



Блюда из грибов



Быстро, вкусно, просто

Блюда из грибов

«АСТ»

2011

Блюда из грибов / «АСТ», 2011 — (Быстро, вкусно, просто)

ISBN 978-5-457-27905-6

С древности и по сей день грибы являются заменой мясу и прочим мясным продуктам. Приготовьте по предлагаемым рецептам вкусные и полезные блюда. Для широкого круга читателей.

ISBN 978-5-457-27905-6

, 2011
© АСТ, 2011

Содержание

Уникальное творение природы	6
Закуски из грибов	7
Нарезка с грибами	7
Рулеты из килек с мелкими маринованными грибами	8
Масло из грибов	9
Грибная икра	10
Свежие грибы с луком и яйцами	11
Помидоры, фаршированные треской с шампиньонами	12
Маринованные грибы с тимьяном и гвоздикой	13
Бутерброды с грибами и помидорами	14
Бутерброды с шампиньонами и яблоком	15
Бутерброды с паштетом из грибов	16
Гренки с грибным соусом	17
Гренки с запеченными грибами	18
Сельдь с грибами и маринованным луком	19
Яйца, фаршированные грибами с килькой и ветчиной	20
Салаты из грибов	21
Салат из маринованных грибов с креветками	21
Грибной салат с картофелем, огурцами и квашеной капустой	22
Грибной салат с ветчиной, картофелем и помидорами	23
Разноцветный салат с грибами	24
Салат из шампиньонов с яйцами, помидорами и лимонным соком	25
Грибной салат с солеными огурцами и сельдью	26
Грибной салат с ветчиной или колбасой и огурцами	27
Салат грибной со спаржей, зеленой фасолью и помидорами	28
Салат из спаржи и сельдерея с грибами	29
Грибной салат со сладким перцем и коньяком	30
Грибы с белым вином и чесноком	31
Салат из маринованных грибов с вареной рыбой и солеными огурцами	32
Салат из свежих шампиньонов и яиц	33
Салат из свежих шампиньонов с картофелем и зеленым горошком	34
Салат из свежих грибов, картофеля и сельдерея	35
Салат из свежих грибов с зеленым горошком и огурцами	36
Классический грибной винегрет	37
Винегрет из шампиньонов с оливковым маслом и яблочным соком	38
Первые блюда из грибов	39
Суп картофельный с грибами	39
Суп-крем с грибами и острым мексиканским соусом	40
Суп из лисичек	41
Пестрый суп из свежих грибов	42
Суп из белых грибов с картофелем	43
Суп из грибов с крапивой	44

Грибная солянка со свежими грибами	45
Суп с грибами и домашней лапшой	46
Конец ознакомительного фрагмента.	47

Блюда из грибов

Составитель Костина Дарья

Уникальное творение природы

С древности и по сей день грибы являются заменой мяса и прочих мясных продуктов. Они являются уникальным творением природы. По количеству белка сушеный гриб достигает до 30% всей его массы. Грибы являются лидерами по содержанию углеводов, клетчатки, аминокислот, различных жироподобных веществ, таких как эфирные масла и жирные кислоты. Но самое ценное и огромное значение имеет лецитин, который является основным препятствием для отложения холестерина в сосудах.

Содержащиеся в грибах свободные жирные кислоты, так же как и аминокислоты, довольно легко усваиваются организмом и поэтому грибы являются продуктом, который приходит на помощь нашему организму для борьбы с таким неприятным заболеванием, как атеросклероз. Помимо вышеуказанных преимуществ, грибы содержат большое количество ферментов, благоприятствующих расщеплению жиров, гликогена и клетчатки.

В грибах содержится большое количество витаминов. По наличию витамина В грибы даже не уступают злаковым и зерновым культурам, а по витамину D они превосходят даже сливочное масло! Довольно много витамина А содержится в рыжиках, лисичках и белых грибах.

Благодаря большому содержанию калорий грибы являются для организма довольно тяжелой пищей, и их усваивание происходит намного дольше, чем само мясо. Поэтому следует помнить, что грибы не являются диетическим продуктом.

