



Эдуард Николаевич Алькаев
Блюда из яиц. Разнообразные
меню для будней и праздников

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=606225

Блюда из яиц. Разнообразные меню для будней и праздников: Центрполиграф; М.; 2005

ISBN 5-9524-1166-5

Аннотация

Эта книга – настоящая энциклопедия, в которой собрано множество разнообразных рецептов блюд из яиц. Она подскажет вам, как приготовить старинные и современные, традиционные и экзотические, холодные и горячие, соленые, пряные и сладкие блюда, благодаря которым вы не только разнообразите свое меню, но и получите истинное удовольствие от создания изысканных кушаний.

Содержание

Вступление	4
СТАРИННЫЕ РЕЦЕПТЫ	7
ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ	9
Бутерброды	19
Пасты и заправки	30
Салаты	36
ПЕРВЫЕ БЛЮДА	47
Супы	47
Конец ознакомительного фрагмента.	54

Эдуард Николаевич Алькаев

Блюда из яиц. Разнообразные меню для будней и праздников

Вступление

«И снесла курочка Ряба яичко: не простое, а золотое...» Вспомнили? А извечный философский вопрос: «Что раньше было – курица или яйцо?» А вот и пословица: «Дорого яичко во Христов день». Так можно вспоминать до бесконечности.

Люди издревле относились к яйцу как к символу. В большом количестве доисторических захоронений в России и Швеции обнаружены глиняные яйца, которые воплощали бессмертие. В языке египетских иероглифов яйцо – это знак зарождения, символ тайны жизни. Алхимики считали, что яйцо являетсяместищем мысли. Китайцы верили, что первый человек выпрыгнул из яйца, которое было уронено с небес и плавало по первобытным водам. Золотое яйцо, из которого вылупился Брахма, эквивалентно кругу с точкой в центре. В Древнем Египте Вселенная определялась как яйцо, «задуманное в час Великого Единого из двойственной силы», а бог Ра изображался стоящим в яйце.

История историей, символ символом, а мы, ныне живущие, до сих пор употребляем яйца в пищу точно так же, как и много веков тому назад. Так, например, у древних римлян обед начинался яйцами и заканчивался фруктами, отсюда латинское изречение *Ab ovo (usque ad malum)* – «от яйца (до яблока)», то есть с начала и до конца.

Салаты, соусы, вторые блюда, торты, пирожки и многое другое готовят с добавлением яиц. Поэтому и возникла мысль собрать в одну книгу кулинарные рецепты, один из компонентов которых – яйцо. Излишне напоминать о пользе и необходимости употребления яиц, что это основной белковый продукт, который усваивается организмом человека более чем на 90 %.

В этой книге вы встретите и наипростейшие предложения по готовке, и довольно сложные рецепты, один из которых может стать руководством к созданию вашего фирменного блюда – украшения праздничного стола. Мы предлагаем и некоторые кулинарные шедевры из национальных кухонь, доступные в приготовлении любой хозяйке. Конечно же в пищу употребляют яйца разных птиц и даже рептилий и пресмыкающихся, но это, как говорится, другая история. В наших рецептах – куриные яйца, но по желанию их можно заменить на яйца других птиц (перепелиные или гусиные), надо лишь помнить, что вес яиц зависит и от сорта и от вида.

Таблица перевода мер продуктов в граммы

Как определить «на глазок» необходимое по рецепту количество того или иного продукта. Выход один – не взвешивать, а измерять объем!

	стакан (250 мл)	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.
Мука пшеничная	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Сухари молотые	125	15	5	—
Крупа гречневая	10	25	7	—
Крупа «Геркулес»	90	12	6	—
Крупа перловая	230	25	8	—
Крупа ячневая	180	20	8	—
Рис	230	25	9	—
Саго	180	20	7	—
Пшено	220	25	8	—
Фасоль	220	30	10	—
Горох нелущеный	200	—	—	—
Горох лущеный	230	25	10	—
Мак	155	15	5	—
Толченые орехи	120	20	6—7	—
Какао	—	20	10	—
Горчица	—	—	4	—
Перец душистый	—	—	4,5	—
Перец красный молотый	—	—	1	—
Перец черный	—	—	5	—
Гвоздика молотая	—	—	3	—
Гвоздика немолотая	—	—	4	—
Сахарный песок	200	30	12	—
Сахарная пудра	190	25	7—8	—
Соль	325	30	10	—
Уксус	250	15	5	—
Желатин (листик)	—	—	—	2,5
Желатин (порошок)	—	15	5	—
Масло животное топленое	245	20	5	—
Масло сливочное	210	40	15	—
Масло растительное	230	20	—	—
Маргарин топленый	—	14	—	—
Сало топленое	—	12	—	—
Смалец нерастопленный	230	60	—	—
Смалец растопленный	200	40	—	—
Молоко цельное	250	20	5	—
Молоко сгущенное	—	30	12	—
Сметана	250	25	10	—
Яйца	—	—	—	45—65
Яичный белок	—	—	—	30
Яичный желток	—	—	—	20

Примерное содержание пряностей в 1 грамме

Лавровый лист (среднего размера)	7 шт.
Гвоздика	12 шт.
Перец горький	30 шт.
Перец душистый	15 шт.

Сведения о массе 1 штуки пищевых продуктов

Картофель	100 г
Морковь	75 г
Томат	100 г
Огурец	100 г
Петрушка (корень)	50 г
Банан	70 г
Апельсин	100—150 г
Яблоко	100—120 г

СТАРИННЫЕ РЕЦЕПТЫ

Яйца фаршированные

Выдать: 12 яиц, немного соли, перцу, щепоть рубленого укропа, 2 ложки тертого сыра и 1 ложку коровьего масла.

