (2)	19	3	50
Pâte semi-feuilletée (3)	21	8	121
Pâte semi-feuilletée (4)	23	3	72
Pâte sucrée	10	1	168
Petites tartes Tatin	21	2	130
Puits d'amour	21	1	158
Tarte à l'ananas	22	4	111
Tarte à la banane et à la crème (Banana Cream Pie)	11	3	118
Tarte à la banane et caramel au lait de coco	5	2	18
Tarte à la citrouille (la meilleure)	13	8	124
Tarte à la citrouille et à l'éryable	3	5	45
Tarte à la citrouille et au caramel	10	1	168
Tarte à la confiture de framboises et au citron	10	1	158
Tarte à la crème aux fraises et aux fleurs	4	4	22
Tarte à la crème à la noix de coco	14	5	136
Tarte à la crème à la noix de coco (La meilleure)	18	3	97
Tarte à la lime	1	2	46
Tarte à la lime (Key lime Pie)	7	2	48
Tarte à la lime (Key lime pie) (2)	17	4	103

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

	vol	n°	page		vol	n°	page
Tarte à la lime végétalienne	23	3	98	Tarte aux abricots et à la pistache	21	4	101
Tarte à la mangue et à la lime	5	4	104	Tarte aux amandes et au miel	10	4	74
Tarte à l'ananas grillé	3	3	85	Tarte aux bleuets	4	4	38
Tarte à la ganache et aux framboises	12	6	126	Tarte aux bleuets et à la crème de lait de beurre	16	6	76
Tarte à la mangue et à la vanille	13	5	152	Tarte aux bleuets et au chocolat	20	6	102
Tarte à la patate douce et à la guimauve	6	5	97	Tarte aux cerises	4	4	99
Tarte à la pistache, aux framboises et au chocolat blanc	15	5	142	Tarte aux cerises (2)	15	5	139
Tarte à l'argousier meringuée	21	5	111	Tarte aux dattes	3	5	90
Tarte à la vanille	2	2	83	Tarte aux fraises	20	8	114
Tarte à l'orange Cara Cara et au chocolat noir	20	2	62	Tarte aux fraises classique	10	1	160
Tarte à l'orange et à la citrouille	4	5	44	Tarte aux fraises et aux framboises	20	6	50
Tarte à l'orange et aux fruits de la passion	2	2	53	Tarte aux fraises de maman, comme dans les années 70	2	4	22
Tarte amandine à la rhubarbe	11	5	162	Tarte aux fraises et à la rhubarbe	1	4	50
Tarte amandine aux bleuets	1	5	42	Tarte aux fraises meringuée	HSP		119
Tarte au chocolat blanc caramélisé et aux clémentines	20	1	63	Tarte aux framboises et au chocolat blanc	5	4	120
Tarte au chocolat double espresso	12	3	122	Tarte aux framboises et au mascarpone	3	4	61
Tarte au chocolat et à la crème (<i>Mississippi Mud Pie</i>)	20	8	112	Tarte aux fruits et au yogourt grec	12	4	122
Tarte au chocolat et aux chips	6	3	49	Tarte frangipane aux poires et aux amandes croustillantes	7	3	79
Tarte au chocolat et aux noisettes	17	3	93	Tarte aux noix de pin et au sirop d'érable	7	3	76
Tarte au chocolat noir et au caramel salé	22	3	101	Tarte aux oeufs et à la muscade	19	2	129
Tarte au citron	9	5	127	Tarte aux pacanes	2	3	90
Tarte au citron déconstruite	14	3	114	Tarte aux pacanes, à l'érable et au bacon	12	5	76
Tarte au citron et aux bleuets	13	6	148	Tarte aux pacanes et à l'érable	11	4	86
Tarte au citron sans oeufs	14	1	106	Tarte aux pacanes et au chocolat	3	3	22
Tarte au fromage et au citron	15	5	144	Tarte aux pacanes et au chocolat	15	1	229
Tarte au fromage et aux prunes	12	7	126	Tarte aux pacanes (la meilleure)	20	8	114
Tarte au fromage et poires pochées	10	8	114	Tarte aux pacanes-to-go	8	7	57
Tarte au jus de pomme	17	3	77	Tarte aux pêches	1	5	40
Tarte au lait de coco et aux fraises de l'île d'Orléans	4	4	110	Tarte aux poires caramélisées et au chocolat	9	3	55
Tarte au lait de poule et aux canneberges confites	12	1	202	Tarte aux poires et aux canneberges	3	1	61
Tarte au pamplemousse et meringue craquante	10	3	118	Tarte aux pommes (la meilleure)	12	7	71
Tarte au pamplemousse et à la noix de coco en pot	18	3	116	Tarte aux pommes, à la courge et aux poires	8	7	80
Tarte au sirop d'érable	15	1	208	Tarte aux pommes, aux canneberges et aux noix	10	1	162
Tarte au sirop d'érable, chantilly, gelée et crumble à l'érable	22	4	57	Tarte aux pommes caramélisées au Calijo	3	2	60
Tarte au sucre	1	1	60	Tarte aux pommes classique	6	5	91
Tarte au sucre (2)	10	1	166	Tarte aux pommes classique (2)	8	7	90
Tarte au yogourt et au kéfir	17	1	136	Tarte aux pommes dans une poêle en fonte	15	8	155

