

Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University  
Faculty of Romance and Germanic Philology  
Linguistics and Translation Department

**Translation Project:**  
***Made at Home* by Giorgio Locatelli**

**Перекладацький проєкт:**  
**Переклад книги Джорджіо Локателлі «Приготовано вдома»**

BA Paper

Daria Zhabyna  
PERb-2-2r-4.0 d

Цим підписом засвідчую,  
що подані на захист  
рукопис та електронний  
документ є ідентичні  
01.06.2025р. 

Research Supervisor:  
S. Radetska  
Associate Professor

Kyiv – 2025

## Abstract

The paper explores the problems of translating culinary terminology and culturally specific names of ingredients in Giorgio Locatelli's book *Made at Home*. The translation project consists of two parts: the first part focuses on the translation of selected excerpts from the book, and the second part presents an in-depth analysis of the translation. The study emphasises Locatelli's particular narrative style, rich in culinary references associated with a particular culture. Particular attention is paid to lexical, stylistic, and cultural aspects of the translation of gastronomic vocabulary. The second section analyses the translation techniques applied to culturally specific terms. The paper also discusses the difficulties translators face in translating such terms accurately while preserving the author's voice and the cultural flavour of the original.

**Keywords:** *culinary terminology, culturally specific terms, translation techniques.*

## Анотація

Робота присвячена аналізу особливостей перекладу кулінарної термінології та культурно-специфічних назв інгредієнтів у книзі Джорджіо Локателлі «Приготовано вдома». Перекладацький проект складається з двох частин: перша частина містить переклад окремих уривків книги, а друга - аналіз використаних перекладацьких рішень. Дослідження фокусується на особливостях авторського стилю, який поєднує розповідний наратив з великою кількістю термінів, пов'язаних з культурою харчування. Особливу увагу приділено лексичним, стилістичним та культурним аспектам перекладу гастрономічної лексики. У другому розділі розглядаються техніки перекладу культурно специфічної лексики. Також проаналізовано труднощі, з якими стикається перекладач при збереженні авторського стилю викладу та національного колориту оригіналу.

**Ключові слова:** *кулінарна термінологія, культурно специфічна лексика, перекладацькі техніки.*

## Contents

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Introduction                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4  |
| Chapter 1. <i>Made at Home</i> by Giorgio Locatelli – Джорджіо Локателлі «Приготовано вдома»                                                                                                                                                                                    | 5  |
| Chapter 2. Translating Culinary Terminology and Ingredient Names: A Lexical and Cultural Analysis of Giorgio Locatelli's <i>Made at Home</i>                                                                                                                                    |    |
| 2.1. Examination of Giorgio Locatelli's <i>Made at Home</i> and his culinary philosophy. The author's background and style, Locatelli's narrative voice.                                                                                                                        | 47 |
| 2.2. Exploration of the specialized culinary vocabulary and culturally specific ingredients used in the book. The connection between culinary terminology and its cultural context in the translation process.                                                                  | 49 |
| 2.3 Techniques for translating culturally specific ingredients and culinary terms. Addressing challenges in preserving both meaning and cultural significance during translation. Examples from the book to demonstrate successful translation techniques for ingredient names. | 52 |
| Conclusions                                                                                                                                                                                                                                                                     | 56 |
| List of references                                                                                                                                                                                                                                                              | 57 |
| Appendix                                                                                                                                                                                                                                                                        | 59 |

## Introduction

Food plays an important role in everyone's life - not only as a basic need but also as a cultural marker, a source of pleasure, and a means of communication. Culinary traditions reflect national identity, family heritage, and personal stories. That is why cookbooks have always been in demand. They serve not only as a practical guide to cooking but also as a repository of cultural memory and everyday wisdom. In recent decades, cookbooks have gone beyond a simple collection of recipes to include personal stories, reflections, and even elements of memoirs and travelogues.

A striking example of this transformation is Giorgio Locatelli's *Made at Home*, which combines culinary instructions with emotionally charged stories, family memories, and cultural commentary. Locatelli's approach transforms the cookbook into a hybrid genre that appeals not only to the reader's appetite but also to their emotions and imagination.

The book includes a wide variety of recipes, from simple everyday dishes to gourmet meals, all of which are accessible to the average home cook. These are the recipes that the author himself prepares for his family, and many of them appear on the menu of his famous restaurant. Locatelli focuses on the authenticity of the ingredients, ease of preparation, and the importance of enjoying the cooking process. This practical aspect, combined with his personal stories, creates a sense of trust and warmth between the author and the reader.

The emotionally charged language of *Made at Home*, full of idiomatic expressions, anecdotes, humour, and culturally specific references, poses significant translation challenges. Culinary terminology is not limited to neutral vocabulary: it often has connotations, evokes memories, and reflects cultural identity. Therefore, translating a cookbook such as *Made at Home* requires not only linguistic accuracy but also sensitivity to the culinary and cultural context of the original text.

This translation project investigates the lexical and cultural aspects of translating culinary terminology and ingredient names in Giorgio Locatelli's book *Made at Home*. Particular attention is paid to how personal narrative, culturally specific foods, and stylistic devices influence the translation process. By analyzing specific examples from the book, we aim to illustrate effective techniques for preserving meaning, tone, and cultural resonance in the target language.

**The aim** of this project is to explore techniques for translating culturally specific culinary terms and ingredient names in Giorgio Locatelli's *Made at Home*.

**The main objectives of the project are:**

- to translate selected excerpts from the original cookbook;
- to analyze the author's narrative style;
- to identify and categorize culinary terminology;
- to demonstrate and explain the translation techniques applied in adapting such elements for a Ukrainian audience.

The material for the project consists of selected fragments from Giorgio Locatelli's *Made at Home*, totaling 70,175 characters in the source text and 71,360 characters in the target text. The translated text was produced by the author of the project.

**The structure** of the project includes an annotation, contents, introduction, two chapters (with three subsections in Chapter 2), a conclusion, list of references, and one appendix. Chapter 1 contains parallel texts in English and Ukrainian; Chapter 2 presents the analysis.

The research on this topic was presented in the form of abstracts at the XVI All-Ukrainian Student Scientific and Practical Conference "Foreign Languages in the Modern Communication Space", which made it possible to test the main provisions of the work, receive constructive comments and take them into account when preparing the full version of the translation project.

## Chapter 1. *Made at Home* by Giorgio Locatelli – Джорджіо Локателлі «Приготовано вдома»

| Source text                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Target text                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>The places I call home</b></p> <p>Home means many things to me. Home is north London with my wife, Plaxy, and now grown-up ‘kids’, Jack and Margherita, who come and go but still expect to raid the fridge as soon as they walk through the door. When Plaxy and I are at home on our own, the meals we share are about simply cooked fish, vegetables and salads, and many of our favourite recipes are included here. But when Margherita was small, much of our cooking had to begin with something that she could eat, since shortly after she was born we discovered that she had an allergy to around 600 foods, especially fish, tomatoes and eggs. So for years we could never have fish or tomatoes in the kitchen, and ingredients like almonds would be kept in jars in separate labelled cupboards to keep her safe. We never wanted her to feel different, so we would always find a way of making something for her that looked like what everyone else was eating, even if the ingredients varied. But for me, that should always be at the heart of all home cooking: the idea that you adapt and change according to what you buy fresh that is in season, what you have in your cupboard and your fridge, and who you are cooking for.</p> <p>Home, for me, is also Corgeno in Lombardy, northern Italy, where my whole family was involved with my uncle’s restaurant, La Cinzianella, on the shore of Lake Comabbio, so my grandmother was in charge of the cooking in our house while my grandfather raised rabbits and chickens and grew vegetables in the garden. Many of the meals that my grandmother cooked, I still cook at home for my own family, and when I do, it is as if I am back in Corgeno with her and my grandad again.</p> <p>According to the day of the week, we might have risotto with saffron, pasta with homemade passata, fish from the lake, and once a week fresh prawns; or stews, such as osso buco or my favourite, spezzatino, made with beef, potatoes and peas, according to whatever</p> | <p style="text-align: center;"><b>Місця, які я можу назвати домом</b></p> <p>Дім для мене - це набагато більше, ніж просто місце проживання. Перш за все, це наше з дружиною сімейне гніздечко на півночі Лондону. Разом із Плаксі ми створили тут атмосферу, де завжди раді гостям, особливо коли це наші діти, Джек і Маргарита, які, незважаючи на вік, досі люблять пошукати щось смачненьке в холодильнику, тільки-но переступивши поріг. Коли ми з коханою вдома тільки вдвох, ми готуємо рибу, овочі та салати, і багато з наших улюблених рецептів включені в цю книгу. Але коли Маргарита була маленькою, наш раціон дуже обмежувався через її алергію. Доньці не можна було вживати близько 600 різних продуктів, включаючи рибу, помідори та яйця. Ми завжди були готові на все, щоб уберегти Маргариту від неприємних наслідків алергії. Тому роками у нас на кухні не було риби чи помідорів, а такі інгредієнти, як мигдаль, ми зберігали в банках в окремих промаркованих шафах. Ми завжди прагнули, щоб донечка почувалася як усі інші діти, тому намагалися зробити її харчування максимально схожим на наше, навіть якщо для цього доводилося експериментувати з інгредієнтами. Для мене основа домашньої кухні — це гнучкість. Ми маємо пристосовуватися до того, що маємо під рукою: свіжих сезонних продуктів, того, що зберігається в шафі та холодильнику, а також до смаків тих, для кого готуємо.</p> <p>Ще один мій дім знаходиться в Корджено (регіон Ломбардія), італійське містечко на березі озера Комаббіо. Там, у ресторані «Ла Чінціанелла» (La Cinzianella), власником якого є мій дядько, працювала уся родина разом. Бабуся відповідала за приготування страв у нашому домі, а дідусь займався господарством — розводив кроликів, курей і вирощував овочі. Коли я готую страви за бабусиними рецептами, то ніби знову опиняюся в Корджено, в нашому затишному домі.</p> <p>Кожного дня бабуся готувала щось нове, то різотто з</p> |

pieces of meat Stefanino, the village butcher, had kept for my grandmother.

When my elder brother, Roberto, and I would come home from school there would often be a soup made with my grandmother's broth and maybe a scallopine to follow: a sliver of pork, veal or chicken, encrusted in breadcrumbs from the big jar in the kitchen and fried. I still think that in a family environment, soup is very important. It is a great comfort food; it doesn't need so much planning, and you can make a potful and freeze some in a container for next time. If I get home late from the restaurant, or from filming, having tasted so many dishes during the course of the day, all I want is a simple soup to soothe and settle the stomach. Or a simple pasta.

I never tire of a plate of spaghetti with a brilliant tomato sauce, but I often think that while the great advantage of pasta is its familiarity, that is also its worst enemy, because we all have our one or two favourite recipes that we make over and over again, when actually a dish of pasta should reflect the changing seasons. It is a perfect medium for introducing kids to ingredients with different textures and flavours throughout the year.

My grandparents, who had been through the war, never lost the fear that there might come a day when there was no food – something that Jack and Margherita have no reason to understand – but in Europe plentiful food has come at a certain cost to society. There is no doubt that we have to address the problems of eating too much sugar and salt, the way we have made food 'convenient' by packing it full of additives, our wastefulness, and the fact that we cannot go on extracting so much from the earth and emitting so many gases. But one huge step is to go back to the essence of home cooking – buying fresh ingredients, preparing them simply, enjoying them with your friends and family, and keeping anything you don't eat to transform into another meal – and that's it.

Home, too, is my restaurant, Locanda Locatelli, where I spend most of my waking hours with my other family, the team of chefs and front of house staff, many of whom have been with me for a long, long

шафраном, то пасту з домашньою пасатою — традиційним італійським соусом на основі томатів, то свіжу рибу з озера, і навіть свіжовиловлені креветки. Бували й м'ясні страви, то соковите оссо буко, то ніжне спецатіно з яловичини, картоплі та гороху. Все залежало від того, яке м'ясо залишав для бабусі Стефаніно, наш місцевий м'ясник.

Коли ми з моїм старшим братом Роберто поверталися зі школи, на нас часто чекав бабусин бульйон і деколи так звані скаполіне — шматочки свинини, телятини або курки, обвалані в панірувальних сухарях і обсмажені на сковороді. Я й досі вважаю, що суп — невід'ємна частина сімейного застілля. Ця страва не вимагає багато зусиль, можна зварити повну каструлю і частину заморозити на потім. Коли я повертаюся пізно додому, з ресторану чи зйомок, де протягом дня я перепробував безліч різних страв, все, що мені хочеться — з'їсти теплового супу. Ідеальний варіант, щоб розвантажити шлунок і розслабитися. Ну або, як ще один варіант — паста.

Мені ніколи не набридають спагеті з томатним соусом. До пасти швидко звикаєш, з одного боку це її перевага, але з іншого боку, люди обмежуються одним-двома рецептами приготування. А насправді паста може бути набагато різноманітнішою, відображаючи зміну пір року. Це найкращий спосіб показати дітям, як змінюється текстура і смак продуктів залежно від пори року.

Мої дідусь і бабуся, які пережили війну, не могли позбутися страху, що колись настане день і їжі знову не буде. На відміну від них, мої діти, Джек і Маргарита, зараз живуть в інший час, в інший достаток, і ніколи не стикнуться з тим, якою ціною для суспільства прийшов цей достаток у Європу. Без сумніву, ми повинні вирішувати проблему надмірного споживання цукру і солі, проблему того, як ми зробили їжу «зручною», наповнивши її добавками. Також необхідно взяти до уваги питання нашого марнотратства і не менш важливо, припинити ігнорувати той факт, що наші дії призводять до виснаження природних ресурсів та забруднення довкілля. Але ми можемо почати з простого – повернутися до традицій домашньої

time. You have to look after the people you work with. Ever since I sat on a rubbish bin outside the kitchen of the Tour d'Argent restaurant in Paris where I worked long, long hours for a pittance, eating sausages at the end of the night, while inside the diners paid a small fortune for the famous classic French dishes we had made for them, I vowed that when I had my own restaurant, I would make sure that everyone ate well. So each day at 4.30p.m. everyone sits down together to eat something simple that we have made in the kitchen, because that is when you have the time to talk to people, share ideas and news, find out what is going on in their lives, if someone needs help with something or has a problem. Exactly like a family sharing a meal around the table at home. The two favourite meals are 'Italian' burger night on Tuesday, and pizza night on Saturday, when even those who are due to finish their shifts, or on a day off, seem to find a reason to stay behind or drop by! So those recipes are included in this book, too.

And now Plaxy and I have a second home perched on the edge of a cliff overlooking the sea in Puglia, a region we discovered and fell in love with after spending so many amazing summers across the water in Sicily. In the winter, it feels like you could be on Mars, with the rocky cliff falling away beneath you, but in spring and summer the water is a stunning blue and that is all you can see.

In London, I am spoilt by so many different ingredients and cultural influences, which have pushed the way I think about food way beyond the northern Italian flavour palate that I grew up with. But on holiday everything is stripped back to a few knives and some pots and pans and whatever I find when I go out each morning – maybe with some money in my hand to meet the fishermen coming off the boats, or at the market to buy fresh local vegetables or rich, creamy burrata. So Puglia, too, has inspired some of the recipes in this book. The ingredients may be more limited, but their quality is exceptional, and that is when I feel at my most creative. I look at what I have and decide then and there how to prepare it for family and friends to share. Just as my grandmother did all those years ago in Corgeno.

кухні, коли ми самі купуємо свіжі продукти, готуємо за улюбленим рецептами, насолоджуємося вже знайомими нам смаками у колі друзів та родини, а також мінімізуємо харчові відходи, перетворюючи залишки на нові страви.

Домом я вважаю й свій ресторан «Локанда Локателлі» (Locanda Locatelli) — місце, де я проводжу найбільше часу, де я оточений вірною командою кухарів та обслуговуючого персоналу, з якими нас пов'язують довгі роки співпраці. Ви повинні турбуватися про добробут ваших колег. Мій особистий досвід роботи в паризькому ресторані «Тур д'Аржен» (Tour d'Argen), де доводилося працювати довгі-довгі години за копійки, став для мене важливим уроком. Пригадую, як ми харчувалися самими лише сосисками в кінці зміни, тоді, як гості віддавали незліченні статки за класичні французькі страви, які ми для них готували. З того моменту я вирішив, що коли у мене буде власний ресторан, я подбаю про те, щоб усі харчувалися добре. Тож щоденна спільна трапеза о 16:30 є невід'ємною частиною нашого робочого дня. Саме тоді ми спілкуємося, ділимося ідеями, новинами, дізнаємося більше один про одного і надаємо підтримку, якщо необхідно. Точнісінько як у родинному колі. У нас також є дві маленькі традиції — вечір «італійських» бургерів кожного вівторка, та піца щосуботи. Тоді, навіть ті, у кого закінчився робочий день або ті, у кого був вихідний, здається, знаходять причину залишитися або завітати до нас! Тож рецепти цих страв також увійшли до цієї книги!

Тепер у нас із Плаксі є ще один дім, що стоїть на краю скелі та має чудовий вид на море. Він знаходиться в Апулії — регіоні, який ми відкрили для себе й полюбили після незабутніх літніх днів, проведених на Сицилії. Взимку здається, що ти опинився на Марсі, а скелясті урвища обвалюються під ногами, але навесні та влітку вода приголомшливо блакитна, і це все, що ти бачиш навколо.

Переїзд до Лондона подарував мені можливість відкрити для себе нові кулінарні горизонти. Різноманітність інгредієнтів і культурних традицій міста значно розширили моє уявлення про їжу, виводячи його далеко за межі північно-італійських смаків, які знайомі

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>мені з дитинства. Але у відпустці все обмежується кількома ножами, каструлями та сковорідками, а також тим, що я зможу знайти, коли вранці вийду на вулицю — можливо, з грошиками в руці, щоб зустріти рибалок, які повертаються з риболовлі, або на місцевому ринку, де можна придбати свіжі овочі або ж соковиту, вершкову буррату. Апулія подарувала мені ідеї для кількох страв, які ви знайдете в цій книзі. Хоча кількість інгредієнтів може бути обмежена, їхня виняткова якість побуджує мою творчість. Враховуючи те, що є під рукою, я обмірковую, як приготувати страву, щоб порадувати рідних і друзів. Так само, як це робила моя бабуся багато років тому в Корджено.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Seasonal salads and vegetables</b></p> <p>I find myself focusing more and more on vegetables, not only for flavour but for the beauty their different textures can bring to a salad or a dish, sometimes just by the way you cut them. I am excited by the idea of vegetable butchery.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p><b>Салати з сезонних овочів</b></p> <p>Я все більше захоплююсь овочами не тільки за їхній смак, а й за красу, яку їхня текстура додає стравам, часто залежно від способу нарізання. Мене надихає ідея кулінарної обробки овочів у стилі м'ясної гастрономії.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>Pan-fried cauliflower salad with anchovies and chilli</b></p> <p>When I was cooking at the Savoy I thought of myself as the King of the Cauliflower, because one of my jobs was to make the cauliflower soup, and I made a cauliflower cheese that was a work of art, really light and perfectly glazed. But the truth is I never liked cauliflower much. In the cooking of countries like India it is treated to interesting spices, but in European cuisine it often seemed like the boring enemy of gastronomy. In Italy they used to say that cauliflower was for priests, because it kept the sex drive down. But my opinion changed forever a few years ago when I tasted a cauliflower pizza made for me by a husband and wife team, Graham and Kate, when I was a judge at the BBC Radio 4 Food and Farming Awards.</p> <p>This sweet couple, who now have a restaurant in Bristol, drove around in a bright yellow Defender van with a wood-fired oven called Bertha in the back, and they would come to your party and make maybe 70 or 80 pizzas in a night. Back then it was quite a revolutionary thing to do. I asked them to make me a pizza margherita and another one of their choice. The margherita arrived and it was unbelievably light, Neapolitan</p> | <p><b>Салат із обсмаженої цвітної капусти з анчоусами та ароматним чилі</b></p> <p>Коли я працював кухарем у готелі «Савой» (Savoy), я відчував себе справжнім королем цвітної капусти. Одним із моїх завдань було приготування супу з неї. Але справжнім кулінарним шедевром, таким легким, повітряним та досконало глазурованим, я вважав цвітну капусту в сирному соусі, яку також неодноразово доводилося готувати. Цікаво, що насправді я ніколи не любив цвітну капусту. В індійській кухні її доповнюють цікавими спеціями, тоді як у європейській вона нерідко вважалася прісним ворогом гастрономії. В Італії вважали, що цвітна капуста могла знизити статевий потяг, тому її часто включали в раціон священиків. Але моя думка повністю змінилася кілька років тому, коли я спробував піцу з цвітною капустою, приготовану подружжям Гремом і Кейт під час церемонії нагородження Бі-Бі-Сі Радіо 4 Фуд енд Фармінг Евордс (BBC Radio 4 Food and Farming Awards), де я виступав у ролі судді.</p> <p>Ця мила пара, яка зараз є власниками ресторану в Брістолі, колись мандрувала країною на яскраво-жовтому фургоні Дефендер,</p> |

style, and I was already thinking, 'These guys are good,' when they brought out their anchovy and cauliflower pizza. Graham had sliced raw cauliflower very thinly and used it instead of cheese. I cannot even describe the way in which it was almost melting and yet it kept its structure and flavour, and its tanginess worked so well with the flavour of the anchovy and a little touch of chilli and lemon zest. It was so delicious and like nothing I had tasted on a pizza before.

When someone presents to you, in such a different way, a vegetable that you have put into a certain compartment of your mind for years and years, it is a total shock. I went back to the kitchen at Locanda and I immediately said to the boys, 'Do we have some cauliflower?' Of course we didn't, because I didn't like it. So I had to go and buy some. We played around with a lot of ideas, and this way of pan-frying the cauliflower and incorporating it into a salad with anchovies, in a little echo of the pizza flavours, was the one we loved the most. It is exactly the kind of quick and simple salad I like to make if Plaxy and I are at home on our own, or as a starter if friends come around.

When a cauliflower is quite big and loose it is easy to break it into small florets of the same size which will cook evenly, as I suggest here, but if it is smaller and very hard and compact, it can be easier to cut a cross in the base and cook it all in one piece, until just tender. As it cools down, the heat will penetrate evenly all the way through to the centre. Then you can cut it into slices. It's your call, depending on the size and density of the cauliflower.

Or, if you prefer to roast the cauliflower in the oven, you can spread the florets over a baking tray and roast them at 180°C/gas 4 for 20 minutes, sprinkled with a little olive oil. When they have turned golden, remove the tray from the oven and allow them to cool down.

- **Serves** 6
- **salted anchovies** 6
- **cauliflower** 2 heads, separated into florets

везучи з собою на задньому сидінні справжню дров'яну піч «Берту». На вечірках вони готували по 70-80 піц прямо на місці. В той час це було справді революційно. Їхнім завданням було приготувати мені піцу «Маргариту» та ще одну на їхній вибір. Класична Маргарита була легкою, в неаполітанському стилі, але справжню сміливість кухарів я оцінив, коли спробував піцу з анчоусами та цвітною капустою. Тоді я подумав: «Ця команда – справжні молодці». Грем дуже тонко нарізав сиру цвітну капусту і використав її замість сиру. Я не можу знайти слів, щоб описати як вона буквально танула в роті, але при цьому зберігала свою форму і насичений смак. А поєднання гостроти з анчоусами, перцем чилі та лимонною цедрою було просто неймовірним. Це було дуже смачно, ніщо подібне я раніше навіть не пробував у піці.

Коли хтось пропонує тобі овоч, який ти роками відкладав у певний куточок своєї свідомості, і подає його зовсім по-іншому, це справжній шок. Я повернувся на кухню в «Локанді» і відразу запитав хлопців чи є у нас цвітна капуста. Звісно, її не було, адже я ніколи її не любив. Тож мені довелося піти і купити її. З-поміж усіх наших кулінарних експериментів, найкращим виявився варіант обсмажити цвітну капусту і додати її до салату з анчоусами. Це нагадувало смак піци і нам дуже сподобалося. Саме такий простий і швидкий салат я готую, коли ми з Плаксі самі вдома, або подаю як закуску коли приходять друзі. Якщо цвітна капуста велика і пухка, її легко розділити на невеликі суцвіття однакового розміру, які готуватимуться рівномірно, як я рекомендую тут. Але якщо вона менша, тверда і щільна, зручніше зробити хрестоподібний надріз знизу і готувати її цілою до повної готовності. Після охолодження цвітної капусти, тепло всередині розподілиться рівномірно, і її буде легко нарізати на шматочки потрібного розміру.