10 яиц круто отваривают и опускают в холодную воду, разрезают острым, тонким ножом вдоль, пополам; желток осторожно вытаскивают вместе с белком, чтобы не повредить скорлупу. Белок с желтком мелко рубят, солят, прибавляют немного перцу, мелко рубленной зелени укропа, 2 сырых яйца (на 10 взятых яиц), начиняют им скорлупу, ровняют ножом, посыпают тертым сыром, смазывают маслом и запекают в духовой печи, чтобы зарумянились.

Эти яйца подают к зеленым щам из щавеля, лебеды или крапивы.

Яйца гусиные

Выдать: 5 гусиных яиц, 2 сдобных сухаря, 2 луковицы, $\frac{1}{4}$ мускатного ореха, по вкусу соли.

Из гусиных яиц, при посредстве небольшого отверстия, выпустить все содержимое, смешать его с сухарями, солью, мелко рубленным луком, мускатным орехом, все протереть через сито и посредством шприца наполнить обратно скорлупу; запечь в печи.

Подавать горчичный соус, соус провансаль или просто масло и уксус.

Яичница обыкновенная, выпускная

Выдать: 10 яиц, $\frac{1}{8}$ фунта чухонского масла.

Сковороду с маслом хорошо разогревают, выпускают на нее одно за другим яйца и посыпают солью. Когда белок делается твердым, но желток еще жидким, прямо со сковородой подают на стол.

Яичница с колбасой, а также с ветчиной

Выдать: 10 яиц, $\frac{1}{2}$ фунта вареной колбасы, $\frac{1}{8}$ фунта чухонского масла.

Разогревают сковороду с маслом и поджаривают в нем тонко нарезанную ломтиками вареную колбасу или ветчину; когда она слегка подрумянится, выпускают яйца и делают как в предыдущем рецепте.

Яичница с луком

Выдать: 10 яиц, 5 больших луковиц, $\frac{1}{2}$ фунта масла чухонского.

Мелко рубленный лук поджаривают в масле, не давая подрумяниться; когда он достаточно утомится, тогда выпускают яйца.

Яичница с треской

Выдать: 1 фунт трески, $\frac{1}{4}$ фунта чухонского масла, $\frac{1}{2}$ стакана сухарей, 5 картофелин, 5 яиц, 1 стакан молока.

1 фунт свежей трески очистить и выпотрошить, отварить в подсоленной воде до мягкости, нарезать кусочками и положить в сотейник с $\frac{1}{8}$ фунта масла; посыпать сухарями.

5 картофелин отварить, очистить, нарезать ломтиками и уложить в сотейник ряд трески, потом ряд картофеля, пересыпая сухарями, и делать так, пока вся треска уложится;

тогда обливают 1 стаканом молока, смешивают с $\frac{1}{8}$ фунта масла и 5 сырыми яйцами, посыпают сухарями и ставят в печь; когда зарумянится, подавать в том же сотейнике.

Яичница с икрой по-грузински

Выдать: 5 яиц, $\frac{1}{4}$ фунта паюсной икры, $\frac{1}{2}$ французской булки, 2 луковицы, по вкусу соли, перцу, $\frac{1}{4}$ фунта масла, 1 ложку рубленой зелени петрушки.

2 луковицы мелко изрубить, посолить, прибавить немного толченого перца. 5 яиц взбить, смешать с $\frac{1}{4}$ фунта паюсной икры, хорошо растереть и прибавить мякиша от $\frac{1}{2}$ французского хлеба, который также растереть с икрой, но предварительно смочив горячей водой или бульоном; все хорошо размешать с $\frac{1}{4}$ фунта масла и приготовленным луком, положить на сковороду, сровнять ложкой и поставить в печь; когда поднимется – подавать, посыпав рубленой зеленью укропа или петрушки.

Яичница по-французски

Выдать: 5 яиц, 1 ложку зелени петрушки, 1 ложку зелени укропа, щепотку перца, $\frac{1}{8}$ фунта чухонского масла, $\frac{1}{4}$ фунта телячьей почки, $\frac{1}{4}$ фунта ветчины, 1 селедку.

Разбить яйца, смешать с рубленой зеленью петрушки и зеленью укропа, посолить, прибавить молотого перца и выливать на разогретую сковороду с маслом; когда получится крутая яичница, свертывают в трубку со следующим: отдельно приготовить мелко изрубленную телячью почку, ветчину и без костей селедку, все поджарить в масле и класть на яичницу и потом ее уже свернуть в трубку; поливают тем же соусом.

Яичница фондю

Выдать: все по количеству взятых яиц.

Здесь требуется строгое соблюдение пропорции. Яичница должна быть подана к столу сейчас же, и притом к концу обеда, до пирожного.

Возьмите сколько угодно яиц, свешайте их в сыром виде и возьмите втрое меньше сыру пармезан и в шесть раз меньше сливочного масла. Яйца, выпустив в кастрюлю, сбейте хорошо лопаткой, прибавьте масла и истертого на терке пармезану, поставьте кастрюлю на сильный огонь, сняв на плите конфорку; мешать не останавливаясь, прибавив щепотку-другую молотого перца. Если сыр достаточно солон, то солить не надо, но перец необходим.

ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Наиболее распространенный и простой способ приготовления яиц – варка в скорлупе всмятку, вкрутую, «в мешочек». Перед варкой яйца моют в теплой воде, а оставшиеся на скорлупе пятна оттирают солью.

При варке яиц без скорлупы в воду добавляют соль, уксус, доводят до кипения, а затем, помешивая воду так, чтобы образовалась воронка, выпускают в нее сырое яйцо. Продолжительность варки 3–4 минуты при слабом кипении. Желток сваренного таким способом яйца должен быть полужидким.

Яйца вкрутую

Время варки яиц вкрутую 8–10 минут, считая с момента закипания воды. При более продолжительной варке белок становится слишком твердым и исчезает ярко-желтая окраска желтка. Сваренные яйца немедленно опускают в холодную воду, чтобы было легче снять скорлупу.

Подают яйца в скорлупе горячими или холодными на тарелке.