INDEX DES RECETTES **RICARDO**

vol	n°	page	vol	n°	page		
Tarte aux pommes et à l'érable	19	3	61	Tarte jardinière à la mangue et au pitahaya	6	2	27
Tarte aux pommes et au gingembre	1	5	43	Tarte jardinière végétalienne	21	5	102
Tarte aux pommes et au sucre à la crème	20	8	111	Tarte gâteau aux fruits	10	1	155
Tarte aux pommes et aux canneberges	8	1	88	Tarte lyonnaise à la praline	8	3	106
Tarte aux pommes et aux fraises	8	7	76	Tarte mangue-passion	17	5	126
Tarte aux pommes et aux framboises	19	1	149	Tarte meringue-chocolat	14	4	150
Tarte aux pommes râpées	8	7	82	Tarte meringuée au pamplemousse rose	3	4	54
Tarte aux pommes sans gluten	11	7	119	Tarte pommes-rhubarbe	15	5	142
Tarte aux quatre fruits et au gingembre	18	1	104	Tarte « pouding au chocolat »	23	5	114
Tarte aux raisins à l'ancienne	3	2	62	Tarte pralinée à l'éرable	3	3	40
Tarte aux raisins et au rhum	10	1	162	Tarte rapide aux fraises à 5 ingrédients	12	5	148
Tarte biscuits aux fraises et au mascarpone	9	6	123	Tarte rustique aux bleuets et au citron	21	5	48
Tarte butterscotch au bourbon en croûte de pacanes	15	8	57	Tarte rustique aux fraises et aux bleuets sur le barbecue	2	4	38
Tarte caffé latte meringuée	1	2	71	Tarte rustique aux griottes	23	6	95
Tarte caramélisée au fromage	20	8	113	Tarte rustique aux prunes et aux mûres	12	7	130
Tarte chaude et fondante au chocolat	14	3	61	Tarte rustique aux nectarines, aux pêches et aux abricots	16	7	120
Tarte-chausson aux cerises et aux prunes	18	2	105	Tarte rustique fraises et rhubarbe	11	5	162
Tarte-chausson aux fraises	15	2	75	Tarte semi-feuilletée au pamplemousse rose	20	3	47
Tarte choco-banane	8	3	70	Tarte Tatin	8	7	89
Tarte citron-lime meringuée de Christina	3	3	34	Tarte Tatin	22	8	73
Tarte classique aux pêches et aux nectarines	22	6	112	Tarte Tatin à la mangue	1	5	43
Tarte cocotte au chocolat	5	3	44	Tarte Tatin aux poires et aux pacanes	1	1	48
Tarte crème brûlée aux pommes	8	7	90	Tarte trifle aux cerises et aux framboises	13	1	134
Tarte crumble aux framboises	11	2	114	Tarte tropézienne	17	2	106
Tarte crumble aux pommes	8	7	90	Tartelettes à la châtaigne et aux framboises	13	5	78
Tarte du temps des sucres	6	3	78	Tartelettes à la crème brûlée	17	3	107
Tarte en sucre en pot	12	1	151	Tartelettes à la crème de citron	11	7	138
Tarte érable et noix	17	4	111	Tartelettes à la rhubarbe et chantilly au fenouil	20	6	92
Tarte feuilletée aux pommes et aux poires	1	5	43	Tartelettes à la ganache et aux clémentines confites	9	1	84
Tarte feuilletée aux abricots et à la camomille	15	5	128	Tartelettes au caramel et à l'arachide	20	2	131
Tarte feuilletée express à l'ananas	2	2	83	Tartelettes au caramel et au chocolat	10	1	157
Tarte fine à l'ananas et aux amandes	20	8	110	Tartelettes au chocolat blanc, aux noix de macadam et au kaki	18	1	41
Tarte forêt-noire	10	1	166	Tartelettes au chocolat et au miel	10	4	82
Tarte flan à la cannelle et aux prunes	16	1	195	Tartelettes au sirop d'érable et aux bananes	4	1	54
Tarte à la frangipane à la figue et au porto	15	5	127	Tartelettes au sirop d'érable et aux cerises et aux fraises	7	4	18
Tarte fine aux poires	17	7	106	Tartelettes aux fraises et éclats de meringues	14	6	128
Tarte frangipane aux figues	6	5	26	Tartelettes aux œufs	2	5	46
Tarte frangipane aux poires sans amandes	13	2	131				
Tarte frangipane aux pommes et au cheddar fort de Marie-Soleil Michon	8	7	84				
Tarte jardinière	10	5	111				