Приготовьте по предлагаемым рецептам вкусные и полезные блюда. Приятного аппетита!

Закуски из грибов

Нарезка с грибами

1½ стакана мелких маринованных грибов, 5–6 тонких ломтиков ветчины, 5–6 ломтиков свиного жаркого, 100 г копченой колбасы, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 отварные моркови, 3 помидора, 3 соленых огурца, 1 луковица, 2 стручка перца, 1 стакан вареного гороха или консервированного зеленого горошка, 2 ст. ложки растительного масла, сок, половины лимона, соль, сахар, зеленый салат, зеленый лук.

Нарезанные ломтиками мясо, колбасу, яйца, морковь, помидоры, огурец, целые грибы и другие продукты уложить рядами на большое блюдо. Овощи и грибы сбрызнуть соусом, приготовленным из растительного масла и лимонного сока.

Блюдо украсить листьями салата.

Рулеты из килек с мелкими маринованными грибами

1 кг килек, ½ кг маринованных грибов, 1 стакан маринада (грибного).

Хорошо просоленные кильки (салаку) очистить от костей, промыть, свернуть рулетом и закрепить спичкой (без головки) или пряной гвоздикой. Залить грибным маринадом, дать пропитаться в течение 1–2 дней. Подавая на стол, рядом с рулетиками из килек положить мелкие маринованные грибы.

Масло из грибов

100 г сливочного масла или маргарина, 3 ст. ложки тушеных шинкованных грибов, соль, репчатый лук, (перец, горчица).

Масло или маргарин взбить до образования пышной светлой массы, пристающей к стенкам стеклянной миски, добавить тщательно измельченные тушеные грибы и заправить. Грибы следует тушить с небольшим количеством жира или в собственном соку до тех пор, пока не испарится грибной сок и грибы не станут сухими. Лук рекомендуется добавлять в протертом виде. К белым грибам, рыжикам и шампиньонам перец и горчицу не добавляют.

Грибное масло можно использовать для приготовления бутербродов с ветчиной, колбасой, огурцами и другими продуктами. Бутерброды украсить ломтиками помидора, огурца и редиса, зеленью петрушки или зеленым салатом.

Грибная икра

400 г свежих, 200 г соленых или 50 г сушеных грибов, 1 луковица, 1–2 ст. ложки растительного масла, соль, перец, столовый уксус или лимонный сок, зеленый лук.

Свежие грибы тушить в собственном соку, пока сок не испарится. Соленые грибы вымочить для удаления излишней соли, сушеные грибы вымочить, отварить и на дуршлагае дать стечь воде. Затем грибы мелко нашинковать и смешать с рубленым луком, слегка поджаренным в растительном масле. Лук должен быть светло-золотистого цвета, нельзя допускать его подгорания.

Смесь заправить солью, перцем, уксусом или лимонным соком, сверху посыпать мелко нарубленным зеленым луком.

Использовать для приготовления бутербродов или в качестве закуски к холодному столу.

Свежие грибы с луком и яйцами

500 г грибов, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, по $\frac{2}{3}$ стакана бульона или воды и сметаны, 3 яйца; перец, соль – по вкусу.

Мелко нарезанные грибы поджарить в сливочном масле с луком; переложить в кастрюлю, добавить соль, черный перец, муку, влить мясной бульон или воду, тушить до готовности и заправить сметаной; крутые яйца нарезать кружочками, уложить на блюдо, а сверху залить тушеными грибами. Подавать на стол горячими.

Помидоры, фаршированные треской с шампиньонами

8 помидоров, 500 г филе трески, 150 г свежих грибов (лучше белых или шампиньонов), 1 свежий огурец, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 лимон, ½ стакана майонеза; соль и свежемолотый черный перец – по вкусу.