Яйца всмятку

Вымытые яйца опускаем в кипящую воду и варим 3–4 минуты. Можно сварить их иначе. Яйца кладут в кастрюлю и заливают кипятком так, чтобы вода покрыла их. Через 10 минут воду сливают, снова наливают кипяток и через 2–3 минуты вынимают яйца. Белок яйца, сваренного таким способом, не затвердевает, сгущается в нежную белую массу, желток остается полужидким. Яйца всмятку подают только горячими.

Яйца, сваренные всмятку, долго сохраняются в прохладном и сухом месте. Они и через несколько дней не потеряют вкус, если перед употреблением опустить их на 20 секунд в кипяток.

Яйца «в мешочек»

Варим яйца так же, как и всмятку, но продолжительность варки 5–6 минут. После варки их обливают холодной водой и горячими подают на стол. Яйца «в мешочек» можно подать с разным гарниром, соусом.

Яйца печеные

Яйца прокалываем с двух сторон иглой (чтобы они не треснули при запекании), завертываем во влажную тряпку и зарываем в горячую золу на 8–10 минут.

Яйца можно запекать и в духовке. Проколотые с двух сторон яйца на противне помещаем в духовку и через каждые 3 минуты переворачиваем. Через 10 минут яйца будут готовы.

Яйца ароматизированные

Яйца варим вкрутую, очищаем и прокалываем в нескольких местах.

В кастрюлю наливаем немного холодной воды, добавляем чай, соль, сахар и доводим до кипения. Затем кладем очищенные проколотые яйца и продолжаем варку при слабом нагреве до окрашивания яиц в светло-желтый цвет. После этого яйца вынимаем, охлаждаем, нарезаем дольками.

Помимо светло-желтого цвета яйца приобретают вкус и аромат чая.

Состав: 2 яйца

10 г чая

2 г соли

2 г сахара

Яйца по-шотландски

Вареные очищенные яйца панируем мукой. Сырой фарш разделяем на 4 части и раскатываем на посыпанной мукой поверхности в виде лепешек.

В центр каждой кладем по яйцу и завертываем лепешку, придавая ей форму шара (не должно быть трещин!). Обмакиваем каждый шар во взбитое яйцо, а затем в сухари, панируем так дважды. Обжариваем 5–6 минут во фритюре при 185 °С.

Подаем холодными.

Состав: 2 яйца

150 г мясного фарша

мука пшеничная для посыпки

10 г панировочных сухарей

жир для жарки во фритюре

соль по вкусу

Яичная кашка

В сотейник или кастрюлю с толстым дном выпускаем яйца, взбиваем их венчиком, добавляем процеженное молоко (воду), растопленное сливочное масло и провариваем, непрерывно помешивая деревянной лопаткой, при температуре не выше 80 °С до кашеобразного состояния. Во время варки вводим по вкусу соль.

Готовую яичную кашку хранят на мармите не более 15 минут при 60 °С.

При подаче яичной кашки можно положить по краям небольшие гренки из пшеничного хлеба или посыпать кашку тертым сыром. На середину можно уложить вареные: спаржу, зеленый горошек, стручки фасоли, заправленные молочным соусом, ветчину, колбасу вареную, сосиски, цветную или брюссельскую капусту в масле, белые грибы в сметане, свежие помидоры.

Состав: 2 яйца

60 г молока

10 г сливочного масла

соль по вкусу

Яйцо выпускное со сметаной

На порционную сковороду выкладываем половину сметаны, солим и выпускаем на нее яйца, сбрызгиваем растопленным сливочным маслом и ставим в духовой шкаф. Когда яйца загустеют, поливаем оставшейся сметаной, посыпаем тертым сыром и даем зарумяниться.

Подаем на сковороде.

Состав: 2 яйца

20 г сливочного масла или маргарина

100 г сметаны

20 г сыра

соль по вкусу

Яйца с йогуртом

В подсоленной и подкисленной воде варим за 4–7 минут яйца «в мешочек» (без скорлупы). На тарелку кладем тертый чеснок, перемешиваем с йогуртом, посередине кладем яйца, посыпаем перцем и поливаем разогретым растительным или сливочным маслом. Посыпаем петрушкой.

Подаем с хлебом и салатом из сладкого болгарского перца.

Состав: 4 яйца

2 дольки чеснока

1 йогурт

20 г растительного масла или сливочного масла

молотый сладкий перец, вода, соль, уксус, зелень петрушки

Яйцо в «гнездышке» из мяса

Пропускаем мясо и шпик через мясорубку, добавляем молоко, соль, сахар, перец и вымешиваем фарш, из которого формируем лепешку. На середину лепешки кладем вареное яйцо, соединяем края лепешки и придаем ей форму гнезда. Мясо выкладываем на разогретую сковороду с маслом и жарим в духовке до готовности.

Подаем «гнездышки» холодными, нарезанными толстыми ломтиками и украшенными зеленью.

Состав: 2 яйца

120 г говядины

40 г шпика

24 г молока

20 г сливочного масла

сахар, перец, соль по вкусу

Яйца, запеченные с луком и грибами

Тонко нашинкованный репчатый лук пассеруем на сливочном масле, добавляем тонко нарезанные грибы (шампиньоны или белые), поджаренные на сливочном масле, смешиваем с молочным соусом, доводим до кипения.

Соус: пассерованную на масле муку разводим горячим молоком и бульоном и варим 8 минут при слабом кипении. Затем солим, процеживаем и доводим до кипения.

Яйца варим вкрутую, очищаем, разрезаем пополам. В кастрюлю кладем часть соуса, грибы, затем яйца, заливаем их оставшимся соусом, посыпаем тертым сыром и запекаем в духовом шкафу до образования поджаристой корочки.

Состав: 2 яйца

40 г репчатого лука

100 г свежих грибов

100 г соуса

20 г сливочного масла

10 г сыра

соль по вкусу

Для соуса: 500 г молока

100 г сливочного масла

100 г пшеничной муки

500 г бульона

соль по вкусу

Яйца, запеченные под молочным соусом

С пшеничного хлеба срезаем корку, нарезаем его квадратными кусочками и обжариваем в сливочном масле на разогретой сковороде.