INDEX DES RECETTES RICARDO

Tartelettes aux prunes et au chocolat blanc	vol	n°	page
Tartelettes choco-menthe	7	3	46
Tartelettes citron-ananas meringuées	19	3	125
Tartelettes de fruits au barbecue	12	6	66
Tartelettes fines aux pommes	8	7	90
Tartelettes jardinières au cantaloup	15	5	141
Tartelettes minute croustillantes	20	7	77
Tartelettes mousse rhubarbe et framboises	22	5	103
Tartelettes portugaises	12	4	148
Tartelettes rustiques aux pêches	6	5	92
Tartelettes rustiques aux mûres	17	6	108
Tartelettes-sucettes aux framboises	13	1	183
Tiramichoux	22	1	158
Tourte aux pommes	2	5	36
Tourte aux pommes et au rhum, sauce au caramel et au beurre salé	4	3	31
Tresse feuilletée aux prunes et au fromage à la crème	15	8	123
Tresse feuilletée aux prunes et au fromage à la crème (2)	23	3	72
Yogourts et fromages			
Bagatelle minute au yogourt et aux fraises	9	2	100
Brie dessert	4	2	56
Brie dessert	24	1	124
Cannoli express	9	2	97
Coupe de yogourt et muesli aux pommes et à l'érythème	2	2	20
Crème de yogourt et ses 3 garnitures	12	4	126
Fromage ricotta sans lactose	12	3	37
Mousse de yogourt	12	7	128
Nougat de fromage	5	1	128
Parfait aux pommes et caramel à l'érythème	9	4	42
Ricotta sucrée au miel et à la cannelle	14	7	134
Tiramisu au yogourt	9	2	97
Yogourt à la compote de rhubarbe et crumble aux graines de citrouille	15	5	115
Yogourt à la confiture de carotte	17	2	100
Yogourt à la rose, à la mangue et aux framboises (<i>shrikhand</i>)	22	8	81
Yogourt au chocolat noir	9	2	100
Yogourt crémeux fouetté	7	1	36
Yogourt grec à l'érythème	10	5	28
Yogourt grec aux pistaches et au miel	9	2	100
Yogourt grec maison	16	4	65
Yogourt maison sans yaourtière	4	2	22

	vol	n°	page
Yogourt nature en pots à l'autocuiseur	17	7	62
Yogourt salé au concombre et aux amandes grillées	16	3	25