Треску отварить, охладить и нарезать мелкими кубиками. Такими же кубиками нарезать огурец и предварительно отваренные грибы, мелко порубить яйца. У свежих помидоров срезать верхушки и вынуть сердцевину. Сердцевину помидоров без зерен и сока мелко нарезать и смешать с треской, грибами, огурцом и яйцами; посолить и поперчить по вкусу. Выдавить в каждый помидор немного лимонного сока, нафаршировать его полученной массой, залить майонезом. Выдержать 4–6 часов, чтобы грибы пропитались соком.

Маринованные грибы с тимьяном и гвоздикой

1 кг грибов, 150 г белого вина, 100 г уксуса, 150 г растительного масла, черный перец, лавровый лист, тимьян, гвоздика.

Перебранные более мелкие грибы, хорошо промытые, залить белым вином, уксусом, растительным маслом, прибавить по вкусу соли, немного черного перца, лавровый лист, тимьян, гвоздику. Варить вместе с грибами до готовности. Выдержать грибы в маринаде в течение 4–5 минут. Подавать холодными как закуску.

Бутерброды с грибами и помидорами

4–5 больших ломтей ржаного хлеба, 50–60 г сливочного масла, 200–250 г соленых, маринованных или консервированных грибов, 1 луковица, 3–4 ст. ложки сметаны, соль, сахар, зеленый лук, 1 помидор или несколько черносливин, яблоко, сваренное вкрутую яйцо.

Ломти хлеба намазать маслом. Грибы мелко нашинковать, добавить сметану и рубленый репчатый лук, при желании также – измельченное яблоко и крутое яйцо. Бутерброды покрыть толстым слоем полученной массы, разрезать пополам, на четыре части или треугольными кусками. Каждый бутерброд украсить зеленью и кусочками помидора или половинкой отваренного чернослива.

Бутерброды с грибами можно и не разрезать, в этом случае их едят с помощью ножа и вилки.

Бутерброды с шампиньонами и яблоком

200 г маринованных шампиньонов, 200 г ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 3 ст. ложки сметаны, 1 яйцо, 1 яблоко, 1 помидор, 2 черносливы, соль, сахар, зеленый лук – по вкусу.

Хлеб нарезать ломтиками и намазать маслом. Грибы мелко нашинковать, добавить сметану, нарезанный репчатый лук, измельченное яблоко и крутое яйцо.

Полученную массу положить на ломтики хлеба, каждый бутерброд украсить зеленью, кусочком помидора и половинкой размоченного чернослива.

Бутерброды с паштетом из грибов

250 г свежих грибов, 100 г сливочного масла; соль, перец, лимонный сок – по вкусу.

Отварить в подсоленной воде свежие грибы, откинуть на дуршлаг и мелко нарубить или пропустить через мясорубку, растереть размякшее сливочное масло, соединить с грибами, добавить соль, черный молотый перец и лимонный сок, все хорошо перемешать, намазать грибным паштетом ломтики хлеба и украсить их тонко нарезанными ломтиками лимона.

Паштет можно приготовить и из сушеных грибов, которые надо предварительно намочить в небольшом количестве воды на 3–4 часа и отварить в ней.

Гренки с грибным соусом

300–500 г грибов, 5–6 ст. ложек сливочного масла, 4 яйца, 3 стакана молока, подсолнечное масло для фритюра.

Черствый белый хлеб (лучше всего использовать пшеничный батон) нарезать ломтиками толщиной 1 см, смочить их в молоке, затем во взбитом яйце и обжарить в сильно разогретом фритюре.

Грибы очистить, нарезать ломтиками и тушить в собственном соку, пока они не станут мягкими, затем добавить масло, посолить.

Три желтка взбить с двумя неполными стаканами молока, влить в грибы, добавить соль, черный перец и варить на слабом огне до загустения, непрерывно помешивая во избежание свертывания яиц. Затем горячую смесь вылить на гренки и посыпать тертым сыром.

Гренки с запеченными грибами

200 г грибов, 20 г сливочного масла, 120 г хлеба, 1 яйцо; зелень, черный перец и соль – по вкусу.