Сверху кладем очищенные от скорлупы яйца «в мешочек», заливаем их горячим молочным соусом средней густоты, посыпаем тертым сыром и запекаем в духовке.

Состав: 2 яйца

30 г пшеничного хлеба

30 г молочного соуса

10 г тертого сыра

10 г сливочного масла

Яйца с солеными огурцами

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруем. Сваренные вкрутую яйца очищаем, мелко измельчаем, добавляем нарезанные соленые огурцы и соединяем с пассерованным луком.

Состав: 2 яйца

100 г соленых огурцов

30 г топленого масла

30 г репчатого лука

Яйца рубленые с гусиным жиром и пассерованным луком

Сваренные вкрутую и охлажденные яйца мелко рубим. Лук репчатый пассеруем и охлаждаем. Яйца соединяем с пассерованным луком, добавляем соль и перемешиваем.

При подаче на стол поливаем растопленным гусиным жиром и посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: 2 яйца

20 г репчатого лука

20 г топленого гусиного жира

зелень и соль по вкусу

Яйца со свежими огурцами, луком и гусиным жиром

Очищенные свежие огурцы мелко нарезаем, соединяем с мелко нарубленными крутыми яйцами, добавляем нашинкованный зеленый лук, растопленный гусиный жир, соль, перец и все хорошо вымешиваем.

При подаче посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: 2 яйца

120 г свежих огурцов

20 г зеленого лука

20 г топленого гусиного жира

зелень, перец и соль по вкусу

Яйца с маслом селедочным или икрой

На половину сваренного вкрутую яйца кладем горкой икру или выжимаем из шприца либо кондитерского мешочка селедочное масло и оформляем блюдо сливочным маслом.

Подавать можно с овощным салатом.

Состав: 1 яйцо

40 г селедочного масла или 10 г икры

5 г сливочного масла

Яйца в тесте

Просеиваем в миску муку, вливаем растительное масло, желток, холодную воду, солим и хорошо перемешиваем, оставшийся белок взбиваем и смешиваем с тестом такой же консистенции, как тесто для оладий. Вареные яйца очищаем, разрезаем пополам, обмакиваем в тесто и жарим в большом количестве хорошо разогретого масла.

Подаем яйца, украсив зеленью.

Состав: 3 яйца

100 г пшеничной муки
20 г растительного масла
100 г сливочного масла зелень и соль по вкусу

Яйца по-турецки

Печень куриную, пропущенную с маслом через мясорубку, и жареные помидоры кладем на смазанную маслом сковороду. На приготовленную смесь выкладываем яйца и запекаем в жарочном шкафу.

Состав: 2 яйца
30 г сливочного масла
30 г куриной печени
25 г помидоров
соль по вкусу

Яичная колбаса

Яйца взбиваем, заправляем солью, добавляем вареный рис и всю массу кладем в цилиндрический полиэтиленовый мешок, концы которого должны быть завязаны. Мешок с фаршем кладем в кастрюлю с холодной водой, после закипания воды осторожно прокалываем мешок иглой. Через 20–25 минут блюдо готово.

Состав: 20 яиц
500 г риса
соль по вкусу

Яйца делят по малой или большой оси пополам, желток вынимают и часто используют для начинки, которой наполняют половинки белка. Вот несколько рецептов фаршированных яиц.

Яйца, фаршированные ветчиной

1-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищаем, разрезаем вдоль пополам и вынимаем желтки. Ветчину и зеленый лук мелко нарезаем, добавляем рубленые желтки, сметану, соль и хорошо все перемешиваем. Этой начинкой наполняем половинки яиц.

В качестве гарнира подаем помидоры или огурцы. Сверху посыпаем нарезанной зеленью укропа. Вокруг яиц при желании наливаем соус – хрен со сметаной.

Состав: 2 яйца
60 г ветчины
10 г зеленого лука
40 г сметаны
50 г помидоров или огурцов
75 г хрена со сметаной
5 г зелени укропа
соль по вкусу
Для соуса: 20 г хрена (корень)
30 г сметаны
сахар и соль по вкусу

2-й вариант. Яйца (6 шт.) варим вкрутую, очищаем, разрезаем вдоль, вынимаем желтки. Ветчину мелко рубим и наполняем ею половинки яиц. На блюдо укладываем фаршированные яйца, нарезанные кусочками лимон и помидоры.

Вареные желтки растираем с двумя сырыми яйцами, добавляем соль и перец по вкусу. Помидоры и яйца украшаем яичной пастой и посыпаем зеленью.

Состав (рецептура рассчитана на 4 порции): 8 яиц

140 г ветчины

3 помидора

лимон, перец, зелень укропа и соль по вкусу

3-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищаем, разделяем вдоль, из каждой половинки яйца вынимаем желток и вырезаем часть белка так, чтобы углубление получилось продолговатым.

Желтки протираем через сито, добавляем мелко нарубленные белки, ветчину и зелень петрушки, пассерованный на масле репчатый лук, а также намоченный в молоке белый хлеб, соль, молоко, перец и сырое яйцо. Все хорошо перемешиваем и этим фаршем наполняем половинки яиц, придавая каждой форму целого яйца.

На сковороду кладем картофельное пюре, симметрично укладываем на него фаршированные яйца, посыпаем тертым сыром, сбрызгиваем растопленным маслом и запекаем в духовом шкафу.

Состав: 2 яйца

20 г ветчины

15 г тертого сыра

20 г пшеничного хлеба

10 г репчатого лука

140 г молока

200 г картофеля

15 г сливочного масла

10 г зелени петрушки

перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные припущенной рыбой

Сваренные вкрутую яйца разрезаем вдоль, вынимаем желток, начиняем смесью из измельченной припущенной рыбы (сваренной в небольшом количестве воды под крышкой, чтобы все питательные вещества оставались в рыбе), сметаны и майонеза.