RUBRIQUES BIEN SE NOURRIR

	vol	n°	page
5 mythes et réalités en nutrition	16	3	21
5 révolutions du nouveau <i>Guide alimentaire canadien</i>	17	7	21
10 légendes urbaines ou alimentaires	9	8	50
10 questions pratiques sur les allergies alimentaires	11	7	36
Adieu, brûlures!	14	2	18
Alimentation à deux vitesses, une réalité	11	2	28
Aliments et cancer	3	5	84
Aliments fermentés : des cadeaux microscopiques	15	8	18
Allergies alimentaires	1	1	62
Apprivoiser l'alimentation faible en FODMAP	15	7	27
Assaisonnez votre santé	7	4	21
Barres tendres	1	5	82
Beurres de noix	2	5	86
Bien manger en période d'examen	9	5	36
Bien se nourrir au bureau	12	3	26
Boissons sucrées	9	6	34
Boîtes à lunch	2	5	84
Boîtes à lunch (2)	5	5	26
Boîte à lunch : 17 idées pour mettre les enfants à contribution	11	7	36
Bons ou mauvais pour les dents ?	12	2	28
Céréales chaudes	6	1	32
Chocolat sans sucre	1	2	56
Cholestérol	3	3	68
Cholestérol, la contre-attaque	10	5	39
Collations: oui ou non ?	8	7	25
Couper dans le gras	8	2	18
Cuisiner sans gluten	8	4	16
Curcuma	5	1	27
Défis pour hommes	12	5	26
Déjeuner sur le pouce	13	7	15
Des protéines végétales plein l'assiette	15	6	25
Du pain et des jeux	10	6	28
Économies de calories	10	2	22

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page
Êtes-vous prêt à démarrer 2019 du bon pied ?	17	1	27
Faut-il être végé pour sauver la planète ?	17	4	22
Fini les purées : bébé mange comme ses parents	16	5	21
Fromages frais	6	2	14
Grains entiers	5	2	21
Herbes et épices	7	4	20
Huiles	4	3	84
Il fait chaud, à boire!	11	6	19
Jus	5	3	13
La diète méditerranéenne	16	4	21
La famille à la table	10	7	118
La nutrition: qui dit vrai ?	16	4	21
Le B.A.-B.A des oméga-3	14	3	20
Les eaux "santé"	17	5	20
Le diabète	7	2	16
Le diabète sur le bout des doigts	13	8	29
Le gibier : de la forêt à l'assiette	12	8	24
Le sucre en cinq questions	16	2	23
Les défis de la ménopause	16	8	21
Les grandes chaleurs vous accablent ?	16	6	28
Les saucisses sous la loupe	11	5	46
L'alimentation et les sports d'hiver	17	2	26
L'alimentation : une affaire d'intuition	15	5	47
L'hôte parfait ? C'est moi	12	1	30
L'intolérance au lactose	9	3	24
Lundis sans viande	9	1	40
Manger en avion	14	1	36
Manger en mode sportif	12	4	36
Manger en solo	13	3	70
Manger malgré la radio et la chimio	9	4	26
Manger mieux : 15 pièges à éviter	12	6	24
Marketing alimentaire	7	1	20
Mastiquer pour moins manger	9	2	24
Ménage du réfrigérateur et du garde-manger	7	3	58
Ménopause	8	5	24
Notre grand wuiz des fêtes sur l'alcool	13	1	47
Nutrition et génétique : drôle de duo	15	4	49
Opération ménage du printemps	7	3	59
Pâtes de blé entier	8	8	23
Petit guide alimentaire de la future maman	13	4	40

	vol	n°	page
Petit guide pour des conversations sans frictions	16	1	39
Petit lexique du mangeur local	11	8	36
Planifier les petits déjeuners	8	3	24
Pour avoir une belle peau	8	6	26
La santé et les piments	7	5	19
Pains tranchés	9	7	28
Partir l'été en sécurité	4	4	26
Poissons et fruits de mer d'ici	8	1	33
Portraits de femmes	11	4	24
Qui dort dîne	14	5	26
Quoi manger quand on est enrhumé ?	13	2	27
Quoi mettre dans l'assiette quand il fait « frette »	15	3	27
Recevoir sans gluten	14	4	83
Sel, allons-y doucement	10	1	27
Substituts de sucre	3	2	80
Survivre aux escènes de table	11	1	56
Travailleurs de nuit	10	3	32
Un microbiote sain dans un corps sain ?	14	6	30
Une vitamine pas comme les autres	10	8	40
« Volumetric eating »	4	2	14
Yogourt	2	2	22
Zoom sur les bactéries probiotiques	11	3	26