Або, якщо ви надаєте перевагу запіканню цвітної капусти в духовці, можна викласти суцвіття на деко і запікати їх при 180°C (4 позначка на газовій духовці) протягом 20 хвилин, змастивши оливковою олією. Коли шматочки підрум'яняться, вийміть деко та

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>olive oil</b></li> <li>● <b>hard-boiled eggs</b> 3, chopped</li> <li>● <b>black olives</b> 15, stones removed</li> <li>● <b>capers in vinegar</b> 1 tablespoon, drained and rinsed</li> <li>● <b>chopped mild red chilli</b> 1 teaspoon</li> <li>● <b>chopped fresh parsley</b> 1 tablespoon</li> <li>● <b>Giorgio's dressing</b> 200ml (see here)</li> <li>● <b>sea salt and freshly ground black pepper</b></li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rinse the salt from the anchovies and dry them. Run your thumb gently along the backbone of each anchovy – this will allow you to easily pull it out and separate the fish into fillets.</li> <li>2. Blanch the cauliflower in boiling salted water for 2 minutes. The florets should still be crunchy. Drain them.</li> <li>3. Heat a little olive oil in a pan, put in the cauliflower and sauté until golden all over. Lift out into a large serving bowl.</li> <li>4. Add the anchovy fillets, eggs, olives, capers, chilli and parsley. Drizzle in the dressing, mix everything together very gently so that you don't break up the egg yolks any further, and season to taste.</li> </ol> | <p>дайте їм охолонути.</p> <p>Інгредієнти на 6 порцій:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 6 солоних анчоусів</li> <li>● 15 чорних оливок, без кісточок</li> <li>● 3 варені яйця «на круто», нарізані</li> <li>● 1 столова ложка каперсів у оцті, промитих і злитих</li> <li>● 1 чайна ложка нарізаного м'якого червоного чилі</li> <li>● 1 столова ложка нарізаної свіжої петрушки</li> <li>● 200 мл заправки за фірмовим рецептом Джорджіо</li> <li>● оливкова олія</li> <li>● морська сіль та свіжо мелені чорний перець до смаку</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Змийте сіль з анчоусів і висушіть їх. Акуратно проведіть великим пальцем уздовж хребта кожного анчоуса – це дозволить легко витягнути його та розділити рибу на філейні шматочки.</li> <li>2. Бланшуйте (ошпарюйте) цвітну капусту в киплячій підсоленій воді протягом 2 хвилин. Сув'язки повинні залишатися хрусткими. Зцідіть воду.</li> <li>3. Нагрійте трохи оливкової олії на сковороді, покладіть цвітну капусту і обсмажте до золотистого кольору. Перекладіть у велику сервірувальну тарілку.</li> <li>4. Додайте філе анчоусів, яйця, оливки, каперси, перець чилі та петрушку. Полийте заправкою, обережно перемішайте, щоб не розбити жовтки, і приправте за смаком.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Plaxy's salad</b></p> <p>When I first came to London my palate wasn't very spice-</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p style="text-align: center;"><b>Салат Плаксі</b></p> <p>Коли я вперше приїхав до Лондона, я не був фанатом гострих</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

oriented. In my region of Lombardy we would occasionally put a little mild chilli into a pasta sauce, but that was it. It was Plaxy who educated me to eat more spicy food, which seemed very daring at the time. But the more you eat, the more you increase your capacity to still taste the flavours of the food and not be distracted by the heat, and so I came to love spice as much as she does.

This has become known as Plaxy's salad because I first made it for her after we had been in Thailand, and she was hankering after the fresh, clean flavours of the food there. I had some carrots and apples, so I put together this very simple combination which has become a favourite at home, and the boys in the kitchen often make big bowlfuls of it when the staff sit down for their meal before the evening service.

It is the combination of fresh carrot, chilli, mint and sweetness that really drives the flavour, so the rest can be quite loose and you can use different fruits if you prefer: perhaps pears or mango. You can leave out the almonds if you like, maybe put in some tomatoes, parsley or coriander, which adds its own radish-ey aroma. Often we grill some chicken breasts and put them on top of the salad and that is lunch, and it is a great salad to put out as part of a barbecue. Of course you can increase or decrease the quantity of chilli, and if you prefer a more citrus dressing, add a little more lemon juice, or if you like a milder flavour, add more olive oil.

Buy fresh, bunched, organic carrots if you can, as you want to get as close as possible to that intense flavour and aroma that a good carrot has when it is just pulled from the ground and that you never forget. When I was small, my grandad had to stop me pulling up all the carrots in the garden, washing them and eating them straight away, like Bugs Bunny. I loved them so much.

Be gentle when you grate the carrots so that you don't bruise them, otherwise they will lose some of their moisture.

- **Serves 6**
- **almonds 250g**

страв. У моїй рідній Ломбардії ми часом додавали трішки м'якого перцю чилі в соус до макаронів, але на цьому наші експерименти з гостротою закінчувалися. Саме Плаксі відкрила для мене світ більш гострої їжі, що тоді здавалося справжнім викликом. Однак, чим частіше їси гостру їжу, тим краще розвивається здатність відчувати її смак, не зосереджуючись на пекучості. Так я полюбив гостроту так само сильно, як і моя дружина.

Цей салат отримав назву «салат для Плаксі», тому що я вперше приготував його для неї після нашої подорожі до Таїланду, коли вона почала сумувати за свіжими та чистими смаками місцевої кухні. У мене знайшлося трохи моркви та яблук, тож я створив це просте поєднання, яке швидко стало улюбленим у нашому домі. Тепер в моєму ресторані кухарі часто готують великі миски цього салату для персоналу перед вечірньою зміною.

Поєднання свіжої моркви, перцю чилі, м'яти та солодких нот створює унікальний смак. Решту інгредієнтів можна варіювати на свій розсуд, додаючи інші фрукти, наприклад, груші чи манго. Якщо бажаєте, можна обійтися без мигдалю, але натомість можете додати помідори, петрушку чи коріандр, який надасть страві особливого, пряного, схожого на редис, аромату. Ми часто готуємо курячі грудки на грилі і кладемо їх поверх салату – і це вже готовий обід. Крім того, цей салат ідеально підходить для барбекю. Звичайно, ви можете регулювати кількість перцю чилі за власним смаком. Якщо вам до вподоби більш цитрусові заправки, додайте більше лимонного соку, або, якщо хочете м'якший смак, збільште кількість оливкової олії.

Якщо є можливість, купуйте свіжу, органічну моркву, зібрану в пучки, вона найкраще відтворить той інтенсивний смак і аромат, який має морква, щойно зірвана з землі, і який залишається в пам'яті назавжди. Коли я був дитиною, дідусь мусив зупиняти мене, коли я викидав усю моркву в сад, мив її і з'їдав одразу, як Багз Банні. Я дуже її любив.

Будьте уважні, натираючи моркву на тертці, щоб не пошкодити її, інакше вона втратить частину вологи.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>carrots</b> 12</li> <li>● <b>green apples</b> 3</li> <li>● <b>fresh mint leaves</b> a good handful</li> <li>● <b>limes</b> juice of 2, or of 1 lime and 1 lemon</li> <li>● <b>Thai chilli paste</b> 2 teaspoons, or to taste</li> <li>● <b>extra virgin olive oil</b> 5 tablespoons</li> <li>● <b>sea salt and freshly ground black pepper</b></li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.</li> <li>2. Lay the almonds on a baking tray and put them into the oven for about 7 minutes, moving the tray around and giving it a shake occasionally so that the nuts become golden all over. Remove the tray from the oven, allow the nuts to cool then chop roughly.</li> <li>3. Grate the carrots coarsely into a serving bowl, or, if you want a more beautiful presentation, slice them on a mandoline.</li> <li>4. Cut the apples in half, take out the core, then slice into segments, leaving the skin on. Add to the carrots, together with the toasted almonds and the mint leaves.</li> <li>5. In a bowl or jug combine the citrus juice, chilli paste and olive oil, taste and season, then toss this dressing gently through the carrot, apple and almonds and serve straight away.</li> </ol> | <p>Інгредієнти на 6 порцій:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 250 г мигдалю</li> <li>● 12 морквин</li> <li>● 3 зелених яблука</li> <li>● Жменя листя свіжої м'яти</li> <li>● Сік 2 лаймів або 1 лайма та 1 лимона</li> <li>● 2 чайні ложки тайської пасти чилі або за смаком</li> <li>● 5 столових ложок оливкової олії першого віджиму</li> <li>● Морська сіль та чорний мелений перець — за смаком</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).</li> <li>2. Викладіть мигдаль на деко і поставте в духовку на 7 хвилин, періодично струшуючи деко, щоб горіхи рівномірно підсмажились до золотистого кольору з усіх боків. Вийміть з духовки, дайте охолонути, потім розділіть на шматки.</li> <li>3. Натріть моркву на крупній тертці в сервірувальну тарілку або, для більш естетичної подачі, наріжте її на слайсері для овочів.</li> <li>4. Розріжте яблука навпіл, видаліть серцевину, а потім розділіть на рівні частини, залишаючи шкірку. Додайте їх до моркви разом із підсмаженим мигдалем і листям м'яти.</li> <li>5. У мисці або глечики змішайте сік цитрусових, пасту чилі та оливкову олію, спробуйте на смак і приправте. Полийте заправкою моркву, яблука та мигдаль і відразу подавайте до столу.</li> </ol> |
| <p><b>Green bean salad with roasted red onions</b></p> <p>People often ask how it is possible to get so much flavour into a dish that is essentially green beans and onions in a shallot dressing, but this is a great example of a very simple salad that is all about the quality of the ingredients and the detail of preparing them.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p><b>Салат зі стручкової квасолі з запеченою червоною цибулею</b></p> <p>Багато хто дивується, як страва зі стручкової квасолі та цибулі в поєднанні з ароматною заправкою з цибулі-шалот, може бути настільки смачною. Але секрет витонченого смаку цього простого салату полягає у високій якості інгредієнтів та ретельному підході до</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

When a green bean is perfectly cooked, if you squeeze and push along the seam with your thumbs it should split easily. Then, a trick I like to do is to run a knife along the length of almost half the beans so that they hold the dressing, along with little slivers of shallot, almond and Parmesan, in a way that a closed bean can't do. The contrast of the closed and open beans creates a slightly different feel in the mouth that makes the salad more interesting.

The real key, though, is the contrasting intense sweetness of the red onions, which comes from roasting them very, very slowly in their skins, but also relies on sweet, fresh onions full of juice to begin with. You can tell easily when you buy them: they shouldn't look dry, and they should feel heavy. The onions we use are the cipolle di Tropea, the special Calabrian onions that have their own Protected Geographical Indication label, and are famous for being so sweet you could almost eat them raw. Tropea is on the coast looking out to the Stromboli volcano, and the best onions are grown south of the town and closest to the sea, where the soil is rich with sandy deposits that have blown into it over the 2,000 years since the onions were introduced to Calabria by the Phoenicians. Of course you can use any other variety – the pink French Roscoff are also especially good – but if you can't find really fresh red onions, forget about them; it's better to choose some beautiful sweet, juicy white onions instead.

When onions are slowly roasted like this they can be used for so many other things, too; for example, they are good mixed with roasted vegetables, especially aubergines, or crushed into a paste and served on toasted bread.

The mixing in of the grated Parmesan should be the final touch just before serving, so that it doesn't get soaked into the dressing: that is very important.

I also made this salad for a friend who is vegan, and instead of the Parmesan I pounded a handful of pine kernels with some extra virgin olive oil and just drizzled this over at the end.

їх приготування.

Якщо стручкова квасоля приготована правильно, вона легко розколється, коли її стискають пальцями вздовж шва. Я люблю робити невеликий трюк: розрізаю стручки уздовж, приблизно до половини їх довжини. Саме завдяки цьому стручки краще просочуються соусом, а дрібні шматочки цибулі-шалот, мигдалю та пармезану залишаються всередині — те, що неможливо зробити з цілими стручками. Завдяки поєднанню цілих і розрізаних стручків салат набуває цікавої текстури та стає набагато смачнішим і насиченішим.

Головний секрет унікального смаку полягає в насиченій солодкості червоної цибулі, яка повністю розкривається під час повільного запікання разом із лушпинням. Важливо також обрати правильну цибулю: вона має бути свіжою, соковитою та солодкою. Щоб не помилитися при виборі, звертайте увагу на зовнішній вигляд — цибулина повинна бути важкою на дотик і не виглядати сухою. Ми використовуємо Cipolle di Tropea — особливий сорт калабрійської цибулі, яка має статус захищеного географічного зазначення. Вона відома своєю надзвичайною солодкістю, завдяки якій її можна вживати майже сирію. Місто Тропеа розташоване на узбережжі з видом на вулкан Стромболі, а найкращу цибулю вирощують на південь від нього, ближче до моря. Там ґрунт особливо родючий завдяки піщаним відкладенням, що накопичувалися протягом двох тисячоліть — із часу, коли фінікійці вперше завезли цибулю до Калабрії. Звісно, можна використовувати й інші сорти, наприклад, рожеву французьку цибулю Роскоф, яка теж має чудовий смак. Однак, якщо вам не вдається знайти справді свіжу червону цибулю, краще відмовитися від неї зовсім і замінити її соковитою, солодкою білою.

Повільно обсмажена таким способом цибуля чудово підходить для різних страв. Її можна додавати до смажених овочів, особливо баклажанів, або перетворити на ніжне пюре й намазати на підсмажений хліб.

Третій пармезан слід додавати в самому кінці, перед подачею,

- **Serves 6**

**For the onions:**

- **coarse sea salt** 100g, plus an extra pinch
  - **red onions** 4 large
  - **red wine vinegar** 2 tablespoons
  - **extra virgin olive oil** 2 tablespoons
- For the beans:**

- **almonds** 120g, chopped
- **long green beans** 700g
- **shallot dressing** 3 tablespoons
- **Giorgio's dressing** 100ml
- **Parmesan** 200g, grated, plus a little extra for shaving

1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
2. Lay the almonds on a baking tray and put them into the oven for about 7 minutes, moving the tray around and giving it a shake occasionally so that the nuts become golden all over. Remove the tray from the oven, allow the nuts to cool then chop roughly.
3. To roast the red onions, scatter the sea salt over a roasting tray and lay the whole onions on top, still in their skins. Cover with foil and put into the preheated oven for 2 hours. They are ready when they feel quite soft to the touch but still give a little resistance. Take out of the oven and when just cool enough to handle, remove the skin and cut each onion in half. Put into a bowl.
4. Mix together the vinegar, oil and a pinch of salt. Pour over the onions, toss through and leave until completely cool.
5. Blanch the beans in boiling salted water for 4 minutes, depending on their thickness, until they are just tender but retain their bite:

щоб він не розчинився в соусі — це принципово важливо.

Я також готував цей салат для друга-вегана і замість пармезану розтер жменю кедрових горіхів з оливковою олією першого віджиму, а потім просто додав цю суміш перед подачею.

Інгредієнти на 6 порцій:

Для цибулі:

- 100 г морської солі грубого помелу + додаткова щіпка
- 4 великі червоні цибулини
- 2 столові ложки червоного винного оцту
- 2 столові ложки оливкової олії першого віджиму

Для квасолі:

- 120 г подрібненого мигдалю
- 700 г довгої стручкової квасолі
- 3 столові ложки заправки з цибулі-шалот
- 100 мл заправки за фірмовим рецептом Джорджіо
- 200 г пармезану, натертого на тертці (і трохи додатково для подачі)

1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
2. Викладіть мигдаль на деко і поставте в розігріту духовку приблизно на 7 хвилин. Періодично струшуйте деко, щоб горіхи рівномірно підсмажилися з усіх боків до золотистого кольору. Дістаньте деко з духовки, дайте горіхам охолонути, а потім подрібніть їх.
3. Посипте деко морською сіллю, викладіть цілу цибулину в лущинні, накрийте фольгою і поставте в розігріту духовку на 2 години. Цибуля буде готовою, коли стане м'якою на дотик, але все ще триматиме форму. Дістаньте з духовки, дайте

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>they should open out easily if you split them along their length. Then drain them under the cold tap to keep their bright green colour.</p> <p>6. I like to use the outer layers of onion for decoration. If you want to do this, take off the two outer layers of each onion half, keeping them in one piece, and put to one side. Chop the rest of the onion and mix into the beans, add the shallot dressing and Giorgio's dressing, season and toss all together.</p> <p>7. Arrange the outer layers of the onions around the outside of a large shallow dish to resemble a crown. Add the grated Parmesan to the bean and onion mixture and turn it all together gently, then spoon it into a mound in the centre of the crown of onions. Sprinkle the almonds on top and finish with some shaved Parmesan.</p>                                                                                                                                      | <p>охолонути, зніміть шкірку та розріжте кожну цибулину навпіл. Викладіть у миску.</p> <p>4. Змішайте оцет, олію та щіпку солі. Полийте цибулю, перемішайте і залиште до повного охолодження.</p> <p>5. Бланшуйте квасолю в киплячій підсоленій воді 4 хвилини. Квасоля має стати м'якою, але зберегти хрусткість: вона повинна легко розкриватися, якщо її розрізати вздовж. Після цього злийте гарячу воду і облийте квасоллю холодною, щоб зберегти яскраво-зелений колір.</p> <p>6. Зніміть два зовнішні шари з кожної половинки цибулі, зберігаючи їх цілими, і відкладіть убік. Решту цибулі наріжте і змішайте з квасолею. Додайте заправку з цибулі-шалот та заправку за фірмовим рецептом Джорджіо, приправте за смаком і перемішайте.</p> <p>7. Викладіть зовнішні шари цибулі по краях великої неглибокої тарілки, щоб вони нагадували корону. Додайте третій пармезан до суміші з квасолі та цибулі, акуратно перемішайте. Ложкою викладіть суміш у центр тарілки, формуючи горбок. Посипте зверху подрібненим мигдалем і притрусіть нарізаним пармезаном.</p> |
| <p style="text-align: center;"><b>Dressings</b></p> <p>I am always shocked at how many bottles of dressings and sauces there are in the supermarket, when it is so easy and so much better for you to make your own. Why not invest in some little squeeze bottles to put on that rack on the inside of the door of your fridge, and fill them up with some punchy dressings that you can pull out any time you need something with a kick of flavour to add to a salad, over some vegetables, or a piece of fish or meat. Grate some carrots, add some anchovy dressing from the fridge and you have a starter. The good thing about a squeeze bottle, as opposed to a jar, is that the contents don't come into contact with any utensils, like spoons that have been dipped into other sauces, so the dressings stay pristine. They are all made with oil and vinegar, so they will keep for up to a month, unless you have a son like Jack, in which</p> | <p style="text-align: center;"><b>Салатні заправки/ соуси</b></p> <p>Мене завжди дивує, скільки пляшечок з різними заправками та соусами можна знайти в супермаркетах, хоча приготувати їх вдома набагато простіше і вони виходять смачнішими. Чому б не купити кілька маленьких пляшечок, поставити їх на полицю в дверцятах холодильника і заповнити яскравими домашніми заправками? Так у вас завжди буде під рукою щось смачне для салату, овочів, риби чи м'яса. Натріть моркву, додайте трішки анчоусної заправки власного виробництва — і готово! На відміну від баночок, пляшка не контактує з посудом, наприклад, з ложками, які занурювались в інші соуси, тож заправки залишаються чистими та свіжими. Вони приготовані на основі олії та оцту, тому можуть зберігатися до місяця. Якщо, звісно, у вас не такий син, як Джек, тоді вони зникнуть вже за кілька днів.</p>                                                                                                                                                                                        |

case it will be a few days.

### Giorgio's dressing

This is my everyday dressing. I like a fresh, fruity, grassy, rounded oil, and so just over ten years ago we decided to experiment with producing our own oil in Sicily in partnership with the owner of the small Tenimenti Montoni estate, Antonio Alfano, to use in the restaurant and to sell. The patch of land is high up in the mountains of Cammarata, close to Enna, where they grow Nocellara and Biancolilla olives, and we planted an additional 3,000 olive trees at the top of the mountain which have now come to full production. The oil that they produce is unfiltered, green-gold in colour and full of flavours of tomato and artichoke and cut grass. We have bottles of every single vintage in the kitchen at Locanda, and every autumn when the first new oil comes in it is exciting, because there is always a subtle difference, depending on the season. One year a tempest came in from the sea and did a lot of damage to the trees, but we still managed to produce a beautiful oil. It is such a pleasure and a privilege to open each bottle and to feel that, yes, it has all the rich characteristics of a typical Sicilian oil, but it is also very personal, reflecting all the particularities of a piece of land that you know so well.

- **Makes about 375ml**
  - **sea salt** ½ teaspoon
  - **red wine vinegar** 3 tablespoons
  - **white wine vinegar** 2 tablespoons
  - **extra virgin olive oil** 300ml, preferably a fruity southern Italian one
1. Put the salt into a bowl.
  2. Add the vinegars and leave for a minute to allow the salt to dissolve.
  3. Whisk in the olive oil, with 2 tablespoons of water, until the liquids emulsify. Now you can pour the vinaigrette into a clean squeeze bottle and keep it in the fridge for up to a month. It will

### Заправка за фірмовим рецептом Джорджіо

Це моя улюблена заправка, яку я використовую щодня. Мені подобається свіжа, фруктова та трав'яниста олія з м'яким, округлим смаком. І ось чому понад десять років тому ми вирішили спробувати виробляти власну олію на Сицилії. Для цього ми почали співпрацювати з Антоніо Альфано, власником невеликого маєтку Tenimenti Montoni, щоб використовувати цю олію в ресторані та пропонувати її на продаж. Ця земельна ділянка розташована високо в горах Каммарата, неподалік від міста Енна, де вирощують оливки сортів Ночеллара та Б'янколілла. Ми також посадили ще 3 000 оливкових дерев на самій вершині гори, і вони вже дають повноцінні плоди. Олія, яку виробляють з них, нефільтрована, має зелено-золотистий відтінок і насичений аромат томатів, артишоків та свіжоскошеної трави. На нашій кухні в «Локанді» завжди є пляшки олії з кожного врожаю. Щоосені, коли з'являється перша нова партія продукції, це завжди особливий момент, адже кожен раз вона має свої відмінності і залежить все від сезону. Одного разу шторм із моря завдав серйозної шкоди деревам, але ми все ж змогли отримати чудову олію. Відкривати кожну пляшку — справжнє задоволення та привілей, адже вона має всі багаті характеристики справжньої сицилійської олії, але разом з тим залишається унікальною, відображаючи особливості цього куточку землі, який ти так добре знаєш.