Украшаем желтком, протертым со сметаной и майонезом, выкладываем фаршированные яйца на кусочки поджаренного хлеба, намазанного этой же рыбной смесью, а сверху посыпаем зеленью петрушки.

Состав: 2 яйца

40 г сметаны

20 г майонеза

60 г трески или другой рыбы

20 г хлеба

15 г сливочного масла зелень петрушки

Яйца, фаршированные сельдью

Яйца варим вкрутую, очищаем, разрезаем вдоль пополам, отделяем желток и протираем его через сито. Филе сельдки также протираем через сито. В сельдочный фарш кладем сливочное масло и протертый желток, тщательно перемешиваем.

Яйцо наполняем фаршем, украшаем сверху маленьким кусочком сельдки и зеленым (или репчатым) луком. Яйца подаем на блюде, украшаем зеленью петрушки.

Состав: 2 яйца

40 г сельди

10 г сливочного масла

*5 г зеленого или репчатого лука
5 г зелени петрушки
соль по вкусу*

Яйца, фаршированные килькой

Яйца варим вкрутую, разрезаем вдоль или поперек, вынимаем желтки. Готовим фарш из кильки, которую освобождаем от костей и пропускаем через сито или мясорубку. К полученной массе добавляем растертые крутые желтки и немного сливочного масла. Этой массой наполняем белки и украшаем их сверху веточкой зелени, морковью.

Состав: 2 яйца
30 г кильки
10 г сливочного масла
10 г моркови
зелень и соль по вкусу

Яйца, фаршированные крилем

Мясо криля размораживаем, заправляем майонезом и фаршируем яйца.

При подаче украшаем зеленью.

Состав: 1 яйцо
15 г мяса криля
10 г майонеза
5 г зелени петрушки и укропа

Яйца, фаршированные маслом

Сваренные вкрутую, очищенные и охлажденные яйца разрезаем вдоль и вынимаем желтки. Масло растираем с солью, яичными желтками и горчицей, а затем взбиваем. Полученной массой с помощью кондитерского шприца или мешка наполняем половинки яиц.

Блюдо посыпаем тертым сыром.

Состав: 2 яйца
20 г сливочного масла
5 г столовой горчицы (готовой)
10 г тертого сыра
соль по вкусу

Яйца, фаршированные грибами

Яйца варим вкрутую, затем с острого конца срезаем часть белка, а со стороны тупого конца вынимаем желток.

Лук репчатый мелко нарезаем, грибы отвариваем. Лук поджариваем, соединяем с рублеными грибами, нарубленными белками, желтками, солью и хорошо перемешиваем. Полученной массой фаршируем яйца, укладываем их в салатник и заливаем соусом «Острый».

При подаче украшаем зеленью (салатом, или веточками укропа, или листьями петрушки).

Состав: 2 яйца
10 г сушеных белых грибов
15 г репчатого лука
5 г сливочного масла
10 г соуса «Острый»
соль по вкусу

Яйца, фаршированные шампиньонами

Шампиньоны очищаем, обдаем кипятком, нарезаем, обжариваем на масле с луком, перцем и солью. Яйца, сваренные вкрутую, очищаем, разрезаем пополам вдоль, вынимаем желтки, растираем их с шампиньонами и сметаной. Наполняем половинки яиц этой массой, укладываем на блюдо, поливаем майонезом, посыпаем зеленью.

Состав: 2 яйца

50 г шампиньонов

10 г репчатого лука

10 г сливочного масла

40 г сметаны

5 г майонеза

5 г зелени

перец, соль по вкусу

Яйца, фаршированные сыром

1-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищаем, разрезаем вдоль, вынимаем желтки. Разминаем желтки с тертым сыром и сливочным маслом, фаршируем полученной смесью яйца.

Оставшийся тертый сыр заправляем сметаной, кладем в салатник, сверху раскладываем нафаршированные половинки яиц, заливаем их майонезом и украшаем зеленью.

Состав: 2 яйца

60 г голландского сыра

10 г сливочного масла

25 г сметаны

30 г майонеза

5 г зелени укропа

соль по вкусу

2-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищаем от скорлупы, разделяем вдоль на половинки. Из яиц осторожно вынимаем желтки и растираем их в миске с двумя сырыми желтками, добавляем тертый сыр, сметану, соль, перец, массу растираем до консистенции сметаны.

Полученной массой наполняем половинки яиц, кладем их на противень, смазанный сливочным маслом, ставим в духовку и запекаем до готовности.

Готовые яйца вынимаем из духовки, раскладываем на блюде и поливаем горячим сметанным соусом.

Соус: муку слегка пассеруем без масла, охлаждаем, смешиваем с маслом, добавляем сметану, доводим до кипения, размешиваем, заправляем солью и перцем, варим 4 минуты, процеживаем и доводим до кипения.

Состав: 3 яйца

2 сырых яичных желтка

20 г тертого российского сыра

10 г сметаны

20 г сливочного масла

перец и соль по вкусу

Для соуса: 100 г сметаны

50 г пшеничной муки

50 г сливочного масла

перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные сырной массой

Морковь натираем на крупной терке. Сваренные вкрутую яйца очищаем, разрезаем вдоль, вынимаем желтки и растираем их с плавленым сыром, солью, натертой морковью. Массу перемешиваем и заполняем ею половинки яиц.

Поливаем фаршированные яйца майонезом и посыпаем зеленью петрушки.

Состав: 2 яйца

30 г плавленого сыра

20 г моркови

20 г майонеза

зелень петрушки, соль по вкусу

Яйца, фаршированные сырным кремом

Сваренные вкрутую яйца разрезаем поперек на половинки, вынимаем желтки, растираем их со сливочным маслом, добавляя тертый сыр и рубленую зелень. В полученную массу вводим сметану и растираем до получения однородной консистенции, солим и перчим.