RUBRIQUES CHIMIE ALIMENTAIRE

	vol	n°	page
10 bonnes choses à savoir sur l'autocuiseur	9	8	23
10 commandements pour un steak grillé parfait	11	5	35
36 choses à savoir pour réussir vos recettes des fêtes	14	1	25
Additifs	8	8	31
À la chasse aux aliments rances	14	4	23
<i>Al dente!</i>	14	7	27
Anatomie des fromages fondus	10	4	25
Biscuits	1	1	32
Colorants	6	1	25
Comment garder les fruits et légumes colorés	4	4	30
Confiture	2	5	66
Congélation 101	12	8	31

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Connaissez-vous les vinaigres ?	7	5	26	L'odorat dans tous les sens	8	2	24
Cuisiner l'avocat	11	7	25	Marinades	1	4	34
Cuisson des légumes verts	9	6	43	Mayonnaise	6	4	17
Cuisson des tartes	8	7	21	Mesurer les ingrédients	4	1	36
Cuisson du chocolat 101	4	3	52	Meringue	3	3	30
Des oeufs embrouillés sans s'embrouiller	13	2	21	Mettez-y du piquant!	13	4	25
Differentes crèmes	8	1	22	Micro-ondes	5	2	28
Dorer une viande	8	5	35	Méthodes infaillibles pour une dinde juteuse	9	1	31
Économiser au rayon des viandes	11	2	25	Mythe ou réalité: l'huile empêche le beurre de brûler	9	2	31
Effet des marinades	9	5	29	Œufs	5	3	20
Être vert en cuisine	7	3	16	Papier d'aluminium	8	6	35
Farines	1	3	30	Papiers de cuisson	5	5	18
Fonds et bouillons	6	3	14	Pâte brisée	1	5	36
Four à convection	2	2	68	Pâté chinois 101	10	7	17
Friture 101	10	8	33	Petit guide de la mise en conserve	13	7	35
Fruits séchés, confits et compagnie	12	1	19	Petits fruits	2	4	26
Gâteau au beurre	2	1	58	Pique-nique sans hic	14	6	25
Gâteaux santé: rêve ou réalité ?	10	2	27	Plein feux sur la cuisson des légumineuses	13		
Gélatine	3	4	52	Poulet rôti 101	3	5	58
Goût	4	5	30	Poudres à pâte	5	4	22
Guide pizza 101	11	6	74	Pour ne plus jamais rater votre sucre à la crème	10	1	37
Histoire de mousse	12	3	21	Pour que rien ne colle	7	4	29
Jambons et compagnie	12	2	23	Produits maison écolo	7	3	16
Jaune moutarde	12	6	19	Purée de pommes de terre 101	1	2	50
La chimie des fondues au fromage	10	3	23	Questions de goût	14	3	24
La crème de la crème glacée	13	6	27	Récupérer une fondue au chocolat	8	4	27
L'art du braisé	14	2	57	Régler la température de son four	13	1	43
Légumineuses	6	5	14	Remplacer le sucre blanc par nos sucres locaux	11	8	27
Le bouillon de poulet : pour y voir plus clair	13	3	23	Rôtis de bœuf	3	2	68
Le merveilleux monde du tofu	12	4	29	Saumon fumé	9	4	37
Le tour du riz blanc	11	4	37	Sel	6	2	44
Les dessous de la cuisson sous-vide	13	5	35	Siphon	7	1	29
Les plastiques en cuisine, doit-on s'en méfier ?	14	5	47	S.O.S Béchamel	12	7	23
Les pourcentages de cacao dans le chocolat	9	3	31	Sucre	5	1	20
Le secret de la Caramilk	8	3	32	Sucre à la crème	3	1	26
Les huiles aromatisées: danger et précautions	9	7	35	Tout sur le dinondon	11	1	39
Les meilleures coupes de boeuf pour le barbecue	12	5	37	Tout sur les crevettes	10	6	21
Les secrets bien gardés de la crème pâtissière	11	3	31	Yogourt	4	2	20
Levures	2	3	44				
Le yogourt grec	10	5	25				

