

Spis treści

Wstęp

6

Śniadanie

10

<i>Grzyby z lasu Neldoreth</i>	12
<i>Pomidory po tiriońsku</i>	13
<i>Rösti ziemniaczane</i>	14
<i>Wegańska jajecznicą Berena</i>	16
<i>Śniadanie Bilba w Rivendell</i>	18
<i>Marynowany losoś z Sirionu</i>	19
<i>Złociste kedgere z Círdana</i>	20
<i>Szarlotka z Leśnego Dworu</i>	23
<i>Muffinki kukurydziane z Amanu</i>	24
<i>Śniadaniowe babeczki z Silmarilami</i>	25
<i>Muesli taeglińskie z prażonymi orzechami laskowymi</i>	28
<i>Chleb razowy Yavanny</i>	29
<i>Galaretka z płatków gondolińskich róż</i>	31
<i>Dżem jeżynowy z Ithilien</i>	32
<i>Dżem borówkowy Arweny</i>	34
<i>Masło migdałowe z Edhellondu</i>	35
<i>Domowe mleko owsiane Radagasta</i>	36
<i>Kuchnie elfickie</i>	38

Lekkie posiłki

40

<i>Zupa z pokrzyw z Wielkiego Zielonego Lasu</i>	42
<i>Zupa z ogonów bawolów Arawa</i>	43
<i>Zupa z małży z Alqualondë</i>	44
<i>Salatka morska z solirodem z Tol Eressëa</i>	45
<i>Salatka z cykorią i gruszkami z Menegrothu</i>	46
<i>Wędzony pstrąg ze Srebrnej Żyły</i>	48

<i>Ciastka sushi z wodorostów</i>	50
<i>Lindoński pasztet z krabów</i>	51
<i>Biała pizza Elwingi</i>	52
<i>Krokiety Fingolfiny z solonym dorszem</i>	53
<i>Kaczka Legolasa w łódkach z sałaty</i>	56
<i>Paszteciki z Vingilota</i>	58
<i>Steki Błękitnych Czarodziejów</i>	60
<i>Ognista zapiekana dynia Fëanora</i>	61
<i>Tarta szparagowa Lúthien</i>	62
<i>Awokado z ogrodów Lórien</i>	64
<i>Kuchnia Valinoru</i>	66

Dania główne

68

<i>Gulasz z warzyw korzeniowych z Eregionu</i>	70
<i>Gulasz vanyarski z fasoli szparagowej</i>	71
<i>Curry Moriguendich z fasoli i soczewicy</i>	72
<i>Złoty dal Gil-galada</i>	73
<i>Mule z Cuiviénen</i>	74
<i>Pieczone homary z wyspy Balar</i>	76
<i>Pstrąg z Lauterbrunnen</i>	77
<i>Faszerowany leszcz z solirodem</i>	78
<i>Nenya – curry z dorszem i kokosem</i>	80
<i>Narya – czerwone curry</i>	82
<i>Vilya – pilaw z ryżu</i>	83
<i>Bażant z jeżynami z Wielkiego Zielonego Lasu</i>	84
<i>Kurczak z Nargothrondu</i>	85
<i>Tadżin avariński z jelenią</i>	86
<i>Steki Celegorma z jeleniny</i>	88
<i>Placek z jelenią ze stołu Oromëgo</i>	89
<i>Ruloniki orzechowe Indis z jabłkami i marchewką</i>	92



<i>Zapiekanka wołowa Thranduila</i>	93
<i>Makaron z wieprzowiną i pieczarkami</i> ze stołu <i>Salmara</i>	94
<i>Kielbaski z karkapolki</i>	96
<i>Pieczona baranina z Rivendell</i>	99
<i>Łowiectwo i zbieractwo z elfami</i>	100

Ucztování i wspólne posiłki 102

<i>Ziemniaki po valinorsku</i>	104
<i>Racuchy z cukinii z Egladil</i>	106
<i>Coimas</i>	108
<i>Rozgwieżdzona sałatka tabbouleh</i>	109
<i>Danie na wesele Aragorna i Arweny</i>	110
<i>Paella z Mereth Aderthad</i>	112
<i>Grillowany kurczak po nandorsku</i>	115
<i>Grillowane makrele z Belegaeru</i>	116
<i>Grillowana baranina po vanyarsku</i>	118
<i>Szaszłyki warzywne z Gór Błękitnych</i>	119
<i>Wielkie uczty i heroiczna epoka</i> elfów	120

Desery i słodkości 122

<i>Sernik Meliany ze śliwkami</i>	124
<i>Biszkopt z miodem wrzosowym</i> z <i>Dorthonionu</i>	126
<i>Herbatniki Galadrieli</i>	128

<i>Ciasto z orzechami i gruszkami</i> znad rzeki <i>Taeglin</i>	130
<i>Naleśniki Złotej Jagody z plasterami</i> miodu	131
<i>Szarlotka Vány</i>	132
<i>Tarta z Hithlum</i>	134
<i>Placek z bezą cytrynową</i> i <i>rokitnikiem</i>	135
<i>Krem Elbereth z gwiazdnymi</i> jagodami	138
<i>Deser jeżynowy Legolasa</i>	139
<i>Galaretki Ossëgo</i>	142
<i>Lody z simbelmynë</i>	143
<i>Botaniczny skarbiec</i>	144

Napoje 146

<i>Kordiał Gildora z dzikiego bzu</i>	148
<i>Kordiał z Imladris</i>	149
<i>Mrożona herbata z elanoru</i> i <i>lissuinu</i>	150
<i>Napar pokrzywowy Złotej Jagody</i>	151
<i>Napar rumiankowy z Lórien</i>	152
<i>Gin tarninowy Eöla</i>	154
<i>Koktajl Laiquendich</i>	155
<i>Poncz króla elfów leśnych</i>	157

Indeks 158