Порція заправки становить 375 мл:

- ½ чайної ложки морської солі
  - 3 столові ложки червоного винного оцту
  - 2 столові ложки білого винного оцту
  - 300 мл олії першого віджиму, бажано фруктової південно-італійської
1. Висипте сіль у миску.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>separate out, so just give it a good shake before you use it.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>Додайте два види оцту та залиште на хвилину, щоб сіль повністю розчинилася.</li> <li>Збивайте оливкову олію з 2 столовими ложками води, доки суміш не стане однорідною. Готовий вінегрет (вінегретну заправку) перелийте в чисту пляшку і зберігайте в холодильнику до місяця. Оскільки він може розшаруватись, перед використанням просто добре збовтайте.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p style="text-align: center;"><b>Shallot dressing</b></p> <p>We use this dressing often for salads, especially when they include roasted onions, sometimes on its own and sometimes combined with Giorgio's dressing.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Makes 150ml</b></li> <li><b>long banana shallots</b> 2, or 4 small round ones, finely chopped</li> <li><b>sea salt and freshly ground black pepper</b></li> <li><b>red wine vinegar</b> 75ml</li> <li><b>extra virgin olive oil</b> 150ml</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>Put the shallots into a bowl and season, then add the vinegar.</li> <li>Leave to marinate for 12 hours in the fridge, then pass through a fine sieve and discard the vinegar. Put the onions into a sterilised jar and add the olive oil. You can keep this in the fridge for up to a month.</li> </ol> | <p style="text-align: center;"><b>Заправка з цибулі-шалот</b></p> <p>Цю заправку ми часто додаємо до салатів, особливо тих, де є смажена цибуля. Іноді використовуємо її окремо, а іноді поєднуємо з заправкою за фірмовим рецептом Джорджіо.</p> <p>Порція заправки становить 150 мл:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2 довгі цибулі сорту Банановий шалот або 4 маленькі круглі, дрібно нарізані</li> <li>морська сіль та чорний мелений перець</li> <li>75 мл червоного винного оцту</li> <li>150 мл оливкової олії першого віджиму</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>Помістіть цибулю-шалот у миску, приправте її, додайте оцет.</li> <li>Залиште маринуватися в холодильнику на 12 годин, після чого процідіть через дрібне сито і вилийте оцет. Перекладіть цибулю в стерилізовану банку, залийте оливковою олією. Зберігати в холодильнику можна до місяця.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Anchovy dressing</b></p> <p>Use a blender with a small cup (around 500ml). Blend into a dressing, and store in your squeeze bottle for up to a month.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Makes 200ml</b></li> <li><b>anchovy fillets in oil</b> 14</li> <li><b>extra virgin olive oil</b> 120ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p style="text-align: center;"><b>Заправка з анчоусів</b></p> <p>Використовуйте блендер із невеликою чашею (близько 500 мл). Приготуйте заправку та зберігайте її в закритій пляшці до місяця.</p> <p>Порція заправки становить 200 мл:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>14 філе анчоусів в олії</li> <li>120 мл оливкової олії першого віджиму</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>white wine vinegar</b> 3 tablespoons</li> <li>● <b>garlic</b> ½ a clove</li> <li>● <b>dried chilli</b> a pinch (optional)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 столові ложки білого винного оцту</li> <li>● ½ зубчика часнику</li> <li>● щіпка сушеного перцю чилі (за бажанням)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p style="text-align: center;"><b>Sun-dried tomato dressing</b></p> <p>Use a blender with a small cup (around 500ml). Blend into a dressing, and store in your squeeze bottle for up to a month.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Makes 200ml</li> <li>● sun-dried tomatoes 8 halves</li> <li>● extra virgin olive oil 100ml</li> <li>● white wine vinegar 2 tablespoons</li> <li>● fresh basil leaves 10</li> <li>● dried oregano a pinch</li> </ul>                                         | <p style="text-align: center;"><b>Заправка з в'ялених томатів</b></p> <p>Використовуйте блендер із невеликою чашею (близько 500 мл). Приготуйте заправку та зберігайте її в закритій пляшці до місяця. Порція заправки становить 200 мл:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 8 половинок в'ялених помідорів</li> <li>● 100 мл оливкової олії першого віджиму</li> <li>● 2 столові ложки білого винного оцту</li> <li>● 10 листочків свіжого базиліка</li> <li>● щіпка сушеного орегано</li> </ul>           |
| <p style="text-align: center;"><b>Black olive dressing</b></p> <p>Use a blender with a small cup (around 500ml). Blend into a dressing, and store in your squeeze bottle for up to a month.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Makes 200ml</b></li> <li>● <b>black olive tapenade</b> 2 tablespoons</li> <li>● <b>anchovy fillets in oil</b> 3</li> <li>● <b>garlic</b> ¼ a clove</li> <li>● <b>extra virgin olive oil</b> 80ml</li> <li>● <b>white wine vinegar</b> 1 tablespoon</li> </ul> | <p style="text-align: center;"><b>Заправка з чорних оливок</b></p> <p>Використовуйте блендер із невеликою чашею (близько 500 мл). Приготуйте заправку та зберігайте її в закритій пляшці до місяця. Порція заправки становить 200 мл:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 столові ложки тапенаду (густого соусу) з чорних оливок</li> <li>● 3 філе анчоусів в олії</li> <li>● ¼ зубчика часнику</li> <li>● 80 мл оливкової олії першого віджиму</li> <li>● 1 столова ложка білого винного оцту</li> </ul> |
| <p style="text-align: center;"><b>Onion and chard salad with broad bean purée</b></p> <p>This is a salad that we always made at home, because Margherita could eat everything but the chicory and chilli – although it was a shame she couldn't enjoy them too, because what I love about this is the contrast of the sweetness from the purée, the slight bitterness of the chard, the</p>                                                                                                               | <p style="text-align: center;"><b>Салат з цибулі та мангольду в поєднанні з квасолевим пюре</b></p> <p>Ми завжди готували цей салат вдома, адже Маргарита могла їсти майже все, окрім цикорію та перцю чилі. Шкода, що вона не могла їх спробувати, бо саме поєднання смаків робить цей салат особливим: ніжна солодкість пюре, легка гіркота мангольду, кисло-</p>                                                                                                                                                  |

sweet and sour of the onions, and the chilli. The chilli brings a lift and a liveliness to the salad; it needs to be a detectable flavour, so if you like you can increase the quantity of mild chillies, or use one hotter one instead.

When it first comes into season I like to substitute the Swiss chard with catalogna, one of the members of the big chicory family, which is similar to the Roman puntarelle, except that puntarelle has little spears inside whereas this one is all white-ish-light-green stems and darker green leaves that look a bit like those of a dandelion. In southern Italy catalogna grows wild everywhere, so when you buy your vegetables in the market, the stallholders will often give you a bunch of it as a present, in the way that they might give you a bundle of herbs at other times of the year. People eat it in all sorts of ways, often sautéed with chilli and garlic, or with ricotta. You could also use the blanched version, the Belgian endive, and just cut it into long strips. It will give you the bitterness, but the shapes and texture will be different.

Although you could make the salad with fresh or frozen broad beans (I am always wary of beans in tins, which may have unwanted 'agents' in them), I like to use dried beans. Yes, fresh beans have a fantastic flavour and vivid colour, but dried ones, when they have been soaked and cooked, have a natural viscosity that really helps to bring the purée to the hummus-like consistency that you are looking for. Dried beans are a great gift to humanity: you can keep them in the cupboard or freeze them, you can soak some and if you change your mind about using them straight away you still have 24 hours to use them. And even then, if you cook more than you need, you can cool them down and keep them in a container in the fridge to mix into salads.

When we have the wild fennel, *Finocchio selvatico*, that comes in from Sicily, I like to use it instead of the fennel seeds, or you could use the fronds from a bulb of Florence fennel, chopped very finely and added at the same stage.

I like to serve this with some thick slices of toasted bread so you can mound some of the purée on top then add some of the chard or

солодка нотка цибулі та чилі. Перець надає салату пікантності та насиченості. Його смак має відчуватися, тож, за бажання, можна додати більше м'якого чилі або замінити його на гостріший сорт.

У сезон я люблю замінювати мангольд на каталонський цикорій — один із видів цикорію. Він схожий на римський пунтарелле (спаржевий цикорій), але має свої особливості: у пунтарелле всередині є невеликі пагони, а каталонський цикорій вирізняється білувато-світло-зеленими стеблами та темно-зеленим листям, схожим на кульбабу. На півдні Італії каталонський цикорій росте в дикій природі майже всюди. Тому, коли ви купуєте овочі на ринку, продавці часто дають пучок цього цикорію в подарунок, так само, як у інші сезони дарують пучок зелені. Його можна готувати різними способами: найчастіше обсмажують з часником і чилі або поєднують з рикоттою. Також можна взяти бланшований бельгійський ендівій (цикорій салатний) та нарізати довгими смужками. Він додасть гіркоти, але текстура та форма будуть інші.

Салат можна приготувати як зі свіжою, так і з замороженою квасолею (я зазвичай обережно ставлюсь до консервованої, оскільки вона може містити небажані добавки), але я віддаю перевагу сушеній квасолі. Так, свіжа квасоля має чудовий смак і яскравий колір, але сушена, після замочування і варіння, набуває природної в'язкості, що допомагає досягти бажаної консистенції пюре, схожого на хумус. Сушені боби — справжній дарунок для людства: їх можна зберігати в шафі або заморозити, замочити за потреби, і якщо раптом змініте плани, у вас є ще 24 години, щоб їх використати. І навіть якщо ви приготували більше, ніж потрібно, ви можете охолодити боби та зберігати їх у контейнері в холодильнику, щоб потім додавати в салати.

Коли у нас є дикий фенхель (також відомий як Фіноккіо сельватіко), що привозять із Сицилії, я із задоволенням замінюю ним насіння фенхелю. Якщо ж його немає, можна використовувати дрібно нарізане листя цибулини флорентійського фенхелю, додаючи його на тому ж етапі приготування.

chicory and onion to get the full experience of sweet, sour, bitter – and a touch of heat.

- **Serves 6**
- **dried broad beans** 500g
- **white onions** 4 medium
- **olive oil** 150ml
- **fennel seeds** 1 teaspoon (or 50g wild fennel or fennel fronds, finely chopped)
- **white wine vinegar** 50ml
- **capers in vinegar** 2 tablespoons, drained and rinsed
- **sugar** 1 teaspoon
- **Swiss chard or catalogna chicory** 2 bunches
- **garlic** 1 clove, chopped
- **mild red chilli** 1, chopped
- **extra virgin olive oil**, to finish
- **sea salt and freshly ground black pepper**

1. Soak the beans in cold water overnight.
2. When ready to cook, chop one of the onions and heat 2 tablespoons of olive oil in a large pan. Add the onion and the fennel seeds, or wild fennel or fennel fronds, if using, and cook gently until the onion is soft and translucent.
3. Drain the beans from their soaking water and add to the pan with just enough fresh water to cover. Bring to the boil, then turn down to a simmer for about 1 hour, until tender. Transfer the beans to a blender along with any remaining cooking water (most of it will have been absorbed) and blend, adding 2 more tablespoons of the

Мені подобається подавати його з товстими скибочками підсмаженого хліба, на які можна покласти трохи пюре. А потім додати мангольд чи цикорій та цибулю, щоб отримати гармонійне поєднання солодкого, кислого, гіркого і злегка гострого смаку.

Інгредієнти на 6 порцій:

- 500 г сушеної квасолі
- 4 середні білі цибулі
- 150 мл оливкової олії
- 1 чайна ложка насіння фенхелю (або 50 г дикого фенхелю або дрібно нарізаного листя фенхелю)
- 50 мл білого винного оцту
- 2 столові ложки каперсів в оцті, відціджених і промитих
- 1 чайна ложка цукру
- 2 пучки мангольду або каталонського цикорію
- 1 зубчик часнику, подрібнений
- 1 м'який червоний перець чилі, подрібнений
- оливкова олія першого холодного віджиму для заправки
- морська сіль і чорний мелений перець

1. Замочіть квасолі на ніч у холодній воді.
2. Коли квасоля буде готова, подрібніть одну цибулину. Розігрійте 2 столові ложки оливкової олії в великій каструлі. Додайте цибулю та насіння фенхелю (або дикий фенхель, якщо використовуєте), і обережно обсмажуйте, поки цибуля не стане м'якою і напівпрозорою.
3. Відцідіть квасолі від води, в якій вона замочувалася і перекладіть її в каструлю, заливаючи достатньою кількістю

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>olive oil, a little at a time, until you have a quite smooth purée that resembles hummus in texture.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Chop the rest of the onions. In a separate pan, heat 2 more tablespoons of olive oil, add the onions and cook gently. When soft and translucent, add the vinegar, capers and sugar. Take off the heat, put the lid on the pan and leave to cool down.</li> <li>5. Cut the stems from the chard or chicory and blanch in boiling salted water for 3 minutes, adding the leaves for 2 more minutes until the stems are tender, then take off the heat and drain.</li> <li>6. Heat the rest of the olive oil in a large sauté pan, add the garlic and chilli and cook gently for 1 minute. Add the chard or chicory stems and leaves and sauté gently, so they take on the flavours of the garlic and chilli, but don't colour. Season, then take off the heat.</li> <li>7. Spread the broad bean purée over the base of a serving dish, then layer the chard or chicory and onions on top. Drizzle with extra virgin olive oil and finish with black pepper.</li> </ol> | <p>свіжої води, щоб повністю покрити. Доведіть до кипіння і варіть на повільному вогні приблизно 1 годину, поки квасоля не стане м'якою. Перекладіть квасолю разом з водою в блендер і подрібніть, додаючи поступово ще 2 столові ложки оливкової олії, щоб отримати однорідне пюре, схоже на хумус.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Наріжте решту цибулі. У окремій сковороді розігрійте ще 2 столові ложки оливкової олії, додайте цибулю і обсмажуйте до м'якості. Коли цибуля стане прозорою, додайте оцет, каперси та цукор. Зніміть з вогню, накрийте сковороду кришкою та залиште охолоджуватися.</li> <li>5. З мангольду або цикорію зріжте стебла і бланшируйте їх у киплячій підсоленій воді 3 хвилини. Додайте листя і готуйте ще 2 хвилини, поки стебла не стануть м'якими. Зніміть з вогню та відцідіть воду.</li> <li>6. У сотейнику розігрійте решту оливкової олії, додайте часник та перець чилі. Готуйте на повільному вогні 1 хвилину. Додайте стебла та листя мангольду або цикорію і обережно обсмажуйте, поки вони вберуть аромат часнику та чилі, але не змінять колір. Приправте і зніміть з вогню.</li> <li>7. Викладіть пюре з квасолі на тарілку, зверху покладіть мангольд або цикорій та цибулю. Полийте оливковою олією першого холодного віджиму та приправте чорним перцем.</li> </ol> |
| <p><b>Swiss chard with butter, Parmesan and baked eggs</b></p> <p>An egg and anything interesting that you have in the fridge is a really good meal. If I am at home by myself I love a fried egg; there is something very comforting about it, cooked slowly in a little bit of salted butter in a non-stick pan, so you really taste the flavour of the eggs – I am not a fan of eggs that have been fried hard and turn brown and crispy around the edges.</p> <p>Lately I have a penchant for the breakfast made for me by Willie Harcourt-Cooze, who supplies us with his single-estate chocolate: fried egg and smashed avocado on toasted bread, with a little chilli, salt, and some bitter cacao shaved over the top. It has become my favourite thing.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b>Мангольд з вершковим маслом, пармезаном і запеченими яйцями</b></p> <p>Навіть з яйця та чого-небудь цікавого, що є в холодильнику можна приготувати дійсно смачну страву. Коли я вдома наодинці, я часто готую яєчню. І є щось заспокійливе в тому, як вона повільно готується на антипригарній сковороді з невеликою кількістю підсоленого масла. Так смак яєць розкривається найбільше. Я не люблю, коли яйця пересмажуються і стають коричневими з хрусткими краями.</p> <p>Останнім часом я полюблюю куштувати сніданок, який готує для мене Віллі Харкорт-Кузе Цей чоловік постачає шоколад власного</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

And in a way this very straightforward combination of baked egg, Swiss chard and Parmesan touches the same comfort zone. I always think it is a good dish for kids who are not keen on vegetables, because Swiss chard is not known for its huge flavour. It has a sweetness that counteracts the overly bitter edge that other leaves can have, and the umami action of the Parmesan really helps to bring the elements together and makes the combination so delicious – but if you can't find chard, you can substitute fresh, or even frozen, spinach.

100g of Parmesan is great, but if you have 125g that is even better. And if you have an aged Parmesan of 24–36 months, which will have more depth of flavour, that's better still.

- **Serves 6**
- **Swiss chard 1.5kg**
- **sea salt and freshly ground black pepper**
- **butter 50g**
- **eggs 6**
- **Parmesan 100g, grated**

1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
2. Cut the stalks from the chard leaves. Blanch the stalks first in boiling salted water for 3 minutes, then add the leaves for a further 2 minutes. Drain, squeezing out the excess water with your hands.
3. Melt the butter in a pan, add the chard, season and toss in the butter briefly, then lift out into an ovenproof dish. Break the eggs on top, season, sprinkle with the Parmesan and put into the preheated oven for about 8–10 minutes, until the whites of the eggs are cooked but the yolks are still soft and the Parmesan is golden.
4. Take out of the oven and serve straight away.

виробництва для нашого ресторану. Смажене яйце з розчавленим авокадо на підсмаженому хлібі, з дрібною перцю чилі, солі та трохи гіркого какао, натертого зверху — тепер моя улюблена страва. І в чомусь поєднання запеченого яйця, мангольду і пармезану викликає таке ж відчуття насолоди. Я вважаю цю страву хорошим варіантом для дітей, які не дуже люблять овочі, адже мангольд не має різкого смаку. Він має солодку нотку, яка врівноважує гіркоту, що може бути у деяких інших овочів. А пармезан допомагає зв'язати все разом і робить цю комбінацію надзвичайно смачною. Якщо ж ви не можете знайти мангольд у місцевих магазинах, його можна замінити свіжим або навіть замороженим шпинатом.

100 грам пармезану — це чудово, а 125 грам — ще краще. Але якщо ви знайшли пармезан 24-36 місяців витримки, який має насиченіший смак, то це взагалі ідеально.

Інгредієнти на 6 порцій:

- 1,5 кг мангольду
- морська сіль та чорний мелений перець за смаком
- 50 г вершкового масла
- 6 яєць
- 100 г пармезану, тертого

1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
2. Відокремте стебла від листя мангольду. Спочатку бланшуйте стебла в киплячій підсоленій воді протягом 3 хвилин, потім додайте листя і тримайте ще 2 хвилини. Відцідіть і добре віджміть зайву воду.
3. Розтопіть вершкове масло на сковороді, додайте мангольд, приправте за смаком і трохи обсмажте, після чого перекладіть в форму для запікання. Розбийте яйця зверху, приправте, посипте тертим пармезаном і поставте в духовку на 8-10 хвилин, поки білки не схопляться, а жовтки залишаться