	vol	n°	page
RUBRIQUES DU POTAGER À LA TABLE			
	vol.	n°	page
ABC du compost	7	3	20
Ail	3	5	36
Artichauts	9	7	19
Asperges	6	3	20
Aubergine	6	4	26
Au pays des petits fruits méconnus	14	5	17
Avoir un potager : une activité rentable ?	11	2	19
Banane	5	2	13
Basilic	10	5	19
Betteraves	HSP		62
Betteraves	11	1	29
Bette à cardre	HSP		92
Cacaoyer	9	3	21
Canneberges	10	1	19
Carotte	HSP		70
Carottes de Noël	8	1	16
Céleri	10	6	37
Cerises	7	4	14
Concombre	HSP		36
Coups de cœur du jardinier	9	8	31
Courges	8	8	19
Courgette et fleur de courgette	9	6	21
Cuisiner pour les oiseaux	8	2	14
Cultiver des framboises, plus facile qu'on ne le croit	12	6	31
Découvertes en famille	10	7	21
De la noirceur naît l'endive	12	2	19
De l'or rouge au Québec	13	4	53
Épices de Noël	6	1	15
Fines herbes	2	4	74
Fleurs comestibles	4	4	14
Fruits exotiques	6	2	20
Fruits soleil	11	6	29
Haricot	HSP		50
Haricots magiques	13	7	23
Irrésistibles carottes	13	8	21
Jardin de fin d'été	8	7	29
Jardiner à l'intérieur : potager d'hiver	13	3	19

	vol	n°	page
Jaune pisserlit	10	4	37
La coriandre, cette plante controversée	12	4	21
La grande épopée du petit pois surgelé	11	3	21
La traçabilité...de la ferme à l'assiette	10	2	19
Laitue	8	5	19
Laitue (2)	HSP		84
La tomate : reine du potager	11	5	25
Laurier	7	5	14
L'automne au potager	11	7	21
L'édamame	12	7	17
Légumes laids, mais sympathiques	10	8	23
Légumes racines	8	3	17
L'érable	8	4	47
Le chouchou des choux	13	2	33
Le concombre de l'été dans une bouchée	13	6	19
Le poireau dans toute sa grandeur	12	8	21
Le potager de Ricardo	12	5	19
Le raifort et le wasabi : du piquant à revendre	11	4	21
Les légumes de serres à la mode de chez-nous	14	3	29
Marrons	5	1	14
Melons	2	5	10
Muscade	9	1	21
Noix de coco	9	2	18
Oranges sanguines	13	1	25
Petits fruits	3	4	64
Petit guide des fines herbes	13	5	27
Pleurotes	5	3	27
Poivron	HSP		42
Pommes	1	5	8
Pommes (2)	5	5	14
Pomme de terre	HSP		78
Préparer le potager	3	3	88
Préparer le potager (2)	HSP		10
Quand la saison s'étire	11	8	53
Radis	HSP		56
Radis (2)	9	5	19
Rhubarbe	8	6	19
Rouge grenade	12	1	39
Salade	5	4	14
Tailler pour mieux récolter	12	3	31
Tête de violon	9	4	19
Tomate	HSP		24