Крупные шляпки шампиньонов или шляпки кольцевиков одинакового размера поместить на смазанный жиром противень, положить на каждую шляпку кусочек сливочного масла, посыпать черным молотым перцем и запечь в духовке.

Из сваренного вкрутую яйца вынуть желток, растереть его с солью, выложить на запеченные грибы и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки. Белок яйца и зелень мелко нарубить, посолить и перемешать. На смазанной жиром сковороде поджарить с обеих сторон ломтики белого хлеба, остудить, на каждый положить по грибной шляпке, а вокруг нее – белок с зеленью.

Сельдь с грибами и маринованным луком

2–3 сельди, 300 г маринованных или отваренных в собственном соку грибов, ½ стакана маринованных мелких луковиц, 2–3 помидора, 2–3 ст. ложки зеленого лука, столовый уксус, (сметана).

Очищенную сельдь нарезать кусочками и уложить на блюдо. Сверху положить целые или нарезанные грибы, целые или разрезанные пополам мелкие луковицы, ломтики помидора и зелень. Если продукты суховаты, прибавить немного уксуса. Украсить можно горками густой сметаны.

Яйца, фаршированные грибами с килькой и ветчиной

4–5 яиц, 200 г свежих или 100 г отваренных грибов, 2–3 килькипряного посола, 50 г постной ветчины, 1–2 ст. ложки оливкового масла или сметаны, соль, сахар, горчица, перец, лимонный сок или уксус, (майонез), зелень.

Сваренные вкрутую яйца разрезать вдоль на две части, желтки вынуть и нашинковать. Нашинкованные грибы слегка протушить в оливковом масле или сметане и охладить. Затем смешать их с нашинкованными яичными желтками, килькой, ветчиной, оливковым маслом или сметаной и заправить. Если смесь получилась слишком сухой, можно добавить майонез или сметану. Белки нафаршировать полученной смесью и украсить зеленью. Оставшуюся часть смеси подать к столу на блюде или в салатнице. На фаршированные яйца можно положить немного майонеза или сметанной подливки.

Салаты из грибов

Салат из маринованных грибов с креветками

100 г грибов, 60 г картофеля, 70 г патиссонов, 60 г майонеза, 70 г креветок, 1 яйцо, ½ лимона, соль и сахар – по вкусу.

Промытые и отцеженные грибы, вареный картофель и маринованные патиссоны нарезать ломтиками, соединить, заправить майонезом, сахаром, посолить, перемешать и выложить в салатник. Креветки отварить в подсоленной воде (10–12 минут), или взять мороженные, отделить шейки, очистить их от панциря, сбрызнуть лимонным соком и уложить поверх салата. Сверху салат украсить дольками круто сваренного яйца и веточками зелени.

Грибной салат с картофелем, огурцами и квашеной капустой

300 г соленых, маринованных или отваренных в собственном соку грибов, 4–5 картофеля, 1 огурец или ½ стакана квашеной капусты, 1 головка репчатого лука или 50–100 г зеленого лука, 1–1½ стакана сметаны, соль, сахар, горчица, лук-резанец, укроп или зелень петрушки, (1–2 сваренных вкрутую яйца), (2–3 помидора или стручка перца).

Грибы, отварной картофель и другие продукты нарезать аккуратными кусочками и смешать с заправленной сметаной, украсить зеленью. На салат сверху можно положить также дольки яйца и тонко нарезанные ломтики помидора или перца.

Грибной салат с ветчиной, картофелем и помидорами

100 г маринованных, соленых или отваренных в собственном соку грибов, 100 г ветчины, 5–6 отварных картофелин, 1–2 свежих или соленых огурца, 1–2 помидора, 1 луковица или 50 г зеленого лука, 1–1½ стакана сметаны, столовый уксус или лимонный сок, соль, сахар, горчица, перец, лук-резанец, укроп или зелень петрушки, 1 сваренное вкрутую яйцо, 50 г зеленого салата.