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>м'якими, а пармезан не підрум'яниться.</p> <p>4. Вийміть з духовки і одразу подавайте до столу.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p style="text-align: center;"><b>Aubergines x 4</b></p> <p>I can't think of many ingredients that captivate me in the way that aubergines do. They are so much a part of Italian culture, but over and above the beauty of their many colours – which go from marbled cream and violet to inky purple – I love the aubergine's great capacity to transform itself and agree with flavours and ideas from other cultures. In all the years I have been cooking, the aubergine has surprised me many, many times, and I know that, when I am not expecting it, it will happen again. What is special is that sponginess of texture that you can use to great advantage to absorb other flavours, which, in turn, enhance the slightly bitter flavour of the aubergine, rather than obscuring it.</p> <p>My first real aubergine revelation, many years ago, was caponata, that Sicilian explosion of sweet and sour vegetables. Then in a fantastic Turkish restaurant in North London, I watched the chef/owner bury a whole aubergine in the ash of a fire pit, so it was protected all around and the skin didn't touch any direct heat. He left it for about 10 minutes then held it upright by its little stalk, peeled it and roughly chopped it with spring onions, seasoned it with lemon juice and salt and pepper and it was so delicious: fresh, yet smoky. I have done the same thing many times since in the summer, burying the aubergines in the ashes of a barbecue. And one of my latest favourite ways to eat aubergine is roasted, covered with miso paste.</p> <p>It is easy to forget that aubergines have a season, which in the Mediterranean lasts through the summer to autumn. A medium-sized aubergine that is perfectly ripe has a great freshness about it, whereas the older and bigger the fruit, the more bitter it becomes.</p> <p>To prepare the aubergines for each recipe (apart from the caviar), slice them crossways into 1cm-thick slices. Sprinkle with sea salt and put into a colander to drain for 2 hours to remove some of their bitterness, then rinse and pat dry.</p> <p>Each recipe overleaf makes enough for 6.</p> | <p style="text-align: center;"><b>Баклажани (4 способи приготування)</b></p> <p>Важко знайти інгредієнти, які б зачаровували мене так, як баклажани. Вони стали невід'ємною частиною італійської кухні, але крім їхньої вражаючої палітри кольорів — від мармурово-кремових до насичено фіолетових і майже чорних відтінків — мене вражає їхня здатність змінюватися та ідеально доповнювати смаки та кулінарні традиції різних культур. За всі роки, що я готую, баклажани не раз мене дивували, і я впевнений, що це станеться знову, коли я цього найменше очікуватиму. Їхня особливість — пориста текстура, яка чудово вбирає інші смаки, посилюючи при цьому легку гірчинку овочів, а не перекриваючи її.</p> <p>Багато років тому моє уявлення про баклажани назавжди змінила капоната — сицилійська страва, яка вражає своїм кисло-солодким смаком овочів. Тоді в чудовому турецькому ресторані на півночі Лондона, я став свідком того, як шеф-кухар-власник закладу занурював цілий баклажан у попіл, аби він був захищений з усіх боків і шкірка не піддавалася прямому контакту з вогнем. Він залишив баклажан приблизно на 10 хвилин, потім, тримаючи його за маленьку плодоніжку, почистив від шкірки і нарізав. Додав свіжу зелену цибулю, приправив лимонним соком, сіллю та перцем. Смак вийшов неперевершеним: освіжаючий, з легкою димною ноткою. З того часу я часто повторюю цей спосіб улітку, закопуючи баклажани в попіл після барбекю. А один з моїх останніх улюблених варіантів — смажені баклажани, покриті пастою місо.</p> <p>Варто пам'ятати, що баклажани ростуть в певний сезон: у Середземномор'ї він триває від літа до осені. Ідеально дозрілий плід середнього розміру вирізняється приємною свіжістю, тоді як більші та старіші баклажани набувають більш вираженої гіркоти.</p> <p>Щоб підготувати баклажани для приготування кожної страви (окрім ікри), наріжте їх кружальцями завтовшки 1 см. Посипте морською сіллю та залиште в друшляку на 2 години, щоб позбутися</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>гіркоти. Потім промийте під водою й ретельно обсушіть.</p> <p>Кожен із наведених на наступній сторінці рецептів розрахований на 6 порцій.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Char-grilled and marinated</b></p> <p>This can be a starter or side dish with grilled or roast meat. If you are having a barbecue, you can put the aubergines on the grill first, and have them marinating, while cooking the meat.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prepare 3 aubergines as here, season with sea salt and freshly ground black pepper, drizzle with olive oil and put on a griddle pan (or barbecue) until the flesh is soft and the skin is marked on both sides (alternatively you can pan-fry them in a non-stick pan with no olive oil over a very low heat until they dry out and become light golden), then lay the slices in a serving dish.</li> <li>2. With a pestle and mortar, make a marinade by crushing 2 cloves of garlic to a paste, then adding 4 anchovy fillets (drained of their oil) and 20 fresh mint leaves.</li> <li>3. Continue to pound the ingredients, adding a chopped hot red chilli and 2 pinches of dried oregano, and finally 4 tablespoons of white wine vinegar and 4 tablespoons of extra virgin olive oil.</li> <li>4. Pour the marinade over the aubergine slices. You can eat them straight away, but they are better kept in the fridge overnight, so that the aubergines really absorb the flavours.</li> </ol> | <p><b>Смажені на грилі та мариновані баклажани</b></p> <p>Ця страва може стати чудовою закускою або гарніром до м'яса приготованого на грилі чи смаженого м'яса. Якщо ви готуєте на грилю, спочатку покладіть баклажани на поверхню, щоб вони встигли промаринуватися, поки ви готуєте основну страву.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Підготуйте 3 баклажани за цим рецептом: посоліть морською сіллю, приправте свіжомеленим чорним перцем, збризніть оливковою олією та викладіть на сковороду-гриль (або барбекю). Обсмажуйте, поки внутрішня частина не стане м'якою, а шкірка — золотистою з обох боків. Або приготуйте їх на антипригарній сковороді без олії на слабкому вогні, поки вони не підсохнуть і не набудуть світло-золотистого відтінку. Викладіть готові баклажани на тарілку.</li> <li>2. У ступці розітріть 2 зубчики часнику до пастоподібного стану. Додайте 4 філе анчоусів (попередньо зливши олію) та 20 листочків свіжої м'яти.</li> <li>3. Продовжуйте товкти, поступово додаючи подрібнений гострий червоний перець чилі та 2 щіпки сушеного орегано. Влийте 4 столові ложки білого винного оцту та 4 столові ложки оливкової олії першого холодного віджиму, ретельно перемішайте.</li> <li>4. Полийте баклажани маринадом. Їх можна їсти одразу, але краще поставити в холодильник на ніч, щоб вони добре ввібрали всі аромати.</li> </ol> |
| <p><b>Caviar</b></p> <p>This is good as a starter, cooled and spread on bruschetta, or served hot with lamb (you can add some chopped mint at the end).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.</li> <li>2. Take 3 large aubergines and cut them in half lengthways, but keep them in pairs.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p><b>Ікра баклажанна</b></p> <p>Вона стане чудовою закускою: можна охолодити і намазати на брускету, або ж подати гарячою з ягнятиною (перед подачею можна додати трохи подрібненої м'яти).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).</li> <li>2. Візьміть 3 великі баклажани, розріжте їх уздовж навпіл, але не</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Lay a sprig of rosemary and a slightly crushed clove of garlic over one half of each aubergine. Sprinkle with a little sea salt, then put the halves back together and wrap in foil.</li> <li>4. Bake in the preheated oven for around 1½ hours, until the aubergines feel soft to the touch.</li> <li>5. Take out of the oven, discard the rosemary and garlic, scoop out the aubergine flesh and roughly chop it.</li> <li>6. Heat some olive oil in a large sauté pan, add around 10 finely chopped spring onions and cook them gently until just soft, then add the aubergine and cook until the flesh begins to dry out.</li> <li>7. Add a tablespoon of tomato purée and cook for another 5 minutes. Taste and season.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>відокремлюйте частини.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. На кожен половинку покладіть гілочку розмарину і трохи роздавлений зубчик часнику, посипте морською сіллю, потім складіть половинки разом і загорніть у фольгу.</li> <li>4. Запікайте в розігрітій духовці близько 1½ години, поки баклажани не стануть м'якими.</li> <li>5. Дістаньте з духовки, викиньте розмарин і часник, вийміть м'якоть баклажанів і наріжте її.</li> <li>6. У сотейнику розігрійте трохи оливкової олії, додайте 10 дрібно нарізаних цибулин і обсмажте до м'якості, потім додайте баклажани і готуйте, поки м'якоть не почне підсихати.</li> <li>7. Додайте столову ложку томатного пюре і готуйте ще 5 хвилин. Спробуйте на смак і приправте за потреби.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p style="text-align: center;"><b>Parmigiana</b></p> <p>This is a meal in itself, like a lasagne but with aubergine instead of pasta. You need around 1.5 litres of tomato passata and around 300g of Parmesan. Some people like to add mozzarella (you will need 2 x 120g) and chopped cooked ham (around 5 slices), but these are optional.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.</li> <li>2. Take about 7 aubergines, prepared as here. Either pan-fry the slices in olive oil (the traditional way) or grill them, brushed with a little oil. If you have fried them, drain them on kitchen paper before assembling.</li> <li>3. Start by spreading a ladleful of tomato passata thinly over the base of a deep oven dish (this layer should be just enough to coat the aubergine, which goes in next, and not any thicker, or it will make the aubergine too wet).</li> <li>4. Now put in your layer of aubergine slices, almost overlapping them to avoid any gaps.</li> <li>5. Sprinkle with plenty of grated Parmesan and a few leaves of basil. If using mozzarella, dot some pieces over the top, and if using cooked ham, scatter in some pieces here, too.</li> <li>6. Repeat the layers (ideally you should have around 7 layers of</li> </ol> | <p style="text-align: center;"><b>Парміджана з баклажанів</b></p> <p>Це повноцінна страва, схожа на лазанью, але замість макаронів тут використовуються баклажани. Вам знадобиться приблизно 1,5 літра томатної пасты та близько 300 грам пармезану. Дехто додає моцарелу (2 упаковки по 120 грам) і нарізану варену шинку (близько 5 шматочків), але це не обов'язково.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).</li> <li>2. Підготуйте близько 7 баклажанів, нарізавши їх, як описано вище. Обсмажте скибочки на оливковій олії (це класичний спосіб) або запікайте на грилі, попередньо змастивши їх олією. Якщо обсмажували на сковороді, дайте зайвій олії стекти, поклавши скибочки на паперовий рушник.</li> <li>3. Почніть з того, щоб тонким шаром викласти повну ложку томатної пасты на дно глибокої форми для запікання. Цей шар має лише покривати дно, щоб наступний шар баклажанів не став занадто вологим.</li> <li>4. Далі викладіть шар баклажанів, розташуйте скибочки майже внахлест, щоб не залишалося прогалин.</li> <li>5. Присипте тертим пармезаном та додайте кілька листочків базилика. Якщо використовуєте моцарелу, розкладіть невеликі</li> </ol> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>aubergine), finishing with plenty of Parmesan.</p> <p>7. Put into the preheated oven for 30 minutes until golden on top.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>шматочки зверху. Якщо додаєте шинку, розподіліть її нарізані шматочки тут же.</p> <p>6. Повторюйте шари (в ідеалі у вас повинно вийти близько 7 шарів баклажанів). Завершіть верхній шар щедрою порцією пармезану.</p> <p>7. Запікайте у розігрітій духовці 30 хвилин, доки верх страви не стане золотистим.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p style="text-align: center;"><b>Pickled</b></p> <p>This will make enough to fill 2 small jars and is a great accompaniment for prosciutto and other antipasti.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prepare 3 aubergines as here, but cut into slices of only around 5mm thick before salting.</li> <li>2. Slice again into 5mm strips.</li> <li>3. Bring 300ml of water, 300ml of white wine vinegar and 300ml of white wine to the boil with a teaspoon of sea salt.</li> <li>4. Put in the aubergine with 2 whole cloves of garlic and cook for 3 minutes, then drain in a colander and pat dry. If you like, you can keep the liquid and store it in the fridge in a plastic container to use next time.</li> <li>5. Sterilise 2 jars, pack them with the aubergine, garlic and add a sprig of rosemary and a few slices of chilli.</li> <li>6. Cover with extra virgin olive oil. You can store the jars for a month as long as the aubergine is completely submerged.</li> </ol> | <p style="text-align: center;"><b>Мариновані баклажани</b></p> <p>Цього вистачить, щоб наповнити 2 маленькі баночки. Така закуска стане чудовим доповненням до прошутто та інших антипасто.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Підготуйте 3 баклажани, нарізавши їх скибочками товщиною близько 5 мм перед тим, як посолити.</li> <li>2. Поріжте скибочки на смужки товщиною 5 мм.</li> <li>3. Доведіть до кипіння 300 мл води, 300 мл білого винного оцту та 300 мл білого вина, додавши чайну ложку морської солі.</li> <li>4. Додайте до баклажанів 2 цілих зубчики часнику та варіть протягом 3 хвилин. Потім відкиньте їх на друшляк і просушіть. Якщо бажаєте, збережіть рідину в пластиковому контейнері в холодильнику для наступного використання.</li> <li>5. Простерилізуйте 2 банки, щільно укладіть туди баклажани, часник, гілочку розмарину та кілька скибочок перцю чилі.</li> <li>6. Залийте все оливковою олією першого віджиму. Такі баночки можна зберігати до місяця, за умови, що баклажани повністю залиті олією.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Aubergine and sun-dried tomato salad with wild garlic</b></p> <p>At one time I used to like to make a carpaccio of aubergines: slicing them very thinly, salting, draining them, rinsing and patting them dry, then grilling them and serving them with chimichurri, and at some point that idea developed into this salad. We make it with thicker slices of aubergine, char-grilled and then combined with the sharp kick of spring onions and the sweetness of oven-roasted or sun-dried tomatoes. I like to keep a big bowlful of it in the fridge at home to pull out and have with grilled fish or meat, or just with some toasted bread and maybe some</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p style="text-align: center;"><b>Салат з баклажанів, в'ялених томатів та черемши</b></p> <p>Раніше мені подобалося готувати карпаччо з баклажанів: тонко нарізати, посолити, дати стекти соку, потім промити, висушити, запекти на грилі та подати з чимічуррі. Згодом ця ідея перетворилася на рецепт цього салату. Зазвичай ми готуємо його з товстих скибочок баклажанів, попередньо обсмажених на грилі, а також додаємо гостру зелену цибулю та солодкі запечені чи в'ялені помідори. У моєму холодильнику завжди є велика миска цього салату – він чудово поєднується з рибою, м'ясом на грилі або просто з підсмаженим</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

burrata.

- **Serves 6**
  - **aubergines** 3 large
  - **sea salt and freshly ground black pepper**
  - **red onions** 3
  - **white wine vinegar** 1 tablespoon
  - **olive oil**
  - **sun-dried or oven-roasted tomatoes** 18
  - **wild garlic leaves** 6, when in season, finely chopped (or 1 garlic clove, crushed and then chopped with 1 tablespoon of fresh flat-leaf parsley leaves)
  - **Giorgio's dressing** 3 tablespoons
1. With a peeler, take off four vertical strips of peel from each aubergine at equal intervals to create a stripy appearance, then slice crossways, 1cm thick. Sprinkle with sea salt and put into a colander to drain for 2 hours, to remove some of the bitterness, then rinse and pat dry.
  2. Meanwhile, preheat the oven to 180°C/gas 4.
  3. Put the onions, still with their skins on, into a roasting tin, sprinkle with some more sea salt and roast for 2 hours – if you squeeze them gently they should be soft.
  4. When cool enough to handle, take off the onion skins and cut the flesh into strips. Sprinkle with the white wine vinegar and a little more sea salt and set aside in a serving dish.
  5. Season the slices of aubergine, drizzle with olive oil and cook on a hot griddle pan (or barbecue) until soft and marked on both sides (alternatively, pan-fry them in some olive oil until golden). Allow to cool, then cut into strips of a similar thickness to the onions and

хлібом і бурратою.

Інгредієнти на 6 порцій:

- 3 великі баклажани
  - Морська сіль і свіжомелений чорний перець
  - 3 червоні цибулини
  - 1 столова ложка білого винного оцту
  - Оливкова олія
  - 18 в'ялених або запечених у духовці помідорів
  - 6 листків черемші (в сезон), дрібно нарізаних (або 1 зубчик часнику, роздавлений і подрібнений з 1 столовою ложкою свіжого листя плоскої петрушки)
  - 3 столові ложки заправки за фірмовим рецептом Джорджіо
1. За допомогою овочечистки зніміть з кожного баклажана чотири вертикальні смужки шкірки через рівні проміжки. Потім наріжте кружальцями завтовшки 1 см. Посипте морською сіллю й залиште в друшляку на 2 години, щоб стекла зайва рідина й зникла гіркота. Після цього промийте та ретельно обсушіть.
  2. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
  3. Викладіть цибулю разом із шкіркою у форму для запікання, посипте морською сіллю і запікайте 2 години. Готовість перевіряйте, злегка стиснувши — вона має бути м'якою.
  4. Коли цибуля охолоне, зніміть шкірку та наріжте м'якоть соломкою. Збризніть білим винним оцтом, додайте ще трохи морської солі та відкладіть у тарілку для подачі.
  5. Приправте скибочки баклажанів, збризніть оливковою олією та обсмажте на розпеченій сковороді-гриль (або барбекю), доки вони не стануть м'якими та зарум'яненними з обох боків (або

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>mix with the sun-dried or oven-roasted tomatoes in a serving dish.</p> <p>6. Toss the wild garlic leaves, or parsley and garlic, through the aubergine and onions with the dressing, then taste and season if necessary.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>обсмажте на сковороді в оливковій олії до золотистого кольору). Дайте охолонути, потім наріжте смужками такої ж товщини, як і цибулю, і змішайте з в'яленими або запеченими томатами в тарілці для подачі.</p> <p>6. Наостанок додайте до баклажанів і цибулі листя черемші або петрушки та часник разом із заправкою. Скуштуйте та приправте за смаком, якщо потрібно.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p style="text-align: center;"><b>Winter brassica and potato salad</b></p> <p>This is the kind of chunky, sturdy winter salad that you can put into the fridge and it will be better the day after you make it. It is good on its own, or to put on the table to extend a family meal. You could use Savoy cabbage, but cavolo nero has a bitterness that really helps. Sometimes I like to add a spoonful of good sauerkraut from a jar on top – the vinegariness and slight spice works really well.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Serves 6</b></li> <li>● <b>coarse sea salt</b> 100g</li> <li>● <b>red onions</b> 4 medium</li> <li>● <b>white wine vinegar</b> 3 tablespoons</li> <li>● <b>extra virgin olive oil</b> 2 tablespoons</li> <li>● <b>sea salt and freshly ground black pepper</b></li> <li>● <b>potatoes</b> 4 medium</li> <li>● <b>romanesco</b> 1 medium head, separated into florets</li> <li>● <b>cauliflower</b> 1 head, separated into florets</li> <li>● <b>cavolo nero</b> around 300g, spines removed and leaves cut into large pieces</li> <li>● <b>red cabbage</b> 1 small head, sliced</li> <li>● <b>shallot dressing</b> 6 tablespoons</li> </ul> | <p style="text-align: center;"><b>Зимовий салат із капустяних овочів та картоплі</b></p> <p>Цей ситний та насичений зимовий салат можна покласти в холодильник, і наступного дня він стане ще смачнішим. Його можна подавати окремо або як доповнення до сімейної трапези. Для цього салату чудово підійде савойська капуста (кучерява капуста), але капуста кале (тосканська/чорна капуста) має гірчинку, яка додає особливого смаку. Іноді я додаю зверху ложку квашеної капусти — її кислинка та легка гострота відмінно гармонує з іншими смаками.</p> <p>Інгредієнти на 6 порцій:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 100 г морської солі крупного помелу</li> <li>● 4 середні червоні цибулини</li> <li>● 3 столові ложки білого винного оцту</li> <li>● 2 столові ложки оливкової олії першого віджиму</li> <li>● морська сіль і свіжомелений чорний перець — за смаком</li> <li>● 4 середні картоплини</li> <li>● 1 середня головка Романеско, розділена на суцвіття</li> <li>● 1 головка цвітної капусти, розділена на суцвіття</li> <li>● близько 300 г капусти кале, видалити колючки і нарізати листя великими шматками</li> <li>● 1 невеликий качан червоноголової капусти, нарізаний</li> <li>● 6 столових ложок заправки з цибулі-шалот</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.</li> <li>2. To roast the red onions, scatter the sea salt over a roasting tray and lay the whole onions on top, still in their skins. Cover with foil and put into the preheated oven for 2 hours. They are ready when they feel quite soft to the touch but still give a little resistance. Take out of the oven, and when just cool enough to handle remove the skin and cut each onion in half. Put into a bowl.</li> <li>3. Mix together the vinegar, oil and a pinch of salt. Pour over the onions, toss through and leave until completely cool.</li> <li>4. Cook the potatoes (skin on) in boiling salted water until tender, then cool, peel and slice.</li> <li>5. Halve any large florets of romanesco and cauliflower: you want all the pieces to be of a similar size so that they cook consistently.</li> <li>6. Bring a large pan of salted water to the boil, put in the romanesco for about 3 minutes, depending on the size of the florets, until the pieces are just tender, but still have a little bite, then lift out with a slotted spoon and transfer to a bowl. Repeat with the cauliflower, again cooking for 3 minutes, then the cavolo nero, but cook this for just 1 minute. Finally put in the red cabbage for 4 minutes. When you lift out the red cabbage put it into a separate bowl, or it will stain the other leaves.</li> <li>7. In a large bowl, crush the potatoes a little and toss with the romanesco, cauliflower, cavolo nero, red onions and 5 tablespoons of the shallot dressing, then season. Transfer to a serving dish. Season the red cabbage and toss with the remaining shallot dressing, then spoon on top of the salad.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).</li> <li>2. Для запікання червоної цибулі посипте деко морською сіллю і викладіть на нього цілу цибулину в лущинні. Накрийте фольгою і поставте в розігріту духовку на 2 години. Перевірте готовність: цибуля повинна бути м'якою на дотик, але трохи пружною. Вийміть з духовки, дайте охолонути, зніміть шкірку і розріжте кожну цибулину навпіл. Покладіть у миску.</li> <li>3. Змішайте оцет, олію та дрібку солі. Полийте цибулю, перемішайте і залиште до повного охолодження.</li> <li>4. Зваріть картоплю (у шкірці) в киплячій підсоленій воді до м'якості. Потім охолодіть, зніміть шкірку та нарежте скибочками.</li> <li>5. Розріжте великі суцвіття романеско та цвітної капусти навпіл: усі шматочки мають бути приблизно однакового розміру, щоб вони рівномірно приготувалися.</li> <li>6. Доведіть до кипіння підсолену воду у великій каструлі. Покладіть романеско на 3 хвилини (залежно від розміру суцвіть), поки вони не стануть м'якими, але зберігатимуть трохи хрумкості. Вийміть шумівкою і перекладіть у миску. Повторіть з цвітною капустою (3 хвилини), потім покладіть капусту кале і варіть лише 1 хвилину. Завершіть червоноголовою капустою — варіть 4 хвилини. Вийміть і покладіть в окрему миску, щоб вона не забруднила інші овочі.</li> <li>7. У великій мисці трохи розімніть картоплю та змішайте з романеско, цвітною капустою, капустою кале, червоною цибулею та 5 столовими ложками заправки з цибулі-шалот. Приправте за смаком. Перекладіть у сервірувальну тарілку. Приправте червоноголову капусту та змішайте з рештою заправки, потім викладіть її зверху на салат.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Anchovy and chicory salad with lemon compote</b></p> <p>This is one of my favourite salads: it is like a little winter garden of different varieties and colours of chicory all laid down in front of you:</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p style="text-align: center;"><b>Салат з анчоусів та цикорію з лимонним компоте</b></p> <p>Це один з моїх улюблених салатів: він нагадує маленький зимовий сад з різних сортів і кольорів цикорію. Наприклад, зеленого</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

green puntarelle, which is the speciality of Rome, round, pink-and-cream-speckled Castelfranco when it comes into season in November, and crimson-and-white-veined radicchio. I like a mix of the long Treviso radicchio which comes from the Veneto, and, in the months between November and March, radicchio tardivo. This is the same variety of chicory, but it has a much more pronounced flavour thanks to an old, ingenious process of cutting and packing the heads of radicchio in baskets in dark forcing sheds with spring water running through. The roots stay immersed in the water and after about ten days, amazing new, crisp, red and white hearts appear and the outer leaves are stripped away.

A winter salad is different to a spring or summer salad: when those delicate, tender leaves are no longer in season what you must have is crunch and character, and I like the bitterness that you get from leaves and vegetables like chicory and artichokes; it is something I have come to enjoy even more as I have got older. We seem to have pulled away from bitterness in our foods, but apart from the extra edge of flavour that it adds, bitter is good for the digestion and helps your liver to function properly.

The green sauce is similar to a classic salsa verde but made without egg or bread, and with some spinach put in with the herbs, and finally there is a little Sicilian soul from the addition of the lemon and chilli compote, which is a bit like a jam with attitude.

It is easy to buy anchovy fillets already marinated in vinegar and oil for this recipe, but try to choose ones in a quite gentle marinade, as some can be too harsh and vinegary. At Locanda we marinate our own fresh anchovies, and it is easy to do if you can find the fresh fish.

#### **To marinate your own anchovies**

You will need around 1kg. Take off the heads, then run your thumbnail along the backbone to remove the fillets and wash them well under running water to remove any traces of blood, which will make the anchovies taste bitter.

Make the marinade by putting 300ml of white wine vinegar and 50g of sea salt into a pan with 500ml of water. Bring to the boil, stirring

пунтарелле — особливості традиційної римської кулінарії. Або ж круглого кастельфранко з рожево-кремовими цятками, сезон цвітіння якого починається в листопаді. І звичайно, малинового радиккіо з білими прожилками. Мені подобається поєднання довгого червоного цикорію сорту радиккіо Тревізо, який вирощують у регіоні Венето та сорту радиккіо Тердіво, який зазвичай цвіте з листопада по березень. Ці сорти схожі, але смак останнього набагато вирізніший саме завдяки давньому й унікальному методу обробки: головки радиккіо нарізають і викладають у кошики, залишаючи їх у темних підвалах, крізь які тече джерельна вода. Коріння залишається у воді, і вже за десять днів виростають нові хрусткі червоно-білі серцевини, тоді як зовнішні листя видаляють.

Зимовий салат відрізняється від весняного чи літнього: коли ніжне листя вже не в сезоні, головне — це хрустка текстура і виразний смак. Мені подобається легка гірчинка, яку дають листя та овочі, такі як цикорій та артишоки. З часом я почав насолоджуватися цим смаком ще більше. Здається, ми відвикли від гіркоти у стравах. Але окрім того, що вона додає особливу смакову нотку, гіркота ще й корисна для травлення та підтримує здорову роботу печінки.

Зелений соус нагадує класичну сальсу-верде, але готується без яєць і хліба. До нього додають шпинат, зелень, а особливу сицилійську нотку дає компоте з лимону та перцю чилі — щось середнє між джемом і пікантною приправою.

Для приготування цієї страви можна використати вже готове філе анчоусів, замариноване в оцті та олії. Однак варто обрати філе в м'якому маринаді, оскільки деякі можуть бути занадто різкими та кислими. У «Локанді» ми маринуємо свіжі анчоуси власноруч, і зробити це дуже легко, все, що потрібно — свіжа риба.

#### **Щоб замаринувати анчоуси:**

Вам потрібно близько 1 кг анчоусів. Спочатку відріжте голови, потім обережно проведіть пальцем уздовж хребта, щоб відокремити філе. Добре промийте рибу під водою, щоб прибрати залишки крові, які можуть надавати гіркоти смаку.

until the salt has dissolved, then take from the heat and leave to cool down. Put the anchovy fillets into the marinade and leave them in the fridge for 4 hours, moving them around from time to time to make sure they are all completely covered, then lift out and drain in a colander. Put the anchovies into a bowl with 2 chopped cloves of garlic, around 20 large fresh parsley leaves and 10 black peppercorns, then pour in enough extra virgin olive oil to cover. Make sure the anchovies are completely submerged. Once under the oil, the anchovies will keep in the fridge for up to two weeks.

- **Serves 6**
- **sea salt**
- **potatoes** 4 large, skin on, washed Giorgio's dressing 200ml
- **puntarelle** 1 small head
- **radicchio di Treviso** 1
- **radicchio di Castelfranco** 1
- **radicchio tardivo** 1
- **marinated anchovy fillets** about 500g (or about 10 per person)

**For the lemon compote:**

- **lemons** 10
- **caster sugar** 200g
- **mild red chilli** ½

**For the green sauce:**

- **spinach leaves** 80g
- **salted anchovies** 6
- **garlic** 1 clove, peeled
- **fresh flat-leaf parsley** 100g

Приготуйте маринад: в каструлю налейте 300 мл білого винного оцту і 50 г морської солі, додайте 500 мл води. Доведіть суміш до кипіння, помішуючи, поки сіль повністю розчиниться. Потім зніміть з вогню і дайте охолонути. Покладіть філе анчоусів у маринад і залиште в холодильнику на 4 години, періодично перевертаючи, щоб воно рівномірно просолилося. Після цього перекладіть анчоуси у друшляк та зачекайте поки стече вся рідина. Покладіть їх у миску з 2 подрібненими зубчиками часнику, 20 великими листочками свіжої петрушки і 10 горошинами чорного перцю. Залийте оливковою олією першого холодного віджиму, щоб анчоуси були повністю занурені в неї. У такому вигляді анчоуси можна зберігати в холодильнику до двох тижнів.