	vol	n°	page
Tomates de serre: du soleil toute l'année	10	3	17
Romarin	4	1	12

RUBRIQUES MON P'TIT RICARDO

	vol.	n°	page
Ailes de poulet BBQ au miel et à la coriandre	15	1	257
Amandes sablées à l'érable	9	1	PR6
Barres tendres aux Rice Krispies	8	7	PR2
Beurre maison	13	3	PR5
Biscuits à décorer	9	1	PR5
Biscuits au pain d'épice	11	1	PR4
Biscuits « boules de neige »	11	1	PR4
Biscuits-brownies (<i>brookies</i>)	17	7	118
Biscuit géant « tout garni »	8	5	PR4
Bonbons à l'orange	15	8	163
Bonbons tire à l'érable	15	8	164
Bol burrito <i>chido!</i>	17	8	132
Bouchées croquantes aux céréales et au chocolat	14	2	PR4
Bouchées de nachos toutes garnies	13	1	PR4
Boulettes géantes à la viande et au brocoli	14	7	PR2
Bretzels au fromage (Balais de sorcière)	12	8	PR3
Brochettes de fruits exotiques	13	4	PR3
Brochettes de légumes et de fromage à griller	16	5	149
Brochettes de poulet aux arachides barbecue	16	5	146
Brownies aux petites barres de chocolat	13	8	PR4
Brownie dans une tasse	14	8	213
Bruschettas	10	6	PR4
Burgers tout garnis	13	6	PR3
Canapés aux oeufs durs	10	4	PR5
Cantaloup trempé dans la poudre de bonbons	13	8	PR5
Carré aux pommes	10	3	PR4
Chips de pita	14	2	PR2
Chou-fleur rôti au four	10	2	PR3
Compote de pommes	12	7	PR3
Confiture rapido mangue-ananas	13	4	PR5
Coulis de framboises (2)	17	3	118
Couscous aux fruits	14	5	PR4
Craquelins au cheddar	9	2	PR5
Crème glacée maison à la vanille	9	5	PR2

	vol	n°	page
Crêpes américaines (pancakes)	9	4	PR4
Crêpes fines à déjeuner	11	2	PR2
Crêpes fines au chocolat	14	8	210
Croque-monsieur	8	8	PR5
Croquettes de poisson	13	5	PR3
Croustade aux pommes dans une tasse au micro-ondes	12	7	PR5
Cupcakes rennes au chocolat	12	1	PR3
Daï-qui-rit aux fraises (Daïquiri sans alcool)	8	6	PR3
Dentelles à l'érable et à l'avoine	15	3	148
Drink dégueu	8	6	PR3
Le « full » pétillant	8	6	PR3
Fettuccines Alfredo au poulet de Carey Price	10	2	PR4
Filet mignon de porc à l'érable	12	4	PR5
Filets de poisson panés	13	5	PR5
Fondue au chocolat	9	3	PR2
Frittata aux champignons et aux épinards	10	8	PR5
Fudge super facile	13	1	PR5
Galettes à l'avoine et à l'érable	12	4	PR3
Galettes à l'avoine et aux raisins	14	1	PR5
Gâteau à la vanille super facile	9	8	PR4
Gâteau arc-en-ciel	14	3	PR5
Gâteau au chocolat sans salir un bol	9	3	PR2
Gâteau frigo aux petits fruits	16	6	131
Gâteau moelleux au chocolat dans une tasse	11	3	PR4
Gâteau multicolore	14	3	PR3
Gâteau soccer	12	6	PR5
Glaçage à la vanille	9	8	PR4
Glaçons aux fruits	11	6	PR3
Granola au Nutella	12	2	PR3
Grilled cheese classique	15	4	166
Grissini « emballés » pour Noël	15	1	254
Gruau aux canneberges séchées et aux poires	15	3	147
Guacamole	10	6	PR2
Hot-dogs à la salade de chou	14	6	PR5
Hot-dogs à la salsa de poivron et d'ananas	14	6	PR4
Hot-dogs au brocoli et au fromage	14	6	PR5
Jello de clémentines	10	7	PR5
La fée trempe	11	8	PR4
Lait au chocolat blanc (bave de crapaud)	12	8	PR5
Lait frappé aux fruits	15	6	164
Limonade	9	6	PR3