На дне блюда раскладываем зелень, на нее ставим половинки яиц со срезанной верхушкой. Яйца заполняем сырным кремом, украшаем веточками зелени. По краям блюда кладем гарнир: вареные картофель, морковь, свеклу и зеленый лук.

Состав: 2 яйца

30 г сыра

10 г сливочного масла

10 г сметаны

60 г картофеля

10 г моркови

10 г свеклы

5 г зеленого лука

5 г зелени укропа

перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные гусиной печенью

Яйца варим вкрутую, очищаем и разрезаем вдоль пополам, желтки вынимаем, протираем через сито и растираем с вареной гусиной печенью, добавив сливочное масло и салат, все хорошо перемешиваем. Затем наполняем фаршем половинки яиц, выкладываем их на блюдо, на красиво нарезанные листья зеленого салата.

Состав: 2 яйца

30 г гусиной печени

8 г сливочного масла

10 г зеленого салата

соль по вкусу

Яйца по-латышски

Сваренные вкрутую и очищенные яйца разрезаем вдоль пополам и вынимаем желтки. Мелко нарезанный лук пассеруем, добавляем в него часть сметаны, горчицу, соль по вкусу и смешиваем с желтком. Этой смесью наполняем яичные белки.

Украшаем кольцами лука, листьями зелени и поливаем сметаной.

Состав: 2 яйца

35 г репчатого лука

20 г сливочного масла

25 г сметаны

2 г горчицы

зелень, соль по вкусу

Яйца, запеченные по-швейцарски

Огнеупорные формочки смазываем маслом, выкладываем в них ломтики сыра, в каждую формочку разбиваем яйцо, солим, посыпаем перцем, заливаем сливками, посыпаем тертым сыром и запекаем.

Состав: 4 яйца

20 г сливочного масла для смазывания формочек

120 г швейцарского сыра (4 ломтика, остальной натереть)

соль, молотый перец по вкусу

4 ст. ложки сливок

Бутерброды

Для приготовления бутербродов используют пшеничный и ржаной хлеб и широкий ассортимент продуктов, в том числе и яйца.

Бутерброды бывают открытые, ассорти на хлебе, закрытые (дорожные и сандвичи), закусочные (канапе).

Бутерброды с яйцами, а также с яйцами в сочетании с другими продуктами могут украсить стол в праздничный день, а чтобы приготовить их, не требуется каких-либо специальных навыков.

Продукты для бутербродов подбирают так, чтобы они сочетались по вкусу и цвету. Нарезают их не ранее чем за 30–40 минут до подачи и хранят в холодном месте.

Бутерброд с яйцом

Ломтик хлеба намазываем майонезом (маслом), сверху кладем нарезанное кольцами яйцо, посыпав рубленым зеленым луком или укропом, солим.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

20 г майонеза или сливочного масла

2 г зеленого лука и укропа

соль по вкусу

Бутерброд с ветчиной, картофельным салатом и яйцом

Хлеб намазываем маслом, посередине укладываем горкой картофельный салат, рядом – свернутые трубочкой ломтики ветчины, продольные четвертинки яиц, кусочки огурца и помидора, украшаем редисом, зеленью петрушки или сельдерея.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

20 г сливочного масла

80 г ветчины

100 г картофельного салата

помидоры, огурцы, редис, зелень петрушки или сельдерея

Бутерброд с сыром и яйцом

Гренки из белого хлеба или хрустящие хлебцы намазываем сливочным маслом. Яйцо варим вкрутую, желток вынимаем и измельчаем вилкой, смешиваем с плавленым сыром, заправляем солью и томатным пюре. Эту массу кладем толстым слоем на хлеб, украшаем яичным белком.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

20 г сливочного или сырного масла

30 г плавленого сыра

10 г томатного пюре

соль по вкусу

Бутерброд с яйцами и солеными помидорами

Соленые помидоры нарезаем кружочками, вареные яйца – ломтиками, хлеб намазываем маслом и кладем на него кусочки помидоров и ломтики яиц.

Бутерброд украшаем зеленью петрушки.

Состав: 1 яйцо

10 г соленых помидоров

10 г сливочного масла

30 г ржаного хлеба

2 г зелени петрушки

Бутерброд с паштетом из крутых яиц

Вареные яйца охлаждаем и очищаем. Желтки отделяем от белков и разминаем, белки измельчаем ножом. Белки соединяем с желтками, добавляем сливочное масло, перец, соль по вкусу, мелко нарезанную зелень и хорошо перемешиваем, полученной массой намазываем ломтик хлеба.

Состав: 1 яйцо

5 г сливочного масла

0,1 г черного перца

30 г ржаного или пшеничного хлеба

3 г зелени петрушки перец и соль по вкусу

Бутерброд с килькой и яйцами

На хлеб кладем яйцо, нарезанное тонкими кружками, затем очищенные кильки, свернутые кольцами, середину кольца заполняем майонезом.

Состав: 1 яйцо

30 г кильки

5 г майонеза

30 г пшеничного хлеба

Бутерброд с жареным мясом и яйцами

Хлеб намазываем маслом или слегка поджариваем. Мясо и лук мелко рубим, смешиваем с томатным пюре и соусом, заправляем горчицей. Яйца жарим, солим и перчим.

На хлеб укладываем сначала мясную смесь, а затем яйца.

Состав: 1 яйцо

30 г ржаного или пшеничного хлеба

5 г сливочного масла или маргарина

60 г жареного или вареного мяса

5 г репчатого лука

5 г томатного пюре

3 г горчицы

10 г соуса от жаркого

перец и соль по вкусу

Бутерброд с сосисками и яйцами

На один конец слегка поджаренного или намазанного маслом продолговатого куска хлеба кладем лист салата так, чтобы он немного свешивался. Поджариваем глазунью.