**Інгредієнти на 6 порцій:**

- 50 г морської солі
- 4 великі картоплини, зі шкіркою, вимиті
- 200 мл заправки за фірмовим рецептом Джорджіо
- 1 маленька головка пунтарелле
- 1 головка цикорію сорту радіккіо ді Тревизо
- 1 головка цикорію сорту радіккіо ді Кастельфранко
- 1 головка цикорію сорту радіккіо Тардіво
- 500 г маринованого філе анчоусів (або близько 10 г на людину)

**Для приготування лимонного компоте:**

- 10 лимонів
- 200 г цукрової пудри

**Для приготування зеленого соусу:**

- 80 г листя шпинату

- **white wine vinegar** 1 tablespoon
- **extra virgin olive oil** 200ml

1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
2. Scatter a little sea salt over a baking tray, put the potatoes on top and bake in the preheated oven for at least 40 minutes, depending on their size. Remove from the oven and when cool enough to handle, peel and cut into slices about 1cm thick. Put into a bowl, season and toss with half the dressing.
3. Meanwhile, take off the spiky outer leaves of the puntarelle. (Don't throw them away, as you can blanch them and sauté them in olive oil, with a little garlic and chilli, as an accompaniment to meat or fish, or use them in the salad here). Now you will see at the base of the puntarelle the fat, hollow, spear-like stems that are white at the bottom, turning green, and have tendrils growing out from them. Cut these free, then, with a small knife, make vertical cuts all around the base of the stems, put them into a colander and drain under cold running water for 5 minutes, to remove some of the bitterness. Then transfer them to a bowl of iced water for about an hour and you will see that the cuts in the stems will allow them to twist and curl like little flowers in the icy cold.
4. To make the lemon compote, remove the peel from the lemons using a sharp knife, and discard it. Then separate into segments, removing the skin, and put into a pan. Squeeze the rest of each lemon over the top, so that any additional juice goes into the pan. Add the sugar and chilli to the pan, slowly bring to a simmer and cook gently for 10 minutes until you have a pale syrup. Take off the heat, put the contents of the pan into a blender and blend until smooth, then keep to one side.
5. You can make the green sauce using either a pestle and mortar or a blender. First, blanch the spinach very briefly in boiling salted water – just lower it in and then lift it out again – then drain it in a

- 6 солоних анчоусів
- 1 зубчик часнику, очищений
- 100 г свіжої петрушки
- 1 столова ложка білого винного оцту
- 200 мл оливкової олії першого віджиму

1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
2. Посипте деко невеликою кількістю морської солі, викладіть зверху картоплю і запікайте в розігрітій духовці щонайменше 40 хвилин (час залежить від розміру картоплі). Вийміть з духовки і, коли картопля охолоне, почистіть та наріжте скибочками завтовшки приблизно 1 см. Викладіть у миску, приправте і полийте половиною заправки.
3. Зніміть колючі листки з пунтарелле (не викидайте, їх можна бланшувати та обсмажити на оливковій олії з часником і перцем чилі і подавати як гарнір до м'яса чи риби, або ж використати в салаті). Біля основи пунтарелле ви побачите товсті, порожнисті стебла, білі знизу і зелені вгорі, з яких ростуть вусики. Відокремте їх, потім маленьким ножом зробіть вертикальні надрізи навколо основи стебел. Покладіть їх у друшляк і тримайте під холодною проточною водою 5 хвилин, щоб зменшити гіркоту. Потім перекладіть у миску з крижаною водою на годину — надрізи дозволять стеблам скручуватися, наче маленьким квіточкам на морозі.
4. Для приготування лимонного компоте зніміть шкірку з лимонів, розділіть на сегменти та покладіть у каструлю. Вичавіть решту соку з лимонів. Додайте цукор і чилі, доведіть до кипіння і варіть на повільному вогні 10 хвилин до утворення сиропу. Перекладіть в блендер і збийте до однорідної маси.
5. Для приготування зеленого соусу використовуйте товкачик або блендер. Спочатку бланшуйте шпинат у киплячій підсоленій

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>colander under cold running water, to stop it from cooking any further and keep it looking fresh and green.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Rinse the salt from the 6 salted anchovies and dry them. Run your thumb gently along the backbone of each one, which will allow you to easily peel it out and separate the fish into fillets, then just roughly chop them.</li> <li>7. If using a pestle and mortar, crush the garlic first, then add the anchovies and continue to crush. Add the parsley leaves and keep on working the ingredients into a paste. Add the spinach and work it in. Finally, mix in the vinegar and oil. You should finish up with a smooth bright green paste. If using a blender, you can put all the ingredients in together and blend as quickly as possible, to a smooth paste.</li> <li>8. Cut the base from the heads of radicchio to release the leaves and wash them under running water. Pat dry and put into a bowl. Drain the puntarelle 'flowers' from their iced water and pat them dry too, then add them to the bowl and toss with the rest of the dressing.</li> <li>9. To assemble the salad, spread the green sauce over the base of a large serving dish and arrange the potato slices on top. Drain the marinated anchovies, then intersperse them with the dressed leaves and puntarelle 'flowers'. Dot teaspoonfuls of lemon compote onto some of the leaves and serve.</li> </ol> | <p>воді — просто занурте його на кілька секунд, потім вийміть і охолоджуйте під проточною водою, щоб зберегти свіжий зелений колір.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Промийте 6 солоних анчоусів і висушіть їх. Обережно проведіть великим пальцем уздовж хребта кожного, щоб легко очистити та розділити рибу на філе. Потім наріжте на шматки.</li> <li>7. Якщо використовуєте товкачик і ступку: спочатку розтовчіть часник, потім додайте анчоуси і продовжуйте подрібнювати. Додайте листя петрушки і перетворіть інгредієнти на пасту. Додайте шпинат і перемішайте. Наостанок влийте оцет та олію. В результаті повинна вийти яскраво-зелена однорідна паста. Якщо використовуєте блендер: покладіть всі інгредієнти разом і збийте до однорідної маси.</li> <li>8. Виріжте основу з качанів радиккіо, щоб звільнити листя і промийте їх під проточною водою. Висушіть і покладіть у миску. Злийте «квіти» пунтарелле з крижаної води, висушіть і додайте до миски. Перемішайте з рештою заправки.</li> <li>9. Нанесіть зелений соус на дно великої сервірувальної тарілки, викладіть скибочки картоплі. Відцідіть мариновані анчоуси та розкладіть їх разом із заправленим листям і «квіточками» пунтарелле. На деякі листки покладіть по чайній ложці лимонного компоте та подавайте до столу.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Courgettes x 4</b></p> <p>My grandad used to grow courgettes in the garden and I remember when I was small thinking, 'These plants take up such a massive space, and all you get is about three courgettes,' so the first time I saw a whole boxful I thought it must take miles and miles of garden to grow them. I believe that to produce a good courgette the plant must have its roots in the ground, and preferably be grown organically, which seems to make a massive difference to the taste and smell, rather than using the hydroponic culture, which I feel produces a more watery courgette. I</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p style="text-align: center;"><b>Кабачки (4 способи приготування)</b></p> <p>Мій дідусь вирощував кабачки в себе на городі, і я ще з дитинства пам'ятаю, як дивувався: «Ці рослини займають стільки місця, а в результаті вдається зібрати не більше трьох кабачків». Тож, коли я вперше побачив цілий ящик врожаю, я зрозумів, що для вирощення цих овочів потрібен величезний город. Я вважаю, що для того, щоб виростити смачні кабачки, коріння рослини має знаходитися у землі і найкраще вирощувати їх органічним способом. Саме це, як мені здається, дуже впливає на смак і аромат плоду. А за</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

visited an amazing farm in the desert in Dubai, where an incredible woman, Elena Kinane, was growing organic courgettes, as well as around 120 different heirloom varieties of fruit, vegetables and herbs, in a tiny, shadowy area of sand in a valley between some massive dunes. One of the crops she grew was alfalfa, which went to feed local racing camels, then the manure from the animals was sent back to fertilise the sand. It was such an extraordinary thing to suddenly come across this green oasis in such a harsh environment. She had an irrigation system, and glasshouses, more to keep the produce cool than hot, and every so often an amazing storm of coldish wet air would be created inside. The courgettes were her obsession, and the whole operation was so inspirational, it gave me hope that there are always people with the will and the ingenuity to produce food and survive in the harshest of environments.

There is a certain sweetness and particularity of flavour about courgettes that kids seem to like, in the same way as peas. We always had them at home for Margherita because although she was allergic to so many green vegetables, she could eat courgettes, and she loved them. I only wish we saw more interesting varieties, as so many seem to have disappeared in favour of the universal sleek green one. Where are the yellow ones, the ones that are so pale green they are almost white, and the round ones that are the perfect shape for stuffing?

Each recipe makes enough for 6.

допомогою гідропонного способу кабачки виходять водянистими. Я побував на неймовірній фермі в пустелі в Дубаї, де чудова жінка, Олена Кінане, вирощувала кабачки без використання будь-яких хімічних добрив. Також на маленькій затіненій ділянці піску, розташованій між величезними дюнами жінка вирощувала близько 120 різних старовинних сортів фруктів, овочів і трав. Однією з культур, які вона вирощувала, була люцерна — вона йшла на корм місцевим верблюдам, а їхній гній збагачував пісок поживними речовинами. Було справді незвично — раптом знайти цей зелений оазис в таких суворих умовах. Вона мала систему зрошення та теплиці, які більше служили для збереження прохолоди продукції, ніж для обігріву. Іноді всередині утворювався неймовірний потік холодного вологого повітря, наче маленький шторм. Кабачки були її пристрастю, і весь цей процес був настільки надихаючим, що давав мені надію: завжди знайдуться люди з неймовірною силою волі та винахідливістю, щоб вирощувати їжу та виживати навіть у найсуворіших умовах.

Кабачки мають легку солодкість і особливий смак, який подобається дітям так само, як і горох. Хоча у Маргарити була алергія на багато зелених овочів, кабачки вона любила і їла, тому в нашому домі вони завжди були. Хотілося б бачити більше різноманітних сортів, адже багато з них, здається, зникли, поступившись місцем стандартному гладенькому зеленому кабачку. Чому люди стали так рідко використовувати жовті, блідо-зелені, майже білі, круглі кабачки, які ідеально підходять для фарширування?

Кожен із наведених на наступній сторінці рецептів розрахований на 6 порцій.

### **Marinated**

You can eat the courgettes on their own, in a salad, or serve them with burrata, or fish.

1. Cut 6 large courgettes lengthways into thin slices (about 3mm) with a sharp knife or mandoline. Heat some olive oil in a sauté pan and fry the courgettes until golden on each side. Lift out and

### **Мариновані кабачки**

Кабачки, приготовані цим способом можна їсти окремо, додавати в салат, або ж подавати з бурратою чи рибою.

1. Наріжте 6 великих кабачків гострим ножом (або за допомогою шатківниці) уздовж на тонкі скибочки (близько 3 мм). Нагрійте трохи оливкової олії в сковороді та обсмажте кабачки до

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>drain on kitchen paper.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Very finely chop a handful of large fresh mint leaves with a small handful of fresh parsley leaves and 2 cloves of garlic, and mix with about a teaspoon of dried chilli.</li> <li>3. In a large pan heat 500ml of extra virgin olive oil to 120°C (just under a simmer). Very slowly and carefully add 70ml of white wine vinegar and allow to bubble up for a minute. Take off the heat and leave to cool.</li> <li>4. Layer some of the courgettes in a serving dish, sprinkle with some of the herb and garlic mixture, then spoon in some of the oil and vinegar. Repeat until you have used up all the components. Cover with clingfilm and leave in the fridge to marinate for 24 hours.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>золотистого кольору з обох боків. Витягніть і викладіть на паперовий рушник.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Дуже дрібно наріжте жменю свіжих листків м'яти та невелику жменю листків петрушки. Додайте 2 подрібнені зубчики часнику та 1 чайну ложку сушеного перцю чилі. Перемішайте.</li> <li>3. У великій каструлі нагрійте 500 мл оливкової олії першого холодного віджиму до 120°C (ледь помітно). Повільно додайте 70 мл білого винного оцту і залиште на хвилину, поки з'являться бульбашки. Зніміть з вогню та залиште охолоджуватися.</li> <li>4. Викладіть частину кабачків на тарілку, посипте травами та часником, потім ложкою полийте олією з оцтом. Повторюйте шари, доки не використаєте всі інгредієнти. Накрийте харчовою плівкою та поставте в холодильник маринуватися на 24 години.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Pan-fried with garlic, tomato and white wine</b></p> <p>This is a good side dish for white meat, fish, or whatever you like.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Put a clove of garlic on a chopping board, and with the back of a large knife, crush it into a paste.</li> <li>2. Put a large handful of fresh parsley leaves on top and chop finely, so that the garlic and parsley combine and release their flavours into each other.</li> <li>3. Cut 3 medium courgettes in half lengthways, then slice into half-moons about 5mm thick. Heat some olive oil in a large sauté pan, add 2 lightly crushed cloves of garlic and cook gently until golden (take care not to let them burn). Add the courgettes, season with sea salt and freshly ground black pepper, then spread them out so that they are all in contact with the pan and sauté quickly – you will need to do this in batches – until golden on both sides.</li> <li>4. Add half a glass (35ml) of white wine and about 5 halved cherry tomatoes to the pan and cook for about 3 minutes. Remove the whole garlic cloves and sprinkle in the parsley and garlic mixture.</li> </ol> | <p><b>Кабачки, обсмажені на сковороді з часником, помідорами та білим вином</b></p> <p>Це гарний гарнір до білого м'яса, риби та будь-чого іншого.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Викладіть зубчик часнику на дошку і тильною стороною ножа розчавіть його в пасту.</li> <li>2. Зверху покладіть велику жменю свіжого листя петрушки і дрібно наріжте, щоб часник і петрушка змішалися та віддали один одному свої аромати.</li> <li>3. Розріжте 3 середні кабачки навпіл уздовж, а потім наріжте півмісяцями товщиною близько 5 мм. У великій сковороді розігрійте трохи оливкової олії, додайте 2 злегка роздавлені зубчики часнику і обсмажте до золотистого кольору (слідкуйте, щоб вони не підгоріли). Додайте кабачки, приправте морською сіллю та свіжомеленим чорним перцем. Розкладіть їх так, щоб вони всі торкалися сковороди, і швидко обсмажте до золотистого кольору з обох боків (можливо, знадобиться робити це партіями).</li> <li>4. Влийте в сковороду півсклянки (35 мл) білого вина та додайте</li> </ol> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | приблизно 5 помідорів черрі, розрізаних навпіл. Готуйте близько 3 хвилин. Вийміть цілі зубчики часнику та посипте страву сумішшю петрушки і часнику.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p style="text-align: center;"><b>Deep-fried</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. With a mandoline, cut about 3 large courgettes into long, thin strips. The trick is to cut only two strips from each side: one, two, then turn, one, two, turn, so you get a homogenous amount of firm white courgette and courgette with a little bit of skin attached. That way when you fry them they will be fantastically crispy, whereas if you carry on cutting all the way through to the soft middle of the courgette when you fry those strips they will just turn to mush.</li> <li>2. Put the strips into a shallow bowl, season with sea salt and leave for about 30 minutes, until some of the water has been drawn out.</li> <li>3. Mix equal quantities of 00 flour and semolina flour in a shallow bowl and lift the courgettes into the flour. Don't rinse, drain or squeeze them, as you want them to be moist, so that the flour will cling to them.</li> <li>4. Heat some vegetable oil to 180°C in a deep-fryer (alternatively, heat the oil in a large pan, no more than a third full – if you don't have a kitchen thermometer, drop a little flour into the oil and it will sizzle very gently).</li> <li>5. Lower the floured courgettes into the hot oil and fry for a few minutes until golden and crisp.</li> <li>6. Drain on kitchen paper and sprinkle with sea salt to taste.</li> </ol> | <p style="text-align: center;"><b>Кабачки, смажені у фритюрі</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. За допомогою шатківниці наріжте 3 великі кабачки на довгі тонкі смужки. Хитрість полягає в тому, щоб нарізати лише по дві смужки з кожного боку: одна, дві, потім переверніть, одна, дві, знову переверніть. Таким чином у вас вийде однакова кількість твердих білих кабачків і смужок з невеликою кількістю шкірки. Це забезпечить фантастичну хрусткість після смаження. Якщо ж нарізати до м'якої середини, смужки просто розм'якнуть.</li> <li>2. Викладіть смужки в неглибоку миску, посипте морською сіллю і залиште на 30 хвилин, щоб вийшла зайва волога.</li> <li>3. В іншій мисці змішайте однакову кількість борошна вищого гатунку та манної крупи і обвалюйте кабачки в отриманій суміші. Не промивайте, не зливайте і не віджимайте їх — вони повинні залишатися вологими, щоб борошно добре прилипло.</li> <li>4. Розігрійте олію до 180°C у фритюрниці (або в глибокій сковороді, заповненій олією не більше ніж на третину). Якщо у вас немає кухонного термометра, киньте трохи борошна в олію — воно має м'яко шипіти.</li> <li>5. Опустіть кабачки в борошні в гарячу олію і обсмажуйте кілька хвилин до золотистого кольору та хрусткої скоринки.</li> <li>6. Викладіть на паперовий рушник і посипте морською сіллю за смаком.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Stuffed</b></p> <p>For a starter or a light lunch, you need 8 courgettes.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cut 6 of the courgettes lengthways and scoop out the seeds. Sprinkle with sea salt and put into a colander for an hour to draw out some of the water and season the courgettes at the same time. Rinse and pat dry.</li> <li>2. Meanwhile, heat some olive oil in a pan, add a diced onion and 2</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p style="text-align: center;"><b>Фаршировані кабачки</b></p> <p>Для приготування в якості закуски або для легкого перекусу знадобиться 8 кабачків.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розріжте 6 кабачків уздовж і вийміть насіння. Посипте морською сіллю і покладіть в друшляк на годину, щоб стекла вода та кабачки просолилися. Потім промийте та висушіть їх.</li> <li>2. Розігрійте оливкову олію на сковороді, додайте нарізану</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>diced stalks of celery, and cook gently until the onion is soft and translucent.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Add 2 tablespoons of white wine vinegar, bring to the boil, stir in a tablespoon of tomato passata and take off the heat.</li> <li>4. Preheat the oven to 180°C/gas 4 and line a roasting tin with baking paper. Chop the remaining 2 courgettes and an aubergine.</li> <li>5. Heat some olive oil in a sauté pan and fry both together until golden. Add to the onion and tomato mixture, stirring in a little extra tomato passata if the mixture is too dry.</li> <li>6. Spoon into the cavities of the courgettes and lay them in the lined roasting tin. Put into the preheated oven and bake for about 20 minutes, until the vegetable stuffing has turned dark golden.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>кубиками цибулю та 2 нарізані кубиками стебла селери. Обсмажуйте, поки цибуля не стане м'якою та прозорою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Додайте 2 столові ложки білого винного оцту, доведіть до кипіння, змішайте з 1 столовою ложкою томатної пасты, зніміть з вогню.</li> <li>4. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці). Застеліть форму для запікання папером для випічки. Наріжте 2 кабачки та баклажан, що залишилися.</li> <li>5. Нагрійте оливкову олію в сотейнику та обсмажте кабачки з баклажаном до золотистого кольору. Додайте їх до цибулево-томатної суміші. Якщо суміш занадто суха, додайте ще трохи томатної пасты.</li> <li>6. Ложкою наповніть порожнини кабачків овочевою начинкою та викладіть їх у форму для запікання. Запікайте приблизно 20 хвилин, доки начинка не стане темно-золотистою.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p style="text-align: center;"><b>Creamed salt cod salad with cicerchia purée</b></p> <p>Salt cod has become very fashionable, and yet the technique of salting and then drying fish goes back hundreds of years. It is hard for us to understand now how important and valuable salt cod was to inland regions of Italy and other Mediterranean countries in the days before refrigeration, especially on Fridays, the traditional fish day decreed by the Catholic church. In some remote areas, where animals couldn't easily graze, salt cod possibly even kept some families alive. Take a region like Calabria, which has a big beautiful coast full of lovely fish, but the mountains are so close to the sea that only a short distance away the only fish that would have been available would be salted and dried. There is a particular village, Gerace, which was known for its salt cod, because the people used to soak it in the local spring, and there is still a shop there where you can buy the whole salted fish, which look like prehistoric creatures.</p> <p>I remember, also, that my grandmother thought that the fish would be better if you soaked it under the fountain in our village of Corgeno. She used to de-salt it and cook fat pieces of it in milk, with onions and</p> | <p style="text-align: center;"><b>Салат з кремовим філе тріски разом з пюре з чини</b></p> <p>Використання солоної тріски для приготування різноманітних страв зараз набуло шаленої популярності, але техніка засолювання та подальшого сушіння риби існує вже сотні років. Сьогодні нам важко уявити, наскільки важливою та цінною була солонка тріска для маленьких регіонів Італії, котрі не мали виходу до моря та інших країн Середземномор'я в часи, коли холодильників ще не існувало. Особливо важливу роль вона відігравала в п'ятницю — день, коли, згідно з католицькими традиціями, слід було споживати рибу. У деяких віддалених регіонах, де випас худоби був ускладнений, солонка тріска, ймовірно, стала справжнім порятунком для багатьох родин. Наприклад Калібрія, регіон, який славиться своїм мальовничим узбережжям, а води кишать рибою. Проте через те, що гори підступають впритул до моря, місцеві жителі змушені вдаватися до засолювання та сушіння риби, адже свіжий улов доступний лише у невеличкій прибережній зоні. У селі Гераче, де здавна шанують традиції приготування солоної тріски, місцеві жителі вимочують її у водах природного джерела. І донині в селі існує крамниця, де можна</p> |

garlic, alla vicentina, in the style of the town of Vicenza in the north of Italy, or in umido, with tomatoes and onions, but my favourite is to turn it into a creamy paste, as in this recipe and the one that follows. It is quite magical to see the transformation of this fibrous fish as you beat it, adding olive oil very, very gently until it becomes whiter and whiter. You do need to use a lighter northern oil, such as a Ligurian one, though, as a strong green Sicilian or Tuscan oil will give a green tinge to the cod, and also impose its own flavour too much.

With the popularity of salt cod, it is now easy to buy it already de-salted. In the markets in Italy, there will often be a salt cod specialist selling it both ways, in many different cuts. There may be a few eggs or anchovies on the stall, but nothing else. It is all about the salt cod. But if you are soaking it yourself, you need to do this in cold water in the fridge, for up to three days, changing the water every day, depending on the thickness and the particular cut of cod.

The creamed cod is fantastic just on its own with a little salad as a starter, and it makes a great crostini to put out with drinks. You can have it ready in a bowl in the fridge and toast your bread in advance and keep it in an airtight container. Then you can just scoop some of the creamed cod on to the pieces of toast and put some halved cherry tomatoes on top, if you like. I was once served creamed salt cod on top of a thick, firm slice of a green Cuore di Bue – the massive, ribbed ox-heart tomato – which had been pan-fried really quickly, and it was fantastic.

Cicerchia is an ancient chickpea-like legume (known in Britain as the grass pea) that is one of the almost-extinct crops that has been revived and championed and made fashionable by the Slow Food movement. It used to be grown as a peasant crop in many countries, including Italy, because it can grow in areas where conditions are harsh, and so in times of famine it was very important. Then it fell out of favour, after it was discovered that it contained a neurotoxin called diaminopropionic acid, and if it was eaten as a major part of the diet over a period of time (as could happen during times of famine) it could cause paralysis of the lower limbs in adults and brain damage in children. However, in small

придбати цілісіньку солону рибу, яка на вигляд нагадує доісторичних чудовиськ.

Пам'ятаю, як бабуса завжди казала, що найкраща риба виходить, якщо її вимочити у фонтані, що був у нашому селі Корджено. Вона її солила, а потім готувала жирні шматки в молоці з цибулею та часником. Це був традиційний рецепт з Віченци, що на півночі Італії, - “alla vicentina”. Або ж вона готувала її з помідорами та цибулею – “in umido”. Але мій улюблений спосіб - це зробити з неї ніжну пасту, як у цьому та наступних рецептах. Це справжнє диво — спостерігати, як ця волокниста риба, під час збивання з оливковою олією, поступово перетворюється на ніжну білосніжну масу. Головне — не поспішати та додавати олію дуже обережно. Однак краще використовувати легку оливкову олію, яку виробляють в північних куточках, наприклад, лігурійську, оскільки інтенсивна зелена сицилійська або тосканська олія можуть надати трісці зеленуватий відтінок й надмірно збагатити її власним смаком.