Продукты нарезать красивыми ровными кусочками и смешать с заправленной сметаной. Часть заправки налить на салат уже в самой салатнице. Украсить ломтиками помидора и зеленью. К салату можно добавить также ломтики яйца. Салат лучше всего подавать в виде горок, уложенных на листья зеленого салата.

Разноцветный салат с грибами

1 стакан мелких маринованных или отваренных в собственном соку белых грибов, рыжиков или шампиньонов, 100 г твердого сыра, 1–2 яблока, 1–2 помидора, 100 г вареной нежирной колбасы или постной ветчины, 1 апельсин, 1½ стакана сметаны или кефира, 2 чайные ложки меда или сахара, соль, горчица, лимонный или яблочный сок, тертая лимонная или апельсиновая цедра, зелень петрушки.

Мелкие грибы использовать целиком, крупные разрезать на четыре части. Остальные продукты нарезать тонкими ломтиками или брусочками и уложить в салатницу. Залить заправленной сметаной или кефиром и украсить зеленью. Заправку можно наполовину смешать с майонезом, в этом случае соли, горчицы и кислого сока следует добавлять в меньшем количестве.

Салат из шампиньонов с яйцами, помидорами и лимонным соком

250–300 г свежих шампиньонов, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 крутых яйца, 1–2 помидора, 1 яблоко, ½ стакана сметаны, 1–2 ст. ложки оливкового масла, сок, отжатый из ½ лимона, или 1 ст. ложка яблочного сока, соль, сахар, укроп или лук-резанец.

Шампиньоны нарезать тонкими ломтиками, тушить в сливочном масле до полной готовности и охладить. Яйца, помидоры и яблоко нарезать тонкими кружочками или секторами. Продукты красиво уложить рядами или слоями на блюдо или в стеклянную миску, сверху полить сметаной, заправленной оливковым маслом и приправами, украсить зеленью.

Грибной салат с солеными огурцами и сельдью

1 стакан маринованных грибов, 3–4 отварные картофелины, 1 небольшой соленый огурец, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 1 сельдь, 1 яблоко, 1–1½ стакана сметаны, горчица, соль, сахар, зеленый лук, 1–2 помидора, укроп, зелень петрушки.

Сельдь вымочить. Все продукты нарезать кубиками или продолговатыми кусочками и положить в салатницу. Сметану заправить и залить ею салат, украсить зеленью, ломтиками яйца и помидора.

Грибной салат с ветчиной или колбасой и огурцами

200 г грибов, 100 г ветчины или колбасы, 5–6 картофелин, 1–2 соленых или свежих огурца, 1 луковица или 50 г зеленого лука, 1 стакан сметаны. Приправа по вкусу.

Нарезанные мелкими ломтиками маринованные, соленые или отваренные в собственном соку свежие грибы, вареный картофель, соленые огурцы, репчатый лук, ветчину или вареную колбасу, сваренное вкрутую яйцо смешать и заправить сметаной, сбрызнуть уксусом или лимонным соком. Можно добавить немного горчицы и украсить укропом и ломтиками помидоров.

Рекомендуется подавать горками, уложенными на листья салата.

Салат грибной со спаржей, зеленой фасолью и помидорами

200 г спаржи, 150 г молодой зеленой фасоли, 100 г гусиной печени, 200 г маринованных грибов, 800 г свежих помидоров, 100 г моркови, 200 г майонеза, зелень петрушки.

Головки вареной спаржи, отваренные и нарезанные стручки молодой зеленой фасоли, вареную гусиную печеньку, нарезанную ломтиками, маринованные грибы, нарезанные лапшой, и морковь, тоже нарезанную лапшой, хорошо перемешать и заправить майонезом и солью по вкусу. Готовым салатом наполнить свежие помидоры, разрезанные пополам, из которых предварительно удалена мякоть. Помидоры посыпать сверху мелко нарубленной зеленью петрушки.

Салат из спаржи и сельдерея с грибами

200 г спаржи, 200 г корня сельдерея, 200 г свежих грибов, 200 г картофеля, 200 г майонеза, черный перец.