Очищаем сосиску (сардельку) от оболочки или же надрезаем ее, чтобы она не стягивалась при поджаривании, затем разрезаем сосиску вдоль и слегка обжариваем на масле. Поджаренные половинки сосиски укладываем вдоль хлеба на лист салата. На один конец сосиски кладем глазунью, а на другой – немного тертого хрена.

Состав: 1 яйцо

30 г ржаного или пшеничного хлеба

50 г сосисок или сарделек

5 г сливочного масла

хрен, листья салата, соль по вкусу

«Полосатый» бутерброд с сельдью и яйцами

Хлеб намазываем маслом, сельдь чистим и нарезаем длинными полосками, желток и белок рубим по отдельности. Помидор или огурец, зеленый лук измельчаем острым ножом. Продукты укладываем длинными разноцветными полосами. Полностью покрытый продуктами бутерброд разрезаем на четырех– или трехугольные куски.

Состав: *1 яйцо*

30 г ржаного хлеба

10 г сливочного масла

10 г сельди

20 г помидоров или огурцов

5 г зеленого лука

Закусочный бутерброд с помидорами и яйцами

Хлеб намазываем килечным или селедочным маслом, кладем сверху кружок помидора, а на него – кружок яйца.

Для разнообразия на некоторых бутербродах можно менять местами помидор и яйцо.

При желании украшаем бутерброд кусочками кильки или сельди, листьями салата, укропом либо зеленым луком.

Состав: *1 яйцо*

30 г ржаного или пшеничного хлеба

10 г селедочного масла

20 г помидоров

10 г кильки или сельди

5 г укропа или зеленого лука

Закусочный бутерброд с яйцами и икрой

Круглые гренки намазываем тонким слоем масла. Сверху кладем ломтики яйца, а в середину немного икры.

Можно приготовить этот бутерброд иначе. Желток измельчаем вилкой и смешиваем с маслом. Хлеб густо намазываем желтковым маслом, сверху укладываем кольца яичного белка, а в середину горкой икру.

Состав: *1 яйцо*

30 г пшеничного хлеба

20 г сливочного масла

50 г черной или красной икры

Закусочный бутерброд с омлетом и ветчиной

Приготавливаем омлет, обжариваем хлеб, затем остывший гренок намазываем ветчинным маслом или покрываем ломтиком ветчины, сверху кладем кусочек омлета (см. выше).

Украшаем ломтиком помидора и зеленью укропа или петрушки.

Состав: *1 яйцо*

30 г ржаного или пшеничного хлеба

40 г ветчинного масла или ветчины

30 г помидоров

5 г зелени укропа или петрушки

соль по вкусу

Закусочный бутерброд с яйцами и грибами

Остывший гренек намазываем маслом. Маринованные или отваренные в собственном соку грибы рубим, смешиваем с желтком, заправляем солью и горчицей.

На бутерброды кладем кольца белка, в середину горкой – грибную массу.

Украшаем маленькими грибами, листьями петрушки или зеленью лука.

Состав: 1 яйцо

30 г ржаного или пшеничного хлеба

20 г сливочного масла

20 г грибов

5 г оливкового масла

3 г горчицы

зелень петрушки или зеленого лука, соль по вкусу

Горячий бутерброд с солеными огурцами и яйцами

Хлеб намазываем маслом. Сваренные вкрутую яйца, огурцы и лук рубим и смешиваем с майонезом, заправляем специями. Эту смесь укладываем горкой на каждый бутерброд, при желании посыпаем сверху тертым сыром (для большей остроты можно добавить порошок зеленого сыра). Запекаем в духовке.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

15 г сливочного масла или маргарина

60 г маринованных или соленых огурцов

10 г репчатого лука

25 г майонеза

15 г тертого сыра

перец по вкусу

Яйца-пашот по-английски

Яйца отвариваем «в мешочек», очищаем и кладем на гренки. Гренки помещаем на порционную сковороду, яйца посыпаем тертым сыром и поливаем разогретым сливочным маслом. После этого сковороду ставим на 2 минуты в духовку.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

10 г тертого сыра

5 г сливочного масла

Горячий бутерброд с ветчиной и яйцами

Ломтики формового хлеба обжариваем на маргарине. На каждый из них кладем 1–2 тонких ломтика горячей жареной ветчины, намазываем ее томатной пастой, а сверху кладем жареное или вареное яйцо. Украшаем кружочками помидора.

Бутерброды подаем на стол сразу после приготовления.

Состав: 1 яйцо

30 г ржаного или пшеничного хлеба

5 г сливочного масла или маргарина

50 г ветчины

3 г томатной пасты

помидоры

Горячий бутерброд с рыбой, яйцом и сыром

Вареную рыбу рубим и смешиваем с яйцом, заправляем мелко рубленным укропом, солью и перцем. Укладываем смесь толстым слоем на подсушенный или покрытый жиром ломоть хлеба. Сверху кладем сыр (можно тертый). Запекаем в горячей духовке до тех пор, пока яйцо не свернется.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

30 г тертого сыра (швейцарский или зеленый)

50 г рыбы

20 г сливочного масла или маргарина укроп, перец и соль по вкусу

Гренки с выпускными яйцами

Растапливаем сливочное масло на сковороде, выпускаем на нее яйца, как для яичницы, солим и поджариваем. Хлеб нарезаем ломтиками, обмакиваем каждый в молоко, смешанное с яйцами, укладываем на сковороду с разогретым маслом, подрумяниваем с обеих сторон.

На каждый гренек кладем по куску яичницы (одно яйцо на порцию) и подаем на стол как закуску или к бульону.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

20 г молока

10 г сливочного масла

соль по вкусу

Гренки с омлетом

Хлеб нарезаем тонкими ломтиками и поджариваем на сливочном масле до золотистого цвета. Растопленное сливочное масло смешиваем с яйцами, немного солим и этой смесью заливаем гренки.

Перед подачей на стол содержимое сковороды переворачиваем на тарелку – поджаренные гренки будут сверху.