Завдяки своїй популярності, солоні тріски тепер легко доступні і в несолоному вигляді. На італійських ринках часто можна зустріти продавців, які пропонують обидва варіанти цієї риби, а також різні варіанти її нарізки. На прилавку може бути кілька яєць або анчоусів, адже головна увага зосереджена саме на солоній трісці. Якщо ж ви вирішили самостійно вимочувати солону тріску, то робити це потрібно в холодній воді і потім зберігати в холодильнику. При цьому протягом 3 днів потрібно змінювати воду. І пам'ятайте, що час вимочування залежить від товщини та способу нарізки риби.

Кремове філе тріски — чудовий варіант закуски, який смакує як сам по собі з легким салатом, так і з апетитними кростіні до напоїв. Ви можете заздалегідь приготувати її в мисці, зберігаючи в холодильнику, а також окремо підсмажити хліб та зберігати його в герметичному контейнері. Перед подачею залишається лише викласти трохи тріски на тости та, за бажанням, додати половинки помідорів черрі. Одного разу мені довелося скуштувати неймовірну страву: кремова солоні тріски, подавалася на товстому, хрусткому шматку

quantities it is now known to be harmless. In fact it is considered to be nutritious, as well as full of flavour – but if you prefer, you can use chickpeas. If you can find good chickpeas in jars, that have no thickeners or other unwanted ingredients added, and not too much salt, you can use them instead.

- **Serves 6**
- **dried cicerchia, or chickpeas** 300g, or the equivalent good jarred or tinned ones
- **dried cannellini or other white beans** 150g
- **dried borlotti beans** 150g
- **shallots** 100g, finely chopped
- **salted capers** 40g, rinsed
- **anchovy fillets in oil** 12, rinsed
- **de-salted salt cod** 1kg
- **garlic** 8 cloves, whole
- **bay leaves** 7
- **milk** 2 litres
- **pancetta** 6 thin slices
- **fresh sage leaves** a small bunch
- **diced pancetta** 200g
- **lamb's lettuce** 300g
- **delicate extra virgin olive oil, for example Ligurian** 300ml
- **fresh flat-leaf parsley** a handful
- **Giorgio's dressing** 150ml

зеленого «Куоре ді Буе» — соковитого, ребристого помідора сорту «Волове серце», який перед подачею швидко обсмажили на сковороді. Це було щось неймовірне.

Чина — давня бобова культура, схожа на нут (відомий у Великій Британії як трав'яний горох), яка ледь не зникла, але отримала нове життя завдяки руху Слоу Фуд, який популяризує її. Колись її вирощували в багатьох країнах, зокрема в Італії, як сільськогосподарську культуру, оскільки вона добре росте в суворих умовах, тому під час голоду була життєво важливою. Згодом вона втратила популярність через виявлений нейротоксин — пропіонову кислоту. Вживання її у великих кількостях протягом тривалого часу (що могло трапитися під час голоду) могло призвести до паралічу нижніх кінцівок у дорослих та пошкодження мозку у дітей. Проте, як тепер відомо, у невеликих кількостях вона безпечна. Насправді, чина вважається поживною та має насичений смак. Якщо ж ви надасте перевагу нуту, можете використовувати сорт «Турецький горох». Головне — знайти якісний консервований нут без загусників, зайвих добавок та надмірної кількості солі.

Інгредієнти на 6 порцій:

- 300 г сушеної чини або нуту (або еквівалент консервованого гороху)
- 150 г сушеної білої квасолі сорту Каннеліні або інших білих бобів
- 150 г сушеної квасолі сорту Борлотті
- 100 г цибулі-шалот, дрібно нарізаної
- 40 г солоних каперсів, промитих
- 12 філе анчоусів в олії, промитих
- 1 кг малосольної тріски
- 8 зубчиків часнику, цілих

1. Soak the cicerchia (or dried chickpeas, if using) and the beans in separate bowls of water overnight.
2. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
3. Mix the shallots, capers and anchovies in a bowl.
4. Lay the cod in a deep roasting tray and spread the shallot, caper and anchovy mixture over the top. Add 3 of the garlic cloves and 4 of the bay leaves and pour the milk over the top, then cover with foil. Bake in the preheated oven for 2½–3 hours, until the cod breaks into soft flakes, then remove and keep to one side. Turn the oven down to 150°C/gas 2.
5. Line a baking tray with baking paper and lay the slices of pancetta on top. Put into the oven for 40 minutes, until crispy, then lift out.
6. Meanwhile, drain the cicerchia or chickpeas and beans, discarding the water. Rinse under running water and put into separate pans with enough fresh water to cover. Add another clove of garlic, a bay leaf, and a few sage leaves to each pan. Bring to the boil, then turn down to a simmer and cook until tender (each one will take roughly an hour). Take off the heat, leave to cool down in the cooking water, then drain. Keep back half the cicerchia or chickpeas then mix the rest with the beans in a bowl. If using jarred or tinned chickpeas, add half now, but keep the rest, with their liquid.
7. Heat a frying pan, add the diced pancetta and sauté until crisp and golden. Lift out and drain on kitchen paper, then add to the bowl, together with the lamb's lettuce.
8. Take the reserved cicerchia or chickpeas and put into a blender, adding 3 tablespoons of the olive oil a little at a time, until you have a creamy purée. If using jarred or tinned chickpeas, heat them up with enough of their liquid to cover before blending. Keep to one side.
9. Put the remaining garlic cloves on a chopping board and with the back of a large knife, crush them into a paste. Put the parsley

- 7 лаврових листів
  - 2 літри молока
  - 6 тонких скибочок панчетти
  - невеликий пучок свіжого шавлії, листя
  - 200 г нарізаної кубиками панчетти
  - 300 г польового салату
  - 300 мл оливкової олії першого віджиму (наприклад, лігурійської)
  - жменя свіжої плоскої петрушки
  - 150 мл заправки за фірмовим рецептом Джорджіо
1. Замочіть чину (або сушений нут, якщо використовуєте) та квасолу в окремих мисках з водою на ніч.
  2. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
  3. У мисці змішайте цибулю-шалот, каперси та анчоуси.
  4. Викладіть тріску в глибоку форму для запікання, розподіліть зверху суміш цибулі-шалот, каперсів і анчоусів. Додайте 3 зубчики часнику та 4 лаврових листки. Залийте молоком, накрийте фольгою та запікайте 2,5–3 години, доки тріска не стане м'якою. Дістаньте та відкладіть вбік. Зменшіть температуру духовки до 150°C (2 позначка на газовій духовці).
  5. Застеліть деко папером для випічки, викладіть скибочки панчетти та запікайте 40 хвилин до хрусткої скоринки. Дістаньте та відкладіть.
  6. Тим часом відцідіть чину або квасолу, зливши воду. Промийте під проточною водою і покладіть у різні каструлі з достатньою кількістю свіжої води, щоб вона покривала боби. Додайте один зубчик часнику, лавровий лист і кілька листочків шавлії в кожную каструлю. Доведіть до кипіння, потім зменшіть вогонь і

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>leaves on top and chop finely, so that the garlic and parsley combine and release their flavours into each other.</p> <p>10. Lift the cod from the cooking milk and put it into the bowl of a food mixer. Pour the milk and the shallot, caper and anchovy mixture through a fine sieve, discarding the milk. Add the drained anchovy mixture to the cod and mix slowly, adding the rest of the olive oil a little at a time, to avoid splitting the mixture, until you have a creamy consistency. Towards the end of mixing, add the chopped parsley and garlic.</p> <p>11. To serve, spread the cicerchia or chickpea purée over the base of a shallow serving dish. Toss the rest of the cicerchia or chickpeas and beans with the lamb's lettuce and dressing and scatter over the purée. Spoon the creamed salt cod over the top and finish with the crispy slices of pancetta.</p> | <p>варить до готовності (приблизно годину для кожної каструлі). Зніміть з вогню, залиште остигати у воді, потім процідіть. Половину чини або нуту відкладіть, а решту змішайте з квасолею в мисці. Якщо використовуєте консервований нут, додайте половину відразу, а решту залиште разом з рідиною.</p> <p>7. Розігрійте сковороду, додайте нарізану кубиками панчетту і обсмажте до хрусткої скоринки та золотистого кольору. Витягніть і обсушіть на кухонному папері, потім додайте в миску разом із польовим салатом.</p> <p>8. Відкладену чину (або нут) збийте в блендері, поступово додаючи 3 столові ложки оливкової олії, доки не отримаєте кремоподібну консистенцію. Якщо використовуєте консервований нут, нагрійте його з рідиною перед збиванням.</p> <p>9. Викладіть зубчики часнику, що залишилися, на дошку і тильною стороною великого ножа розчавіть їх на пасту. Зверху покладіть листя петрушки і дрібно наріжте, щоб аромати змішалися.</p> <p>10. Вийміть тріску з молока, перекладіть у чашу міксеру. Молоко, в якому варилася тріска разом із цибулею-шалот, каперсами та анчоусами, потрібно процідити через дрібне сито, відокремивши рідину. Отриману суміш з анчоусів додайте до тріски та обережно перемішайте, поступово вливаючи решту оливкової олії. Важливо робити це повільно, щоб суміш не розшарувалася, і збивайте доти, доки вона не набуде кремоподібної консистенції. Наприкінці додайте подрібнену петрушку та часник.</p> <p>11. Для подачі викладіть пюре з чини або нуту на дно неглибокої тарілки. Решту пюре змішайте з квасолею, польовим салатом, та заправкою і викладіть зверху. Наостанок викладіть вершковий крем із солоної тріски та прикрасьте хрусткими скибочками панчетти.</p> |
| <p><b>Creamed salt cod salad with confit cherry tomatoes</b><br/>This is a variation on the previous recipe to make in summer when</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p><b>Салат з кремовим філе тріски та помідорами черрі конфі</b><br/>Це літній варіант попереднього рецепта, ідеальний для</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

you have good, ripe cherry tomatoes. The salt cod has a very deep, rich flavour, and the acidity of the tomatoes and the pepperiness of the watercress offset it perfectly. I really like it with crunchy polenta crisps.

- **Serves 6**

- **shallots** 100g, finely chopped
- **salted capers** 40g, rinsed
- **anchovy fillets in oil** 12, rinsed
- **de-salted salt cod** 1kg
- **garlic** 6 cloves, whole
- **bay leaves** 5
- **milk** 2 litres
- **cherry tomatoes** 1kg
- **olive oil** 500ml
- **fresh rosemary** 1 sprig
- **fresh flat-leaf parsley** a handful
- **watercress leaves** 2 bunches
- **sea salt and freshly ground black pepper**
- **white wine vinegar** 1 tablespoon

**To serve:**

- **polenta crisps, (optional)**
1. If you are making the polenta crisps, these need to be started off the night before.
  2. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
  3. Mix the shallots, capers and anchovies in a bowl.
  4. Lay the cod in a deep roasting tray and spread the shallot, caper

приготування під час сезону стиглих, соковитих помідорів черрі. Насичений смак солоної тріски чудово балансується кислинкою помідорів та гостротою крес-салату. Особливо смакує ця страва з хрусткими чипсами з поленти.

**Інгредієнти на 6 порцій:**

- 100 г цибулі-шалот, дрібно нарізаної
- 40 г солоних каперсів, промитих
- 12 філе анчоусів в олії, промитих
- 1 кг малосольної тріски
- 6 зубчиків часнику, цілих
- 5 лаврових листків
- 2 літри молока
- 1 кг помідорів черрі
- 500 мл оливкової олії
- 1 гілочка свіжого розмарину
- Жменя свіжої плоскої петрушки
- 2 пучки листя крес-салату
- Морська сіль і чорний мелений перець – за смаком
- 1 столова ложка білого винного оцту

**Для подачі:**

- **Чипси із поленти (за бажанням)**

1. Якщо готуєте чипси з поленти, почніть приготування напередодні ввечері.
2. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
3. Змішайте в мисці цибулю-шалот, каперси та анчоуси.
4. Викладіть тріску в глибоку форму для запікання, рівномірно

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>and anchovy mixture over the top. Add 3 of the garlic cloves and 4 of the bay leaves and pour the milk over the top, then cover with foil. Bake in the preheated oven for 2½–3 hours, until you can break the cod easily into soft flakes. Keep to one side.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Meanwhile, lay the tomatoes in a single layer in a shallow heatproof dish. Heat half the olive oil very gently in a pan with a garlic clove, bay leaf and rosemary – just until the odd bubble breaks the surface and the herbs begin to lightly fry (around 70–80°C if you have a thermometer). Take off the heat and pour over the tomatoes, so that they are completely covered. Leave for 2 hours, until cool.</li> <li>6. Put the remaining garlic cloves on a chopping board, and with the back of a large knife, crush them into a paste. Put the parsley leaves on top and chop finely, so that the garlic and parsley combine and release their flavours into each other.</li> <li>7. Lift the cod from the cooking milk and put it into the bowl of a food mixer. Pour the milk and anchovy mixture through a fine sieve, discarding the milk. Add the drained anchovy mixture to the cod and mix slowly, adding the rest of the olive oil a little at a time, to avoid splitting the mixture, until you have a creamy consistency. Towards the end of mixing, add the parsley and garlic.</li> <li>8. Drain the tomatoes, but retain the oil. Halve the tomatoes and put into a serving dish. Add the watercress, season and dress with about 3 tablespoons of the oil reserved from marinating the tomatoes, together with the white wine vinegar. Serve with the creamed salt cod and the polenta crisps, if you like.</li> </ol> | <p>розподіліть зверху суміш цибулі-шалот, каперсів і анчоусів. Додайте 3 зубчики часнику та 4 лаврові листки, залийте молоком і накрийте фольгою. Запікайте в розігрітій духовці 2½-3 години, поки тріска не стане м'якою. Відкладіть убік.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Тим часом викладіть помідори в один шар у неглибокий жароміцну форму. Половину оливкової олії обережно розігрійте на сковороді разом із зубчиком часнику, лавровим листком і розмарином – доведіть до температури 70-80°C або до появи бульбашок на поверхні. Як тільки трави почнуть злегка підсмажуватися, зніміть з вогню та залийте помідори, щоб вони були повністю покриті сумішшю. Залиште на 2 години до повного охолодження.</li> <li>6. Решту зубчиків часнику викладіть на дошку, тильною стороною ножа розчавіть у пасту. Додайте листя петрушки, дрібно наріжте, щоб аромати змішалися.</li> <li>7. Вийміть тріску з молока та покладіть у чашу міксера. Молоко, в якому готувалася тріска потрібно процідити через дрібне сито, відокремивши рідину. Додайте відціджену суміш до тріски, повільно перемішуйте, поступово вливаючи решту оливкової олії, щоб суміш не розшарувалася. Змішуйте до кремоподібної консистенції, наприкінці додайте петрушку та часник.</li> <li>8. Злийте рідину з помідорів, залишивши олію. Розріжте помідори навпіл і викладіть у сервірувальну тарілку. Додайте крес-салат, приправте за смаком, заправте 3 столовими ложками олії з маринаду та білим винним оцтом. Подавайте з кремовим філе тріски і, за бажанням, чипсами з поленти.</li> </ol> |
| <p style="text-align: center;"><b>Cappon magro</b></p> <p>I love this. I know the recipe looks a little long and scary, but it's such a beautiful thing to do if you have lots of friends coming around in the summer, so I just had to include it. It is a huge celebratory feast of fish and vegetables from Genoa, the capital of Liguria, which is a region that is such a tight fit in between the sea and the mountains, and this is an</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p style="text-align: center;"><b>Каппон магро</b></p> <p>Я просто обожаю цю страву. Знаю, рецепт може здатися трохи довгим і складним, але повірте, це чудова страва для великої компанії друзів, особливо влітку. Тому я просто не міг її не включити до цієї книги. Це справжнє святкове застілля з риби та овочів, натхнене традиціями Генуї – столиці Лігурії, регіону, де море та гори</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

incredible marriage of the bounty of both. I have never found the idea of surf and turf acceptable in the form of steak with lobster – for me these are two things that should not be put together – whereas the combination of seafood and hearty vegetables works so well, especially as each ingredient stays recognisable in its texture and taste within the structure of the dish, which layers its way up from quite rich and saucy at the base, to the delicate ingredients on top.

Like so many dishes that ended up as elaborate baroque centrepieces on rich men's tables, cappon magro has its roots in the meals that fishermen ate at sea, made with galettes – hard biscuits – which would be soaked in sea water to soften them and then layered up with some of the fish they caught and boiled up, along with root vegetables which would either have been stored on board or preserved in vinegar – the genesis of the vinegary salsa verde (green sauce) that binds the layers together. I have given a recipe for the galettes (once made you can store them in an airtight container for a few weeks), but you could use water biscuits instead.

Cappon magro was one of the dishes that the great Italian chef Nino Bergeze was most proud to put his name to. He was one hell of a guy, who cooked for royalty and film stars and was the first chef to earn two Michelin stars at his restaurant, La Santa, in Genoa, but he never forgot the traditional dishes of his region. The way I do the dish is a little different, because I like to add hake. Sometimes we make it at Locanda, where the challenge is to incorporate all the ingredients into individual plates, but personally I like to make one big dish of it, as it looks so splendid. This is the kind of thing I would do when I am relaxed on holiday with family and friends and can buy a box of mixed fish and shellfish and really fresh vegetables in the market. The nature of it is that you can adjust the ingredients according to what you can find, so if you have to leave out the artichoke or beetroot, depending on the season, it really doesn't matter; if you can't find hake, another white fish will be fine, and you can leave out the bottarga, too, if you prefer.

зустрічаються в неймовірному поєднанні. Саме ця унікальна географія дарує страві поєднання щедрості обох світів. Я ніколи не був прихильником концепції «Серф-енд-терф» (стейк з лобстером) — для мене це два абсолютно несумісних продукти. Натомість поєднання морепродуктів та ситних овочів працює напрочуд вдало, особливо тому, що кожен інгредієнт зберігає свою текстуру та смак у цій багатошаровій страві, починаючи від насиченої та пікантної основи до ніжних інгредієнтів зверху.

Як і багато інших вишуканих страв, що з'явилися на столах багатіїв епохи бароко, каппон магро бере свій початок від простої їжі рибалок. У морі рибалки використовували галети — тверді сухарі, які розмочували в морській воді, щоб зробити їх м'якшими. Потім вони викладали шарами відварену рибу з улову та коренеплоди, які або брали із собою, або консервували в оцті. Саме так з'явився оцтовий сальса-верде (схожий на зелений соус), що об'єднував усі ці шари в єдину страву. Я додав рецепт галет (вони чудово зберігаються в герметичному контейнері кілька тижнів), але якщо хочете спростити процес, можна замінити їх крекерами.

Каппон магро — одна зі страв, якою найбільше пишався легендарний італійський шеф-кухар Ніно Бергезе і яку він навіть пов'язував зі своїм ім'ям. Цей талановитий чоловік, який готував для королівських осіб та кінозірок, першим в Італії отримав дві зірки Мішлен для свого ресторану «Ля Санта» (La Santa) в Генуї. Проте він ніколи не забував про традиційні страви свого рідного регіону. Я готую цю страву трохи по-своєму, адже люблю додавати туди хек. Іноді ми подаємо її в «Локанді», розкладаючи всі інгредієнти по окремих тарілках, але мені більше подобається робити з неї одну велику страву — так вона виглядає ефектніше. Саме так я і роблю, коли відпочиваю з сім'єю та друзями і можу купити на ринку цілий кошик свіжої риби, моллюсків та овочів. Головне в цій страві — її гнучкість: ви можете змінювати інгредієнти залежно від того, що зможете придбати. Тому, якщо немає артишоків чи буряка — нічого страшного. Якщо ви не можете знайти хека, підійде інша біла риба. І

- **Serves 10**
- **potatoes** 4 medium
- **Jerusalem artichokes** 3
- **sea salt and freshly ground black pepper**
- **carrots** 4 large, peeled
- **celery** 4 stalks
- **green beans** 200g
- **red beetroot** 2 large
- **lemon** 1, halved
- **black peppercorns** a few
- **lobster tails** 3, and/or 20 large prawns in their shells
- **langoustines** 12
- **mussels** 15, cleaned and prepared
- **clams** 1kg, cleaned and prepared
- **hake fillets** 800g
- **Giorgio's dressing** 6 tablespoons
- **white wine vinegar** 150ml
- **extra virgin olive oil** 50ml
- **oysters** 6, shells washed and opened pickled artichokes 4
- **hard-boiled eggs** 3, quartered
- **pea shoots** 500g (optional)
- **bottarga** 1 slice of

ви навіть можете замінити ботаргу, якщо захочете.

Інгредієнти на 10 порцій:

- 4 середні картоплини
- 3 топінамбури
- морська сіль і чорний мелений перець
- 4 великі морквини, очищені
- 4 стебла селери
- 200 г стручкової квасолі
- 2 великі червоні буряки
- 1 лимон, розрізаний навпіл
- кілька горошин чорного перцю
- 3 хвости омарів та/або 20 великих креветок у панцирах,
- 12 лангустинів
- 15 мідій, очищених та підготовлених
- 1 кг молюсків, очищених та підготовлених
- 800 г філе хека
- 6 столових ложок заправки за фірмовим рецептом Джорджіо
- 150 мл білого винного оцту
- 50 мл оливкової олії першого віджиму
- 6 устриць, вимитих та відкритих
- 4 мариновані артишоки
- 3 варені яйця «на круто», розрізані на чверті
- 500 г пагонів гороху (за бажанням)

**For the galettes:**

- **00 flour** 300g
- **semolina flour** 200g
- **polenta flour** 50g
- **fine table salt** 15g
- **fresh yeast** 15g
- **extra virgin olive oil** 100ml

**For the green sauce:**

- **salted anchovies** 3
- **olive oil**
- **fennel** 70g, chopped
- **capers in vinegar** 1 tablespoon
- **hard-boiled egg** 1
- **breadcrumbs, made from stale bread** 1 tablespoon
- **white wine vinegar** 60ml
- **black olives** 20g, stones removed
- **garlic** 1 small clove
- **extra virgin olive oil** 80ml
- **cold water** 20ml

1. Preheat the oven to 180°C/gas 4.
2. To make the galettes, mix all the ingredients together in a large bowl until you have a firm ball of dough. Leave to rest for 20 minutes, covered with a clean tea towel, then roll out thinly (2–3mm) and prick with a fork. With a 4cm diameter cutter, cut out

- 1 шматочок боттарги

**Для приготування галет:**

- 300 г пшеничного борошна з м'яких сортів пшениці типу 00
- 200 г манної крупи
- 50 г кукурудзяного борошна
- 15 г дрібної кухонної солі
- 15 г свіжих дріжджів
- 100 мл оливкової олії першого віджиму

**Для приготування зеленого соусу:**

- 3 солоні анчоуси
- оливкова олія
- 70 г кропу, подрібненого
- 1 столова ложка каперсів в оцті
- 1 зварене яйце “на круто”
- 1 столова ложка панірувальних сухарів з черствого хліба
- 60 мл білого винного оцту
- 20 г маслин, без кісточок
- 1 невеликий зубчик часнику
- 80 мл оливкової олії першого віджиму
- 20 мл холодної води

1. Розігрійте духовку до 180°C ( 4 позначка на газовій духовці).
2. Для приготування галет змішайте всі інгредієнти у великій мисці до утворення щільного тіста. Залиште на 20 хвилин,

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>discs (you should get around 25–30). Lift on to a baking tray, or trays, and put into the preheated oven to bake for about 10 minutes, until light golden. Remove and keep to one side.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Cook the potatoes and Jerusalem artichokes, whole, in a large pan of boiling salted water until tender.</li> <li>4. Meanwhile, cook the whole carrots, celery and beans, in a separate pan of boiling salted water, lifting out each vegetable as soon as it is tender, and draining under cold running water. Finally put the beetroot into the same pan of boiling salted water (don't add it until all the other vegetables are out, as it will stain them red) and cook until soft, then drain and set aside with the rest of the cooked vegetables.</li> <li>5. Bring a fresh pan of salted water to the boil with the halved lemon and peppercorns, and put in the lobster tails, if using, and cook for 4 minutes. Alternatively, if using prawns, cook with the langoustines, for just one minute then remove. Then put in the mussels and cook until they open (remove any that don't). Lift out, then put in the clams and cook until they open (again, remove any that don't). Lift out, then finally put in the hake and cook until tender. Lift out and keep to one side.</li> <li>6. Now you need to make the green sauce. Rinse the salt from the anchovies and dry them. Run your thumb gently along the backbone of each anchovy – this will allow you to easily pull it out and separate the fish into fillets. Heat a little olive oil in a pan, add the fennel and cook briefly until just soft. Lift out and allow to cool, then put into a blender with the rest of the ingredients and 550ml warm water and blend into a green sauce.</li> <li>7. Cut all the reserved cooked vegetables into slices and put them into separate bowls, then season each one with a tablespoon of Giorgio's dressing and some salt and pepper.</li> <li>8. Take the skin from the hake and flake the fish. Put into a separate bowl with half the white wine vinegar and the olive oil.</li> <li>9. Take the shells from the lobster tails or prawns (if using prawns,</li> </ol> | <p>накривши чистим рушником, потім тонко розкачайте (2-3 мм) та зробить проколи виделкою. За допомогою формочки діаметром 4 см виріжте кружечки (близько 25-30 штук). Викладіть на деко і запікайте у розігрітій духовці близько 10 хвилин до світло-золотистого кольору. Вийміть і відкладіть вбік.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Відваріть картоплю та топінамбур у великій каструлі з киплячою підсоленою водою до готовності.</li> <li>4. Паралельно, в окремій каструлі з киплячою підсоленою водою, відваріть моркву, селеру та квасолу. Виймайте кожен овоч, як тільки він стане м'яким, та відразу ж охолоджуйте під проточною водою. Наостанок відваріть буряк у тій самій каструлі (додавайте його лише після того, як інші овочі будуть готові, щоб уникнути забарвлення). Варіть буряк до м'якості, потім також охолодіть та відкладіть разом з іншими готовими овочами.</li> <li>5. Доведіть до кипіння каструлю з підсоленою водою, додайте половинку лимона та перець горошком. Якщо використовуєте хвости омарів, варіть їх 4 хвилини. Якщо використовуєте креветки, додайте їх разом з лангустинами на 1 хвилину, потім вийміть. Далі покладіть мідії та варіть доти, доки вони не розкриються (ті, що не розкрилися, потрібно викинути). Вийміть мідії, покладіть на їх місце молюсків та варіть також до розкриття (і тут також викиньте ті, що не розкрилися). Вийміть молюсків, і нарешті покладіть хек та варіть до готовності. Готову рибу вийміть та відкладіть вбік.</li> <li>6. Тепер приготуйте зелений соус. Змийте сіль з анчоусів і висушіть їх. Обережно, великим пальцем, відокремте філе анчоусів від хребта. На сковороді розігрійте трохи оливкової олії, додайте фенхель та злегка обсмажте його до м'якості. Вийміть, охолодіть, потім покладіть у блендер разом з іншими інгредієнтами та 550 мл теплої води. Збийте до однорідного зеленого соусу.</li> </ol> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

leave the heads on). Take half the mussels and clams out of their shells (reserving the rest for garnish).