INDEX DES RECETTES RICARDO

	vol	n°	page		vol	n°	page
Macaroni au fromage	8	8	PR3	Pommes de terre farcies au brocoli et à la saucisse	16	3	131
Macaroni au fromage de Léo	12	5	PR3	Pommes de terre farcies « pâté chinois »	16	3	128
Macaroni au pesto et au poulet	17	4	127	Pommes séchées au four (vieilles pommes toutes ratatinées)	12	8	PR4
Macaroni chinois	11	7	PR5	Popcorn au ketchup	9	4	PR2
Mayonnaise	13	6	PR4	Popcorn au caramel épicé et aux arachides	17	6	101
Méga façade en pain d'épice	18	1	180	Popcorn au cheddar	13	2	PR3
Méli-mélo sucré-salé	8	6	PR5	Popcorn BBQ	9	4	PR3
Mendiants	10	1	PR4	Popcorn sucré	9	4	PR3
Meringues croquantes	10	1	PR3	« Popsicle » aux fruits	11	6	PR5
Mini-pizzas	13	2	PR5	Pot de chocolat chaud à offrir	10	1	PR5
Mon premier pâté chinois	11	7	PR3	Potage au brocoli	9	2	PR3
Mon premier rôti de porc	10	3	PR3	Potage au chou-fleur	9	2	PR3
Mousse à la framboise	12	5	PR4	Potage aux carottes	9	2	PR3
Mousse marbrée aux fruits et aux suçons	13	8	PR3	Pouding à la vanille super facile	16	2	142
Muffin au son et double chocolat	14	1	PR3	Pouding au chocolat au lait	8	4	PR5
Muffins aux bleuets	9	7	PR5	Pouding au chocolat ultrasimple	16	2	141
Nougatine chocolatée à l'éralbe et aux biscuits soda	14	4	PR4	Pouding chômeur dans une tasse	14	4	PR3
Nouilles au bœuf	8	5	PR2	Pouding d'été aux framboises sans cuisson	16	2	141
Oeuf dur	10	4	PR4	Poulet rôti aux épices	17	1	178
Oeuf mollet	10	4	PR4	Purée de pommes de terre sans grumeaux	10	3	PR4
Oeufs à la coque	10	4	PR4	Quesadillas au poulet	10	7	PR2
Œufs brouillés à la mexicaine	8	4	PR2	Salade croquante	8	5	PR3
Oeufs dans le trou	10	4	PR4	Sandwichs à la crème glacée <i>chill</i>	17	6	126
Œufs marinés au soya	17	2	118	Sandwich BBLT	13	7	PR5
Omelette au jambon à l'éralbe	11	3	PR3	Sandwich BLT	13	7	PR5
Omelette au pesto et aux tomates	11	3	PR3	Sous-marins à la viande froide	16	7	128
Omelette jambon-fromage	15	2	146	Spaghettis <i>al dente</i> et sauce bolognaise facile	12	2	PR4
Omelette roulée à la saucisse et aux champignons	16	1	221	Roulés « pets-de-soeur » aux pacanes	15	5	166
Omelette soufflée au fromage	18	1	64	Rouleaux de biscuits aux brisures de chocolat	11	1	PR2
Pain doré et coulis de fraises	11	5	PR5	Rouleaux printaniers aux fruits	14	5	PR2
Pain-pizza « pige dedans »	16	1	218	Salade de chou	13	6	PR5
Pancakes dodues	11	2	PR4	Salade de couscous aux légumes et aux pois chiches	12	3	PR6
Pancakes double chocolat	18	3	126	Salade de fruits verte de Noël	14	1	PR5
Panini au jambon et au fromage	15	4	169	Salade de pâtes, d'asperges et de boconcinnis	12	3	PR7
Petites boulettes de boeuf aux carottes	14	7	PR4	Salade de pois chiches	10	8	PR3
Petits gâteaux au fromage à l'éralbe	15	3	115	Salade express aux oeufs	10	4	PR5
Petits pains au lait	13	3	PR3	Salade fattouche	12	3	PR4
Pesto classique	17	4	126	Salade grecque	10	8	PR3
Pieds de brocoli	10	2	PR2				
Pizza à la poêle	18	2	118				
Pizza à la viande hachée (lahmajoun)	16	4	146				
Pizza aux épinards et à la feta	16	4	149				