Вареные головки спаржи, сельдерей, нарезанный ломтиками и слегка ошпаренный для мягкости, вареный картофель, нарезанный кружочками, и нарезанные лапшой отваренные свежие грибы заправить майонезом, черным перцем и солью по вкусу. Гарнировать вареными креветками и яйцами, сваренными вкрутую и нарезанными кружочками.

Грибной салат со сладким перцем и коньяком

200 г зеленого сладкого перца, 200 г свежих грибов, 200 г спаржи, 200 г мандаринов, 200 г уксуса, 40 г оливкового масла, 25 г коньяка.

Перец, нарезанный тонкими колечками, вареные грибы, нарезанные ломтиками, головки вареной спаржи и мандарины, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кусочками, заправить уксусом, оливковым маслом, коньяком и солью по вкусу.

Грибы с белым вином и чесноком

1 кг свежих грибов, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 100 г белого вина, чеснок, петрушка и молотый черный перец.

Обжарить в масле очищенные и нарезанные ломтиками свежие грибы, а затем прибавить мелко толченый чеснок, мелко нарезанную зелень петрушки, черный перец, муку и посолить по вкусу. Залить вином и небольшим количеством воды. Кипятить до мягкости. Подать горячими.

Салат из маринованных грибов с вареной рыбой и солеными огурцами

240 г маринованных грибов, 160 г вареной рыбы, 200 г картофеля, 60 г соленых огурцов, 100 г майонеза, 2 яйца, соль.

Промытые и отцеженные грибы, отваренные рыбу и картофель, крутые яйца и огурцы нарезать брусочками. Продукты (кроме предназначенных для украшения) соединить, заправить майонезом, посолить и осторожно перемешать. Салат украсить длинными ломтиками рыбы, кружочками яиц, мелкими шляпками грибов.

Салат из свежих шампиньонов и яиц

300 г грибов, 3 яйца, по 1 столовой ложке уксуса и растительного масла; соль, сахар и перец – по вкусу.

Грибы отварить в подсоленной воде, откинуть на сито или дуршлаг (отвар затем можно использовать для приготовления соуса или супа), нарезать тонкими ломтиками, смешать со сваренными вкрутую и нарубленными яйцами, посолить, посыпать черным молотым перцем, заправить уксусом, растительным маслом, сахаром, выложить в салатник и украсить измельченной зеленью укропа.

Салат из свежих шампиньонов с картофелем и зеленым горошком

300 г грибов, 500 г картофеля, 1 луковица, 150 г консервированного зеленого горошка, 100 г петрушки, 1 банка майонеза.

Вареный картофель нарезать маленькими кубиками, добавить мелко нарубленные отваренные шампиньоны и репчатый лук, зеленый горошек, зелень петрушки. Заправить майонезом, перемешать, уложить горкой и украсить зеленью петрушки.

Салат из свежих грибов, картофеля и сельдерея

300 г грибов, 400 г картофеля, 100 г зелени сельдерея, 1 банка майонеза; соль, черный молотый перец – по вкусу.

Грибы отварить в подсоленной воде, процедить и нарезать кубиками, а отдельно отваренный картофель – ломтиками; все соединить, заправить майонезом, посолить, перемешать, выложить в салатник, поперчить, посыпать измельченной зеленью сельдерея и украсить мелкими грибами.

Салат из свежих грибов с зеленым горошком и огурцами

350 г грибов, 3 картофелины, 1 огурец, 2 головки репчатого лука, 100 г консервированного зеленого горошка, по 2 помидора и яйца, 1 стакан сметаны, остальные компоненты – по вкусу.

Соленые или отваренные свежие грибы, вареные картофель и яйца, а также лук, свежие огурцы и помидоры нарезать, добавить консервированный зеленый горошек, заправить смесью сметаны, соли, сахара, горчицы, измельченной зелени укропа и петрушки, перемешать, украсить дольками яйца, тонко нарезанными ломтиками помидоров.