10. Put the rest of the white wine vinegar into a large shallow bowl with 125ml water and put the galettes into the bowl to soak for a few minutes.
11. To assemble the salad the idea is to layer up the hake, galettes and sauce with a different vegetable each time, starting and finishing with the sauce. So you will need seven layers of the sauce, and five layers each of the flaked hake and galettes.
12. First, spread a fifth of the green sauce over the base of a large serving dish, then spread a fifth of the hake over the top, followed by all of the carrots in an even layer, then a fifth of the whole soaked galettes, spread out evenly. Next, spread over another fifth of the sauce, followed by another fifth of the hake, all the celery and another fifth of the galettes. Repeat, this time with the potatoes, then again with the Jerusalem artichokes, and the beetroot, and finishing with a layer of galettes and another layer of sauce. Garnish the top as decoratively as you like, with the lobster tails and/or prawns, langoustines, mussels, clams, the oysters in their shells, pickled artichokes, hard-boiled eggs, green beans, pea shoots if using, and shavings of bottarga.

7. Наріжте всі відварені овочі скибочками та викладіть в окремі миски. Заправте кожену миску столовою ложкою заправки за фірмовим рецептом Джорджію, посоліть і поперчіть.
8. З хека зніміть шкіру та розділіть рибу на окремі шматки. Викладіть у миску, додайте половину білого винного оцту та оливкової олії.
9. З хвостів омарів або креветок зніміть панцирі (якщо використовуєте креветки, то голови можна залишити). Вийміть половину мідій і молюсків з мушель (залиште решту для гарніру).
10. У велику неглибоку миску з 125 мл води додайте решту білого винного оцту та покладіть туди галети, щоб вони добре просочилися протягом кількох хвилин.
11. Щоб зібрати салат, викладайте інгредієнти шарами в такій послідовності: хек, галети та різні овочі, чергуючи їх з соусом. Починайте та закінчуйте шаром соусу. Загалом вам знадобиться сім шарів соусу та по п'ять шарів хека і галет.
12. На дно великої сервірувальної тарілки викладаємо п'яту частину зеленого соусу. Зверху кладемо п'яту частину шматків хека. Далі йде шар нарізаної моркви, потім шар замочених галет, які потрібно рівномірно розподілити по всій тарілці. Знову шар зеленого соусу, потім знову шар хека, шар нарізаної селери та знову шар галет. Повторюємо цю послідовність з картоплею, топінамбуром та буряком. Завершуємо шаром галет та шаром зеленого соусу. Зверху прикрасьте блюдо на свій розсуд: хвостами омарів та/або креветками, лангустинами, мідіями, молюсками, устрицями в мушлях, маринованими артишоками, звареними яйцями «на круто», стручковою квасолею, пагонами гороху (якщо використовуєте) та стружкою боттарги.

## Chapter 2. Translating Culinary Terminology and Ingredient Names: A Lexical and Cultural Analysis of Giorgio Locatelli's *Made at Home*

### 2.1 Examination of Giorgio Locatelli's *Made at Home* and his culinary philosophy. The author's background and style, Locatelli's narrative voice

Cookbooks appeal to a wide range of people, each with their own unique passion for food. Food enthusiasts and home cooks form the core audience, constantly seeking new flavors and cooking techniques to enhance their culinary skills. Novice cooks often turn to cookbooks for guidance and confidence in the kitchen, while experienced cooks find inspiration for innovative dishes and elegant presentations. In this article, we will discuss the book *Made at Home* by Giorgio Locatelli.

Giorgio Locatelli is an acclaimed Italian chef and restaurateur who was born on April 7, 1963, in Carogno. He began his culinary journey at a young age, influenced by his family background: his father was a successful MICHELIN-starred chef, and his uncle, Renato Gnocchi, is renowned for the famous Amaretti di Gallarate, known worldwide. Despite his family's hesitance for him to pursue a culinary career, Locatelli initially studied dental technology but felt an undeniable pull towards cooking. He decided to embrace his passion, starting at "Cinzianella" under his father's mentorship before expanding his horizons abroad.

At the age of 20, Locatelli moved to London in 1983, where he refined his skills at the "Savoy Hotel" and gained experience in Switzerland. However, it was the charm of French cuisine that drew him to Paris, where he worked at "Laurent" and later at "Tour d'Argent." His time at the latter was particularly challenging, marked by bullying and discrimination. Nevertheless, these difficulties motivated him to excel and propelled his successful career. After four years in France and marrying Plaxy Cornelia Exton in 1995, Locatelli returned to London, making a name for himself at "Olivo" and then at "Zafferano," where he received his first MICHELIN star in 1999.

In 2002, he opened his own restaurant, "Locanda Locatelli," which quickly became a benchmark for Italian cuisine in London, earning a MICHELIN star that it has maintained for over two decades. In 2014, disaster struck when a gas leak explosion destroyed the restaurant. After extensive renovations, Locanda reopened with a refreshed menu and culinary approach, inspired by his daughter Margherita, who has severe food allergies and follows a vegan diet. Locatelli adapted the menu to include inclusive and vegan options, catering to his daughter's needs and a growing health-conscious clientele.

Alongside his restaurant endeavors, Locatelli made a foray into television, starring in "Italy Unpacked" with Andrew Graham-Dixon. His culinary knowledge and communication abilities resonated with viewers, making him a popular figure. He has authored several books, including "Tony & Giorgio," "Made in Sicily", and "Made at Home". In 2016, he received the title of Commendatore of the Order of Merit of the Italian Republic. Two years later, his television career took off further as a judge on MasterChef Italia, where he charmed audiences with his engaging personality (Reporter Gourmet. (n.d.)). The book under discussion in this paper - *Made at Home*. The book was published on August 30, 2017. The recipes in this cookbook showcase the author's extensive knowledge of regional Italian cuisine and feature an impressive collection of 150 dishes. As outlined in the book, these recipes are designed to be the kind of meals people would prepare in their own kitchens. They are simple, rustic, and approachable, making them accessible even to novice cooks, while being delicious and diverse enough to satisfy more experienced chefs (Deborah, 2017).

The book is organized into familiar categories that guide readers through meals for the entire day, with most recipes accompanied by stunning, vibrant photographs. Scattered throughout the pages are enticing groupings of four recipes over two pages, each highlighting a single ingredient, complete with beautiful images.

This cookbook includes numerous classic recipes that one would anticipate finding in any Italian culinary collection, as well as a delightful array of unique dishes that creatively blend regional ingredients in innovative ways rarely seen elsewhere.

According to O. A. Ostroushko in recent decades, cooking and the culinary arts have become especially popular in mass culture. Cookbooks and specialized publications like newspapers and magazines are widely available, while numerous cooking shows are broadcast on television and radio. Both professional chefs and cooking enthusiasts now have their own websites, blogs, YouTube channels, and social media groups dedicated to the culinary world. Additionally, culinary tourism is experiencing a notable rise in popularity (Ostroushko, 2022, p. 61).

Furthermore, health-conscious individuals increasingly rely on cookbooks that prioritize fresh ingredients and balanced meals, making it easier to incorporate nutritious options into their daily lives. For many, cookbooks offer more than just recipes; they serve as a gateway to exploring different cuisines and cultures, broadening their culinary horizons.

In essence, the audience for cookbooks is diverse and passionate, united by a shared love for food and the pleasure of cooking. Whether seeking practical guidance, creative inspiration, or cultural exploration, readers find their perfect companion within the pages of a well-crafted cookbook. After reading the book, we can conclude that Giorgio Locatelli wanted not only to give readers new insights into Italian cuisine but also to share the secrets of creating his culinary masterpieces.

As we previously noted *Made at Home* is a cookbook, the type of nonfiction literature that educate the audience about cooking techniques, dishes, and ingredients. Culinary terminology has unique features that make it both rich and complex. It encompasses specific ingredient names, technical terms, measurements, descriptive language, idioms, and cultural references, each of which adds to the nuance of a recipe or culinary text. According to Huseynova O. M. and Shevchenko L. O. the development of culinary terminology has been marked by a continuous influx of borrowed terms, including Latinisms and neo-Latinisms. Many of these terms entered Ukrainian culinary language from European languages, having first been established in English, German, or French. Additionally, the vocabulary expanded with numerous internationalisms. Throughout its formation, culinary terminology encountered specific challenges, particularly those related to structural features such as synonymy and polysemy. Despite varying naming origins, synonymy is still present within culinary terminology. Synonymous culinary terms are diverse and, depending on whether motivating features are identical or distinct, fall into two categories: equivalent and interpretive vocabulary. Equivalent vocabulary reflects identical motivating features, typically expressed through roots or word-forming elements with similar or closely related meanings. In contrast, interpretive vocabulary is distinguished by different motivating features (Huseynova, Shevchenko, 2021, p. 50).

Translation of culinary books is relevant in light of the fact that new culinary influences present challenges during the translation process. The translator must be well-versed not only in the gastronomic culture of their own country but also in the cuisine of the language they are translating into. They should possess knowledge of the lexical, grammatical, and other specific features related to writing culinary terms (Chernova, Harashchenko, 2018, p. 149).

Our focus will be mainly on reproducing the culinary terms and regional ingredients, since translating such vocabulary bridges cultural gaps by introducing people to new cooking techniques, ingredients, and traditions. In addition, translating these terms can help readers find local substitutes when certain regional ingredients are unavailable in their area. Translators can offer alternatives that capture the essence of the original ingredient, ensuring that the recipe remains as close as possible to the original while being adaptable.

Given the points discussed, we can conclude that the book *Made at Home* by Italian chef Giorgio Locatelli serves as an exemplary culinary reference, offering not only a comprehensive collection of recipes but also insights into traditional Italian cooking techniques, regional

ingredients, and the cultural stories behind each dish. Locatelli's book provides readers with a blend of practical recipes and detailed guidance on everything from ingredient selection to mastering authentic Italian cooking methods.

## **2.2 Exploration of the specialized culinary vocabulary and culturally specific ingredients used in the book. The connection between culinary terminology and its cultural context in the translation process**

Giorgio Locatelli's *Made at Home* is a rich tapestry of culinary expertise, cultural heritage, and personal storytelling. The text is imbued with specialized culinary vocabulary and culturally specific ingredients that not only define Italian cuisine but also carry cultural and emotional weight. It goes beyond the conventional boundaries of a cookbook, offering readers a deeply personal narrative interwoven with practical guidance and gastronomic philosophy. Locatelli's use of language reflects his deep connection to Italian culinary traditions, where every term, ingredient, and recipe serves as a cultural reference point. This book, like recipes, culinary TV shows, and food blogs, deals with food preparation, cooking, and consumption. According to Chernova Yu. V. and Harashchenko T. S. the gluttonous discourse encompasses all communicative situations connected to the processing, preparation, and enjoyment of food. It involves a range of participants, from chefs and waiters to readers and viewers of culinary content. The discourse spans various genres, including recipes, menus, gastronomic advertisements, and thematic TV programs. Each of these genres presents lexical challenges for translators, as they involve culturally specific ingredients, techniques, and stylistic elements (Chernova, Harashchenko, 2018, p. 148). There is a wide variety of dishes and recipes worldwide, each national cuisine featuring unique ingredients, cooking methods, and dining traditions. These culinary elements are shaped by the region's natural resources and geography. As global interest in culinary arts grows, the need to study related terminology becomes increasingly important (Hertsovska, Yablonska, 2015, p. 180).

The target audience of a cookbook is an important consideration, as it significantly affects the translator's decision to choose the appropriate translation techniques. As J. Neuhaus notes in her book *Manly Meals and Mom's Home Cooking: Cookbooks and Gender in Modern America*, cookbooks can have different purposes: churches and community organizations use them to collect donations; food companies and kitchenware brands promote their products; health experts share the benefits of specific diets; celebrities and chefs build their public image; while cultural enthusiasts strive to preserve their ethnic, family, or traditional culinary heritage (Neuhaus J., 2003). In the case of *Made at Home*, Giorgio Locatelli is not addressing professional chefs, but ordinary readers who cook at home and appreciate traditional Italian cuisine combined with personal stories. Therefore, the translation had to be adapted to a lay audience - without overly technical terminology, with explanations of cultural realities and maintaining an emotional tone that helps establish a trusting connection with the reader.

As we mentioned earlier, the book contains a lot of culinary terminology. Based on the work of Huseynova O. M. and Shevchenko L. O., culinary terminology refers to a specialized set of terms that define the core concepts of cooking as both a science and a professional field. Modern research on culinary terminology explores the theory of general terminology, the globalization of culinary terms, the evolution of national culinary terminology systems, as well as the stylistic and discursive functions of these terms and their metaphorical significance (Huseynova, Shevchenko, 2021, p. 51). Therefore, the classification of culinary terms plays a crucial role in organizing and understanding this specialized vocabulary, enabling clearer communication within the culinary field and facilitating more accurate translation across cultures. The classification of culinary terms, as defined by Derzhavetska I. O., helps ensure clearer communication and more accurate translation across different cultures. The terms are grouped based on various categories such as types of food, food quality and preparation, taste properties, and food products. The latter is further divided into fruits, vegetables, meats, seafood,

desserts, cereals, and beverages, both non-alcoholic and alcoholic. Additionally, the classification includes terms related to culinary professionals, such as chefs and bakers, as well as establishments like cafes and buffets (Derzhavetska, 2015, p. 94).

In Locatelli's book, the terminology used to describe culinary concepts plays an essential role in shaping the understanding of both traditional and contemporary cooking practices. As the author is Italian, the book incorporates many Italian culinary terms, reflecting the rich heritage and traditions of Italian cuisine. Italian culinary terms function not only as labels for specific dishes but also as culturally charged lexical units that convey preparation methods, regionality, and traditional values. In our research, we distinguish between dishes and ingredients, as both categories demonstrate different translation challenges and cultural significances.

According to the Cambridge Dictionary (n.d.), an ingredient is defined as "a food that is used with other foods in the preparation of a particular dish" (Cambridge dictionary, (n.d.)).

For example:

"00 flour" – «пшеничне борошно з м'яких сортів пшениці туну 00» - a finely milled Italian flour used especially in pasta and pizza dough, indicating a preference for smooth texture and elasticity in traditional Italian cooking.

"Jerusalem artichokes" – «топінамбури» - root vegetables with a sweet, nutty flavour, often used in soups or purees.

"Almond" – «мигдаль» - a widely used nut in both savoury and sweet Italian dishes, from biscotti to sauces.

Among the culinary terms featured in *Made at Home*, many refer to ingredients deeply rooted in specific Italian regions and their gastronomic traditions. For example, "*Cavolo nero*" – «Кануста кале», is a staple in traditional dishes from Tuscany. "*Puntarelle*" – «Пунтарелле», a type of chicory with crisp shoots, is closely associated with Roman cuisine and is often served as a salad dressed with anchovy and garlic vinaigrette. "*Radicchio di Treviso*" – «Радіккіо ді Тревізо», originating from the Veneto region, is known for its use in grilled salads and risottos, while "*Radicchio di Castelfranco*" – «Радіккіо ді Кастельфранко», also from Veneto, is prized for its delicate texture and slightly sweet flavor.

These examples show how ingredients in culinary texts are not only lexical units, but also culturally significant elements that reflect regional practices, traditional preferences, and local produce. However, ingredients only gain their full cultural and gastronomic meaning when they are combined to create a dish — a complete culinary unit prepared in a particular way and often tied to a specific context, tradition, or occasion.

According to the Merriam-Webster Dictionary (n.d.), a dish is "a prepared food item, especially one forming part of a meal." This definition highlights the idea that a dish is not merely a combination of ingredients, but a product of specific preparation methods, often associated with cultural and regional traditions (Merriam-Webster Dictionary (n.d.)).

Let us consider the following examples:

"*Risotto with saffron*" – «Різотто з шафраном» - refers to a classic Northern Italian dish, where the technique of slowly cooking rice in broth reflects a hallmark of Italian culinary practice.

Dishes such as "*Osso buco*" – «Оссо буко», a Milanese dish that features braised veal shanks, and "*Spezzatino*" – «Спецціно», a meat stew cooked slowly, are not only food, they embody that Italian regional cooking tradition. Furthermore, we can see how well "*Scallopine*" – «Скалопіне» - called any thinly sliced meat that is cooked with sauces, emphasizes the Italian sensibilities of simplicity, freshness, and enhancement of natural flavour from basic technique.

In addition to the recipes, many cookbooks feature introductory sections, contextual information, commentary, personal reflections, and memories associated with specific meals and occasions (Lehmann, 2013). One of the distinctive aspects of Giorgio Locatelli's style in *Made at Home* is the blending of culinary instructions with personal stories and anecdotes. This approach transforms the traditional cookbook into a hybrid genre that combines elements of memoir, essay, and culinary guide. For instance, in the section "The places I call home,"

Locatelli recalls: *“Home means many things to me. Home is north London with my wife, Plaxy, and now grown-up ‘kids’, Jack and Margherita, who come and go but still expect to raid the fridge as soon as they walk through the door...”* – «Дім для мене - це набагато більше, ніж просто місце проживання. Перш за все, це наше з дружиною сімейне гніздечко на півночі Лондону. Разом із Плаксі ми створили тут атмосферу, де завжди раді гостям, особливо коли це наші діти, Джек і Маргарита... ». He continues with a touching account of his daughter’s severe food allergies and how it shaped their family’s cooking habits. These sorts of passages foster an emotional connection between writer and reader, which is how Locatelli makes this cookbook more than a mere book of recipes. By sharing personal stories and more intimate memories, Locatelli’s narrative welcomes the reader into his life and makes it feel more familiar or relatable, as the writer affords the reader a sense of trust. A cookbook written in narrative style does more than simply add substance to the content. It creates an impression of connectedness for to the reader through what is, fundamentally, a recipe book.

As we have already noted, the book contains a lot of emotionally charged vocabulary, anecdotes, idiomatic expressions, humorous inserts, which greatly complicates the translation process. When translating stylistic devices, such as similes, epithets, metaphors, proverbs, etc., the translator must determine whether to retain the original image or replace it with another, taking into account the peculiarities of the Ukrainian language, word usage, and word combinations. A complete translation of a work of fiction involves the adequate conveyance of both content and stylistic features, preserving the artistic connotations of words, while adhering to the language norms adopted for a particular genre (Ostapenko, Kuts, 2022, p. 192). Translating idioms is one of the most difficult stages in a translator’s work. The risk of error arises already at the first stage, as idioms can only be recognized through the context and general logic of the statement. When translating an idiom, it is important not only to convey its meaning, but also to preserve the stylistic tone and expression, which will depend on the context and cannot always be determined by dictionaries. Translation is also complicated by the phenomena inherent in idioms and other lexical units, such as synonymy, polysemy, and homonymy (Alyieva, Kostyk, 2023, p. 12).

For instance:

*“...Jack and Margherita, who come and go but still expect to raid the fridge as soon as they walk through the door”* – «... Джек і Маргарита, які, незважаючи на вік, досі люблять пошукати щось смачненьке в холодильнику, тільки-но переступивши поріг» - the phrase “raid the fridge” is idiomatic, it expresses a casual, familiar act of looking for food, using figurative language to suggest playful or habitual behavior rather than an actual raid.

*“But for me, that should always be at the heart of all home cooking...”* – «Для мене основа домашньої кухні — це гнучкість...» - “at the heart of” is an idiom meaning “the most important part”, it uses metaphor to emphasize emotional or cultural values at the center of cooking.

To translate humor based on culturally specific vocabulary, the first step is to determine its role in creating the comic effect. Depending on this function, the appropriate reproduction technique is chosen. If humor is based on wordplay with cultural elements, the cultural component is often lost for objective reasons. However, the comic effect can be conveyed through similar vocabulary, image change or translation commentary, because the key task in such cases is to preserve the humorous content (Pidhrushna, 2013, p. 573). Jokes based on wordplay often create comic situations that are not always easy to understand, as they convey a subtle shade of humor. This feature makes it difficult to transfer such elements from English to Ukrainian. Translation difficulties can arise in the most unexpected places - even where it comes to seemingly simple words (Stoyanova, Chernenko, 2020, p. 409).

Let’s look at some examples:

*“When I was cooking at the Savoy I thought of myself as the King of the Cauliflower ... but the truth is I never liked cauliflower much”* – «Коли я працював кухарем у готелі «Савой» (Savoy), я відчував себе справжнім королем цвітної капуста... Цікаво, що насправді я

ніколи не любив цвітну капусту» – the phrase “King of the Cauliflower” is a humorous metaphor, it exaggerates the speaker’s pride in something he doesn’t even enjoy, creating irony that makes the sentence funny.

“When I was small, my grandad had to stop me pulling up all the carrots in the garden, washing them and eating them straight away, like Bugs Bunny” – «Коли я був дитиною, дідусь мусив зупиняти мене, коли я виривав усю моркву в саду, мив її і з’їдав одразу, як Багз Банні» - the comparison “like Bugs Bunny” is a humorous simile, it uses a cultural reference to a cartoon character famous for loving carrots, making the memory more vivid and funny.

“They are all made with oil and vinegar, so they will keep for up to a month, unless you have a son like Jack, in which case it will be a few days” – «Усі вони приготовані з олії та оцту, тож можуть зберігатися до місяця — хіба що у вас є такий син, як Джек, тоді протримаються кілька днів» - the punchline “unless you have a son like Jack” adds a humorous twist to the factual statement, turning it into a playful comment about a family member’s big appetite.

So, the book combines culinary instructions with personal stories, which helps the reader to fully understand the content of the text. This structure, which includes emotionally charged vocabulary, anecdotes, humor, and cultural allusions, complicates translation because it requires not only an accurate reproduction of the content but also the preservation of stylistic features, tone, and cultural context. The translator has to find a balance between conveying the original imagery and adapting to the peculiarities of the target language, which is necessary to ensure an adequate reflection of the semantic and emotional shades of the text.

Translation is often compared to cooking: both involve taking unfamiliar elements - whether words or ingredients - and adapting them into something appealing and understandable for a new audience. Like a cook, a translator must select the right components, adjust them to suit the cultural tastes of the target group, and sometimes simplify or replace elements to ensure clarity and resonance (Chiaro, Rossato, 2015, p. 238). This is especially important in cookbooks like *Made at Home*, where the language reflects cultural identity. Translators not only need to ensure accuracy in terms of ingredients and cooking methods but also capture the cultural essence of the original text. A culinary translator’s expertise goes beyond having extensive knowledge, lexical proficiency, and understanding the grammatical rules of culinary texts. Another crucial aspect of this expertise is the adherence to relatively fixed principles of composition and information structure, which are more consistent and less varied compared to other genres (Paradowski, 2017, p. 61). The translator acts as a cultural mediator and must convey culinary terms clearly while preserving their national and historical flavor when needed. A key challenge is translating realia - culture-specific items with no direct equivalent in the target language (Panchenko, 2021, p. 91).

In conclusion, *Made at Home* by Giorgio Locatelli serves as a complex intertwining of culinary terminology, regional specificity, and stylistic richness that complicates the translation process. The text occupies a hybrid genre of culinary narrative, meaning it incorporates features from cookbooks with a personal narrative. The translation of such a text offers challenges that go beyond simple translation from one language to another in that there is specialized, culinary vocabulary that is directly tied to specific cultural contexts. It is with these challenges of preserving the authenticity of culturally specific ingredients, cooking techniques, and their associated practices, while, at the same time, being accessible and understandable in the target culture, that the translator faces these particular challenges. It is clear that there are significant and unique stylistic features of Locatelli’s narrative that have to be accounted for, and these features include the emotive subtext, imagery, and personal anecdotes. The work of the translator is more than providing an accurate, word-for-word translation, their work is of a cultural intermediary, making both the literal and figurative flavours of *Made at Home* travel. The complexities surrounding the translation of culinary texts will be further explored in the subsequent section, focusing on the challenges of conveying both the cultural and linguistic essence of the original work and the techniques employed to address these challenges. Through

this lens, *Made at Home* becomes not just a cookbook but a cultural artifact, and the translator plays a key role in ensuring its flavors, both literal and figurative, are faithfully and engagingly shared across linguistic borders.

### **2.3 Techniques for translating culturally specific ingredients and culinary terms. Addressing challenges in preserving both meaning and cultural significance during translation. Examples from the book to demonstrate successful translation techniques for ingredient names**

The translation of culturally specific ingredients and culinary terminologies presents an interesting challenge, as these lexical items frequently have multiple meanings that are often enshrined in tradition; anchored to place; and tied to social identity, belonging, and community. Culinary terms function as descriptive terms in a productive sense, as well as being culturally bound realia, the real interpretation of which must include the semantic meaning of the term, as well as its cultural resonance in the target language. Particular attention must be paid in the translation of culinary texts to ingredients that are specific to a foreign culture and convey its distinctive character. This includes the names of items that may not exist in other cultures, such as certain herbs, sauces, cheeses, and similar products (Demchenko, Tverdokhlib, 2023, p. 200). When food functions as a system of communication that reflects cultural values, beliefs, and identities, translators face a significant ethical responsibility. In such cases, food is not just nourishment but a symbolic language, and its translation requires careful attention to preserve its deeper meanings and avoid cultural misrepresentation (Vidal Claramonte, Faber, 2017, p. 2). Scholars Hoang Thi Hue and Thao Do Phuong (2022, p. 263) emphasize that preserving cultural values in translation necessitates a deep cultural awareness, enabling translators to convey not just the semantic content but also the cultural essence of the source text.

In order to accurately convey the names of dishes and ingredients in translation, various techniques must be employed, taking into account not only the literal meaning but also the cultural and culinary significance of each term. Ultimately, effectively translating dish names is not just a matter of translating authentic dish names authentically to the target audience. In our project, we will rely on the techniques of translation proposed by Molina and Hurtado Albir, whose classification provides a comprehensive framework for analyzing the techniques used to translate culturally specific ingredients and culinary terms. Among the wide range of translation techniques, our focus has been placed on the following: Borrowing, Modulation, Calque, Equivalence, Explication, Generalization, and Literal Translation. These particular techniques were selected due to their relevance in analyzing the linguistic and cultural transformations that occur in the process of translation in Giorgio Locatelli's *Made at Home*. Each of them reflects a specific approach to solving lexical, syntactic, or pragmatic challenges (Molina, Hurtado Albir, 2002, p. 509).

As we have already noted in our research, we have divided the items into dishes and ingredients in order to analyze their translation more effectively. First, we will examine the translation of ingredients. This will be followed by an analysis of the translation of dishes.

The first procedure under examination in this chapter is borrowing, a fundamental translation technique particularly prevalent in the rendering of culture-specific terms, especially within gastronomic discourse. As it is defined, borrowing entails the direct incorporation of a lexical item from the source language into the target text, either without any modification (pure borrowing) or with adaptation to the phonological and morphological conventions of the target language (naturalized borrowing).

Let us consider some examples of the usage of pure borrowing in our translation:

*“Halve any large florets of romanesco and cauliflower: you want all the pieces to be of a similar size so that they cook consistently”* – *«Розріжте великі суцвіття романеско та цвітної капусти навпіл: усі шматочки мають бути приблизно однакового розміру, щоб вони рівномірно приготувалися»* - the variety of broccoli in Italy, with its fractal shape, has

been transferred as is, since terminological specificity was required, there were no recognizable or culturally significant representations in Ukrainian.

*“Cicerchia is an ancient chickpea-like legume (known in Britain as the grass pea) that is one of the almost-extinct crops that has been revived and championed and made fashionable by the Slow Food movement”* – «Чина — давня бобова культура, схожа на нут (відомий у Великій Британії як трав'яний горох), яка ледь не зникла, але отримала нове життя завдяки руху Слоу Фуд, який популяризує її» - this ancient legume has been kept in its original form in Ukrainian «Чина» as a phonetic transliteration without adaption, which is botanically speaking, a pure borrowing.

Now, we will consider an example of translating dish name:

*“Cappon magro was one of the dishes that the great Italian chef Nino Bergese was most proud to put his name to”* – «Каппон магро — одна зі страв, якою найбільше пишався легендарний італійський шеф-кухар Ніно Бергезе і яку він навіть пов'язував зі своїм ім'ям» - this traditional Ligurian dish has been retained in its original form, maintaining cultural specificity and culinary tradition. A pure borrowing retains the Italian orthography and phonetics without altering the word.

From this we could conclude that pure borrowing is used when there is a need to retain the original linguistic form of culturally specific or terminologically specific items, and where there has been no appropriate contexts for equivalents in the target language. In the examples reviewed, the use of these techniques was successful because they ensured that the Italian phonetics, orthography and cultural meaning was retained.

Let us now consider the use of naturalized borrowing. This technique involves the integration of a foreign word into the target language by modifying its pronunciation and spelling. In contrast to the pure model of borrowing, naturalized borrowing reflects a greater degree of adaptation, making it easier for the intended audience to access it while still retaining its culinary or cultural origin.

*“Line a baking tray with baking paper and lay the slices of pancetta on top”* – «Застеліть деко папером для випічки, викладіть скибочки панчетти та запікайте 40 хвилин до хрусткої скоринки» - the Italian cured meat has been still reproduced phonetically retains cultural specificity and technical specificity.

For example some dish names:

*“I really like it with crunchy polenta crisps”* – «Особливо смакує ця страва з хрусткими чипсами з поленти» - the term «полента» has been naturalized, that is, phonetically and orthographically assimilated into Ukrainian with reference to the original Italian dish.

*“Creamed salt cod salad with confit cherry tomatoes”* – «Салат з кремовим філе тріски та помідорами черрі конфі» - «черрі» and «конфі» have been naturalized borrowings suggesting their assimilation into the Ukrainian language of cuisine. The maintenance of the foreign spelling is characteristic of the adaptation.

Naturalized borrowing applies to adapting words from other languages to suit the phonological and orthographic systems of the language in question. This custom ensures that readers are able to understand the information, and at the same time, there is no loss of link to the culture. It is most often applied to culturally marked items that have gained partial integration in the target linguistic system.

During the translation process, we had to combine the techniques of borrowing and amplification to ensure both cultural accuracy and clarity for the target audience. According to Molina and Hurtado Albir, amplification is the process of introducing additional information in the target text that is not explicitly stated in the source text. In the examples provided:

*“I like a mix of the long Treviso radicchio which comes from the Veneto, and, in the months between November and March, radicchio tardivo”* – «Мені подобається поєднання довгого червоного цикорію сорту радиккіо Тревізо, який вирощують у регіоні Венето та сорту радиккіо Тердіво, який зазвичай цвіте з листопада по березень» - the name “radicchio tardivo” comes in without translation from a source language and an explanatory addition

“corty” has been used to make clear what kind of it is without loss of clarity in the target language.

“*dried cannellini or other white beans 150g*” – «150 г сушеної білої квасолі сорту Каннеліні або інших білих бобів» - the name of the specific bean variety “Cannellini” has been kept at the same time as adding an explanatory word «біла квасоля сорту» so that the type of bean can be understood by the Ukrainian reader.

“*dried borlotti beans 150g*” – «150 г сушеної квасолі сорту Борлотті» - in the same way as Cannellini, the name Borlotti has been kept in the form of a surname under a borrowing system. The addition of «corty” helps to make clearer the identification of the bean.

“*long banana shallots 2, or 4 small round ones, finely chopped*” – «2 довгі цибулі сорту Банановий шалот або 4 маленькі круглі, дрібно нарізані» - the term “shallots” has been adapted phonetically into Ukrainian, while the domestication process affects «банановий» adjective. The explanation of «corty» guarantees clarity.

By combining these techniques, the translation maintains both the cultural integrity of the original terms and provides necessary context for the target audience.

We will now examine generalization. It involves replacing a specific term with a broader one in the target language.

Example of an ingredient:

“*Although you could make the salad with fresh or frozen broad beans*” – «Салат можна приготувати як зі свіжою, так і з замороженою квасолею» - the specific type has been rendered by a more general Ukrainian term.

The next technique we will consider is modulation. It is a translation technique that shifts the perspective or cognitive category of the source text. It changes the way a concept is expressed, either lexically or structurally, to make it more natural in the target language. Examples include shifts like cause for effect or abstract for concrete.

For example dish like:

“... and I made a cauliflower cheese that was a work of art, really light and perfectly glazed” – «Але справжнім кулінарним шедевром, таким легким, повітряним та досконало глазурованим, я вважав цвітну капусту в сирному соусі...» - the term has been modulated for better understanding by the audience while capitalizing on the main components of the dish.

This technique effectively modifies the expression to ensure clarity and relevance, aligning the translation with the cultural and linguistic norms of the target language.

We will demonstrate an example of combining modulation with generalization.

In the case of “*polenta flour 50g*” – «50 г кукурудзяного борошна» - the term was adapted to a more widely recognized ingredient in Ukrainian, shifting the focus from a specific Italian flour to a local concept. This shift is an example of both modulation, where a concept is expressed in a more culturally relevant way, and generalization, where a specific term is replaced by a broader, more general term to make the translation more accessible to the target audience.

We will also consider the technique of calque. A calque involves the literal translation of a foreign word or phrase into the target language, maintaining both its structure and meaning. This can be either lexical, where individual words are translated, or structural, where the phrase’s overall structure is retained in the target language.

Let us show you how it works in practice:

“*Catalogna chicory 2 bunches*” – «2 пучки каталонського цикорію» - this term is a calque, where “Catalogna” (the Italian name for the region) has been translated as «каталонський» and “chicory” is put as «цикорій» so that you can still determine the original meaning and form of the foreign term in Ukrainian.

In this case, a calque adapts a foreign term by providing direct translations of its components, and keeps the original meaning intact, while making it seem more familiar in the target language.

We will consider established equivalent as a translation technique. Established Equivalent is used when the source language expression is replaced by a completely different phrase or term

that conveys the same meaning or idea in the target language. This technique is often used in cases where there is no direct translation or when cultural or linguistic differences require an entirely new expression to convey the same message.

Examples of established equivalents:

*"I always think it is a good dish for kids who are not keen on vegetables, because Swiss chard is not known for its huge flavour"* – «Я вважаю цю траву хорошим варіантом для дітей, які не дуже люблять овочі, адже мангольд не має різкого смаку» - here, a specific type of leafy green has been directly translated using a term commonly understood in Ukrainian.

*"Lift out and drain on kitchen paper, then add to the bowl, together with the lamb's lettuce"* – «Витягніть і обсушіть на кухонному папері, потім додайте в миску разом із польовим салатом» - this translation adapts the term "lamb's lettuce" to a Ukrainian equivalent that uses the same idea, and only addresses local knowledge of the plant.

*"Mix equal quantities of 00 flour and semolina flour in a shallow bowl and lift the courgettes into the flour."* – «... змішайте однакову кількість борошна вищого ґатунку та манної крупи і обваляйте кабачки в отриманій суміші» - in this case, the term for semolina flour has been translated into its Ukrainian counterpart «манна крупа» based on local experience and expectations of the product.

*"fresh yeast 15g"* – «15 г свіжих дріжджів» - the term "yeast" has been translated into «дріжджі», a direct equivalent in Ukrainian.

*"caster sugar 200g"* – «200 г цукрової пудри» - this translation replaces the source term with a more culturally familiar and commonly used one in Ukrainian cuisine.

In these examples of ingredients, established equivalence helps preserve the meaning while adapting the expression to the target language's culture and vocabulary.

Let us now examine literal translation as a technique. It refers to a word-for-word rendering from the source language into the target language, maintaining both the structure and meaning where possible.

For instance such ingredients as:

*"Red wine vinegar"* – «червоний винний оцет»

*"White wine vinegar"* – «білий винний оцет»

*"Thai chilli paste"* – «тайська паста чилі»

*"Coarse sea salt"* – «морська сіль грубого помелу»

*"Flat-leaf parsley"* – «плоска петрушка»

*"Watercress leaves"* – «листя крес-салату»

Culinary translation is a problem-solving process in which seemingly transparent terms may conceal semantic ambiguity. Due to overlapping meanings, accurate rendition requires linguistic precision and cultural awareness to ensure terminological clarity and conceptual fidelity (Hebbo, Murielle, 2023, p. 74). Thus, the translation of culinary terminology goes beyond merely finding equivalents. The greatest challenges for translators arise when dealing with recipes, menus, and specific dish or ingredient names. The core issue lies in the divergence between national culinary traditions and those of the target culture (Chernova, Harashchenko, 2018, p. 149).

In conclusion, the translation of culturally specific ingredients and culinary terms demands not only linguistic competence but also a profound understanding of cultural nuances, gastronomic traditions, and the expectations of the target audience. In this section, we analyzed a range of translation techniques — borrowing (pure and naturalized) (39%), amplification (15%), modulation (6%), calque (2%), established equivalent (13%), generalization (4%), and literal translation (21%) — based on the classification by Molina and Hurtado Albir. These techniques were selected for their effectiveness in addressing both linguistic and cultural challenges in the translation of culinary discourse, as demonstrated through examples from Giorgio Locatelli's *Made at Home*.

## Conclusions

This paper has explored the translation of culinary terminology and ingredient names from Giorgio Locatelli's *Made at Home* into Ukrainian, focusing on the challenges and strategies for preserving both meaning and cultural significance. Through the detailed analysis of Locatelli's work, we examined his unique culinary philosophy and narrative style, emphasizing the importance of his background and how it influences his writing. The study revealed that translating specialized culinary language requires a thorough understanding of both the culinary and cultural contexts to ensure an accurate and meaningful translation.

In the chapter, *Examination of Giorgio Locatelli's Made at Home and his culinary philosophy. The author's background and style, Locatelli's narrative voice*, we examined the author's background, highlighting his expertise as a chef and his ability to blend culinary knowledge with personal storytelling. This combination gives his work a distinct narrative voice that is both informative and engaging. Understanding Locatelli's style was essential for ensuring that his narrative voice and the richness of his culinary philosophy were retained in the translation process. This also helped frame the translation approach, which aimed to balance the informative culinary content with the emotional and personal touch that Locatelli infuses into his writing.

In the chapter, *Exploration of the specialized culinary vocabulary and culturally specific ingredients used in the book. The connection between culinary terminology and its cultural context in the translation process*, we focused on the specialized culinary terms and culturally specific ingredients in *Made at Home*. We identified that many of these terms do not have direct equivalents in Ukrainian, and their translation requires sensitivity to both linguistic accuracy and cultural context. The chapter emphasized the importance of understanding how culinary terminology is deeply tied to cultural identity. This relationship between food, culture, and language posed challenges in translating these terms while retaining their meaning and significance.

In the chapter, *Techniques for translating culturally specific ingredients and culinary terms. Addressing challenges in preserving both meaning and cultural significance during translation*, we applied Molina and Hurtado Albir's classification of translation techniques to navigate the challenges presented by specialized culinary language. The study revealed that these techniques played a crucial role in ensuring that the translation was both linguistically accurate and culturally resonant. By applying the appropriate translation techniques, we were able to preserve the stylistic integrity of the original text while adapting it for the Ukrainian context. The examples from the book demonstrated how effective translation techniques can help convey the cultural significance of the ingredients and dishes while ensuring that the translation remains natural for the target audience.

In conclusion, this research has demonstrated that translating culinary works like *Made at Home* requires careful consideration of both linguistic and cultural factors. The successful translation of culinary terminology depends on the application of various translation techniques, each chosen to preserve the meaning, style, and cultural resonance of the original text. By examining Locatelli's narrative voice, the specialized culinary vocabulary, and the translation techniques used, we have gained a deeper understanding of how to approach culinary texts in translation. Further research could explore a broader range of contemporary culinary texts and compare translation techniques across different languages. This would help to deepen our understanding of how cultural identity is shaped and conveyed through food-related discourse in translation.

## List of references

1. Алиєва, А. Д., & Костик, Є. В. (2023). ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ АНГЛІЙСЬКИХ ІДИОМ. Нова філологія, (89), 9–14. <https://doi.org/10.26661/2414-1135-2023-89-1>
2. Cambridge University Press. (n.d.). Ingredient. In Cambridge Dictionary. Retrieved April 13, 2025, from <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/ingredient>
3. Chiaro, D., & Rossato, L. (2015). Food and translation, translation and food. The Translator, 21(3), 237–243. <https://doi.org/10.1080/13556509.2015.1110934>
4. Deborah. (2017, October 26). Made At Home – by Giorgio Locatelli. Italian Food Forever. Retrieved January 10, 2025, from <https://italianfoodforever.com/2017/10/made-at-home-by-giorgio-locatelli/>
5. Демченко Н., Твердохліб В. Особливості перекладу польського гастрономічного дискурсу. Modern scientific trends and youth development. The 29th International scientific and practical conference “Modern scientific trends and youth development” (July 25–28, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023 ..., 2023.
6. Державецька І. О. Глютонічний дискурс: перекладацький аспект / І. О. Державецька // Наукові записки Національного університету “Острозька академія”. Серія : Філологічна. – 2015. – Вип. 52. – С. 93–96. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf\\_2015\\_52\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_52_33)
7. Герцовська Н. О., Яблонська К. В. Аналіз сучасної англійської кулінарної термінології // Наукові записки Національного університету “Острозька академія”. Серія : Філологічна. – 2015. – Вип. 51. – С. 180–182. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf\\_2015\\_51\\_68](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_51_68)
8. Гусейнова, О., & Шевченко, Л. (2021). РОЗВИТОК КУЛІНАРНОЇ ТЕРМІНОЛОГІЇ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ПЕРЕКЛАДУ. Молодий вчений, 3 (91), 49–53. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-3-91-11>
9. Hebbo, M. (2023). Translating Culinary Art Terminology in the Light of the Relevance Theory and Overt and Covert Strategies Case Study: Translating Recipes from the Website Instantpot.com. Holy Spirit University of Kaslik.
10. Hoàng, Huế & Phuong, Thao & Nguyen, Nguyen. (2023). Preserving Cultural Values in Translation to English. 252-268. 10.2478/2022-0028.
11. LEHMANN, GILLY. “Reading Recipe Books and Culinary History: Opening a New Field.” In Reading and Writing Recipe Books, 1550–1800, edited by Michelle DiMeo and Sara Pennell, Manchester University Press, 2013, pp. 93–113. JSTOR, <http://www.jstor.org/stable/j.ctv5npjfw.11>. Accessed 12 May 2025
12. Merriam-Webster. (n.d.). Dish. In Merriam-Webster.com dictionary. Retrieved April 13, 2025, from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/dish>
13. Molina, Lucía & Albir, Amparo. (2002). Translation Techniques Revisited: A Dynamic and Functionalist Approach. Meta: Journal des traducteurs, 47, 498. <https://doi.org/10.7202/008033ar>
14. Neuhaus, J. (2003). Manly meals and mom’s home cooking : cookbooks and gender in modern America. Johns Hopkins University Press.
15. Ostapenko, S. A., & Kuts, M. O. (2022). Methods of rendering emotionally coloured vocabulary in the process of literary translation. Закарпатські філологічні студії, Т. 2, вип. 22, С. 190–194. URL: [http://zfs-journal.uzhnu.uz.ua/archive/22/part\\_2/34.pdf](http://zfs-journal.uzhnu.uz.ua/archive/22/part_2/34.pdf)
16. Ostroushko, O. (2022). Pereklad realii u tekstakh kulinarlykh videoretseptiv [Translation of realias in culinary video recipes texts]. Problemy humanitarnykh nauk: zbirnyk naukovykh prats Drohobyskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Ivana Franka. Seriiia «Filolohiia» – Problems of Humanities. «Philology» Series: a collection of scientific articles of the Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University, 52, 61–69. <https://doi.org/10.24919/2522-4565.2022.52.8>

17. Panchenko, O. (2021). GLUTONIC DISCOURSE AS A PROBLEM OF TRANSLATION. Науковий вісник ДДПУ імені Івана Франка. Серія: Філологічні науки (мовознавство), 90–95. <https://doi.org/10.24919/2663-6042.16.2021.15>
18. Paradowski, M. B. (2017). What's cooking in English culinary texts? Insights from genre corpora for cookbook and menu writers and translators. *The Translator*, 24(1), 50–69. <https://doi.org/10.1080/13556509.2016.1271735>
19. Підгрушна О. Г. Переклад гумору: відтворення культурно-специфічної лексики / О. Г. Підгрушна // Мова і культура. – 2013. – Вип. 16, т. 4. – С. 572–577. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mik\\_2013\\_16\\_4\\_100](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mik_2013_16_4_100)
20. Reporter Gourmet. (n.d.). Giorgio Locatelli. Reporter Gourmet. Retrieved January 10, 2025, from <https://reportergourmet.com/en/chef/291-giorgio-locatelli>
21. Стоянова Т., Черненко К. Особливості перекладу англійського гумору українською // Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського : Лінгвістичні науки : зб. наук. праць. – Одеса: Астропринт, 2020. – № 31. – С. 401–418.
22. Vidal Claramonte, M. Á., & Faber, P. (2017). Translation and food: the case of mestizo writers. *Journal of Multicultural Discourses*, 12(3), 189–204. <https://doi.org/10.1080/17447143.2017.1339352>
23. Чернова Ю. В., Гаращенко Т. С. Кулінарна термінологія та проблеми її перекладу // Молодий вчений. – 2018. – № 12(1). – С. 148–151. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv\\_2018\\_12\(1\)\\_40](http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2018_12(1)_40)

## Appendix

### Translation techniques