Салат из маринованных грибов с креветками, яйцами и патиссонами

100 г грибов, 60 г картофеля, 70 г патиссонов, 60 г майонеза, 70 г креветок, 1 яйцо; сахар, соль, лимонный сок, зелень – по вкусу.

Промытые и отцеженные грибы, вареный картофель и маринованные патиссоны нарезать ломтиками, соединить, заправить майонезом, сахаром, посолить, перемешать и выложить в салатник. Креветки отварить в подсоленной воде (10–12 минут), отделить шейки, очистить их от панциря, сбрызнуть лимонным соком, уложить поверх салата и украсить его дольками крутого яйца и веточками зелени.

Классический грибной винегрет

150 г маринованных или соленых грибов, 1 луковица или 50–100 г зеленого лука, 1 морковь, 1 маленькая свекла, 2–3 картофелины, 1 небольшой соленый огурец, 3 ст. ложки оливкового масла, 2–3 ст. ложки столового уксуса или лимонного сока, соль, сахар, горчица, перец, укроп и зелень петрушки.

Грибы и лук нашинковать, отваренные морковь, свеклу и картофель, а также огурец нарезать кубиками, перемешать. Масло заправить уксусом или соком и приправами, залить им салат. Сверху посыпать зеленью.

Винегрет из шампиньонов с оливковым маслом и яблочным соком

250–300 г свежих шампиньонов, 3–4 помидора, 1 яблоко, 1 морковь, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка грибного отвара, сок, отжатый из ½ лимона, или 1 ст. ложка яблочного сока, соль, сахар, горчица, 1 лук-порей или маленькая луковица, укроп, зеленый лук.

Мелкие шампиньоны вообще не разрезать или разрезать пополам, крупные нарезать кусочками, тушить в оливковом масле (1 столовая ложка) до полной готовности и охладить. Помидоры и яблоко нарезать кубиками и смешать с остывшими грибами. Из оставшегося оливкового масла, сока, выделившегося при тушении грибов, и приправ приготовить соус, куда добавить тертую морковь, репчатый лук или лук-порей. Украсить зеленью.

Вместо оливкового масла можно использовать майонез.

Первые блюда из грибов

Суп картофельный с грибами

60 г свежих белых грибов, 150 г картофеля, 1 морковь, 1 л воды или бульона, зелень петрушки, лук, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сметаны, соль по вкусу.

Свежие грибы очистить, промыть. Ножки грибов нарезать, спассеровать на масле и варить в небольшом количестве воды 30–40 минут. Лук нашинковать, спассеровать с жиром. Картофель нарезать кубиками. В кипящий бульон или воду положить нарезанные шляпки грибов, морковь, петрушку, лук, картофель, варить 15–20 минут. При подаче положить в тарелку с грибным супом сметану и зелень.

Суп-крем с грибами и острым мексиканским соусом

2 кг грибов (особенно подходят для этого супа белые грибы или шампиньоны), 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 60 г сливочного масла, 4 ст. ложки муки, табаско (острый мексиканский соус) по вкусу, 1 яичный желток, 3 ст. ложки сливок, 1 пучок зеленого лука, сода, черный молотый перец, соль по вкусу.

Быстро, но тщательно промыть грибы, почистить и нарезать кусочками. Вскипятить подсоленную воду, добавив щепотку соды, и варить грибы примерно 15–20 минут. Пену снимать шумовкой. Достать грибы из отвара и размять до состояния пюре. Отвар не выливать. Очистить и мелко нарубить лук и чеснок. Спассеровать в растопленном сливочном масле. Добавить грибное пюре, посыпать все мукой, хорошо перемешать и прогреть. После этого добавить по вкусу грибной отвар и варить суп, часто перемешивая, примерно 25 минут. Снять кастрюлю с плиты, приправить суп солью, перцем и табаско, добавить желток и сливки. Промыть зеленый лук, нарезать, смешать с супом и подать на стол.

Суп из лисичек

500 г лисичек, 100 г топленого масла или шпика, 1 ч. ложка муки, сметана, черный молотый перец и соль по вкусу.

Лисички вымыть. Потушить в масле или на шпике мелко нарезанный лук в течение 10 минут, чтобы он стал полумягким. Затем соединить грибы с луком и тушить еще 45 минут. После того грибы залить 2 л кипятка, посолить и варить до готовности. Перед окончанием варки 1 чайную ложку муки развести сметаной и заправить грибы. При желании в тарелку с готовым супом можно добавить черный молотый перец по вкусу.

Пестрый суп из свежих грибов

150 г свежих грибов, 1–2 моркови, 2–3 клубня картофеля, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка сливочного масла, 2 яйца, ½ стакана кислого молока (простокваши), черный молотый перец или зелень петрушки, соль по вкусу.

Перебрать и промыть свежие грибы и нарезать ломтиками. Нарезать тонкими кружочками морковь. Грибы и морковь варить вместе в подсоленной воде приблизительно 20 минут. Добавить картофель, нарезанный кубиками, и лавровый лист. Суп довести до готовности. Затем снять с огня и добавить сливочное масло. Суп заправить яйцами, смешанными с кислым молоком, черным молотым перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из шампиньонов

200 г шампиньонов, 1 небольшая морковь, 1 корень лука-порея, зелень петрушки, тимьян, лавровый лист, соль по вкусу.

Шампиньоны замочить на 3 часа, потом промыть. Грибы положить в кастрюлю, добавить нарезанные морковь, лук-порей, зелень петрушки, тимьян, лавровый лист, соль, немного воды и поставить на несколько минут на слабый огонь. Затем грибы вынуть, а овощи протереть через сито и снова довести до кипения. Перед подачей положить в тарелки с супом мелко нарезанные грибы.

Суп из белых грибов с картофелем

500 г свежих грибов, 7 клубней картофеля, 2–3 крупные моркови, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, сметана, зелень укропа и соль по вкусу.

Нарезать и обжарить в масле грибы, залить горячей водой и кипятить на слабом огне 30 минут. Затем добавить нарезанные картофель, корень петрушки, морковь, лук, соль, перец, лавровый лист и варить еще 20–30 минут.

При подаче к столу добавить сметану и укроп.

Суп из грибов с крапивой

400 г свежих грибов (лучше подберезовики), 2 клубня картофеля, 100 г крапивы, 30–40 г сливочного или топленого масла, 120 г сметаны, зелень укропа, соль по вкусу.

Свежие грибы нарезать кусочками, обжарить в масле и варить вместе с картофелем около 30 минут. Добавить нашинкованную крапиву и варить еще 15 минут. Затем заправить сметаной и измельченным укропом и довести до кипения. Подавать с гренками.

Грибная солянка со свежими грибами

10–12 средних свежих грибов, 1 ст. ложка томат-пасты, 2 соленых огурца, 5 луковиц, 2–3 ст. ложки масла, 12–16 маслин, 2–3 ст. ложки каперсов, ½ лимона, 4 ст. ложки сметаны, черный молотый перец, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Грибы промыть, очистить, залить водой и варить до готовности. В это время лук очистить, промыть, нашинковать и пассеровать на топленом масле с томат-пастой. Соленые огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль, удалить семена, нарезать поперек тонкими ломтиками и слегка потушить. Маслины хорошо промыть, освободить от косточек. Грибной бульон процедить, а грибы нарезать пластинками. В бульон опустить нарезанные грибы, огурцы, пассерованный лук, каперсы, лавровый лист и дать покипеть 8–10 минут. Затем заправить солянку по вкусу солью, сметаной, добавить маслины, зелень укропа и петрушки. При подаче добавить в солянку 1 столовую ложку сметаны, ломтик лимона и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Суп с грибами и домашней лапшой

1 л бульона (мясного или куриного) или грибного отвара, 1 маленькая луковица, 1 корень петрушки или сельдерея, 150 г свежих белых грибов, шампиньонов или грибов-зонтиков, лапша.

***Для лапши:** 160 г муки, 1 ч. ложка растопленного сливочного масла, 2–3 ст. ложки воды.*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.