Украшаем зеленью петрушки, укропа.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

20 г сливочного масла

соль и перец по вкусу, зелень петрушки, укропа

Гренки с яйцами «в мешочек»

Ломтики хлеба без корок смачиваем взбитой сладкой яично-молочной болтушкой и обжариваем на сливочном масле до золотистой окраски. Варим яйца «в мешочек», чистим, кладем по одному на приготовленные гренки и подаем к пюре картофельному, морковному.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

10 г молока

10 г сливочного масла

Гренки с яичницей-глазуньей

Нарезаем хлеб ломтиками, быстро смачиваем их в молоке или воде, а затем в яйце и поджариваем. Выкладываем гренки на блюдо и на каждый помещаем яичницу-глазунью (одно яйцо на порцию).

Сверху поливаем разогретым маслом, слегка посыпаем молотым красным перцем.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

10 г молока

10 г сливочного масла

молотый красный перец, соль по вкусу

Гренки с яйцами по-венгерски

Хлеб нарезаем кусочками, смачиваем в молоке, взбитом яйце и поджариваем на сливочном масле до образования румяной хрустящей корочки, солим и сразу подаем на стол.

Эти гренки хороши к овощным блюдам.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

10 г молока

10 г сливочного масла

соль по вкусу

Гренки с яйцами и петрушкой

Нарезаем кубиками ломтики хлеба и обжариваем их на сливочном масле до золотистого цвета. Затем заливаем взбитыми яйцами с нарезанной зеленью петрушки, солим по вкусу и размешиваем. Когда яйца приобретут плотную консистенцию, кладем гренки в супницу и заливаем супом или подаем горячими на тарелке.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

10 г сливочного масла

зелень петрушки и соль по вкусу

Гренки из ржаного хлеба с яйцами и луком

Хлеб нарезаем небольшими ломтиками, поджариваем с обеих сторон на свином жире или сливочном масле. Затем выпускаем на каждый ломтик по одному яйцу, солим и жарим, пока не свернется белок. В конце жарки посыпаем мелко нарезанным зеленым луком.

Подаем гренки горячими.

Состав: 1 яйцо

30 г ржаного хлеба

10 г сливочного масла или свиного жира

соль и лук по вкусу

Гренки с баклажанами и яйцами

Ломтики хлеба смачиваем в воде, а затем во взбитом яйце и поджариваем до золотистого цвета на разогретом маргарине или жире.

Из баклажанов готовим пюре, добавляем в него молотый красный перец, соль и растительное масло.

Остывшие гренки раскладываем на пюре и на каждый гренок кладем половину яйца.

Яйца готовим следующим способом: по одному выпускаем в кипящую подсоленную воду и варим до затвердевания белка. Яйца на гренках поливаем разогретым на сковороде маслом с красным молотым перцем.

Состав: 1 яйцо

30 г пшеничного хлеба

15 г маргарина или жира (для приготовления гренков)

20 г баклажанов

20 г растительного масла (для приготовления пюре из баклажанов)

10 г сливочного масла

молотый красный перец, соль по вкусу

Гренки с ветчиной и яичницей

Ломтики хлеба обжариваем на сале, затем так же обжариваем ломтики ветчины. Готовим из каждого яйца отдельно яичницу-глазунью.

На подготовленные гренки кладем ветчину, на нее яичницу-глазунью и посыпаем мелко рубленным укропом.

Состав: *1 яйцо*

30 г ржаного хлеба

15 г ветчины

10 г топленого свиного сала

зелень укропа по вкусу

Гренки с тушеными грибами и яйцами

Свежие грибы отвариваем в подсоленной воде (4 минуты), процеживаем, мелко нарезаем, тушим со сливочным маслом до готовности. На слегка смазанной маслом сковороде поджариваем с обеих сторон ломтики хлеба, остужаем их и на каждый кладем ровным слоем остывшие грибы. Сверху кладем половинки сваренного вкрутую яйца и посыпаем мелко нарезанным зеленым луком.

Состав: *1 яйцо*

30 г пшеничного хлеба

10 г грибов

5 г сливочного масла

зеленый лук по вкусу

Помазанка из творога с яйцами

1-й вариант. Творог с яйцами пропускаем через мясорубку, растираем с маслом, добавляем по вкусу соль, мелко нарезанный зеленый лук и тмин.

Намазываем на черный хлеб. Подаем к чаю или пиву.

Состав: *200 г творога*

50 г сливочного масла

2–3 сваренных вкрутую яйца

зеленый лук, толченый тмин, соль по вкусу

2-й вариант. Масло растираем с солью, добавляем протертый творог, измельченные вилкой яйца и, взбивая, постепенно вливаем молоко или сливки до образования однородной массы, перемешиваем с толченым тмином и мелко нарезанным шнитт-луком, солим по вкусу.

Намазываем на черный или белый хлеб; подаем к молоку или чаю.

Состав: *3 сваренных всмятку яйца*

200 г творога

50 г сливочного масла

тмин, шнитт-лук, молоко или сливки, соль по вкусу

Творожная помазанка с сардинами

Масло растираем, смешиваем с творогом.

Сардины крошим и вместе с растительным маслом кладем в помазанку, взбиваем, постепенно вливая молоко или сливки, чтобы образовалась густая однородная масса, солим, добавляем мелко нарезанные лук, яйца, огурцы, лимонный сок.

Помазанку намазываем на хлеб, украшаем зеленью петрушки.

Состав: 2 сваренных вкрутую яйца

200 г творога

1 банка консервированных сардин в масле

60 г сливочного масла

1–2 маринованных огурца

1 луковица

молоко или сливки, соль по вкусу, несколько капель лимонного сока, зелень петрушки

Творожная помазанка с ветчиной или вареной колбасой

Творог протираем через сито или дуршлаг и, взбивая, постепенно вливаем кетчуп и молоко до получения густой однородной массы, добавляем мелко нарезанные ветчину (колбасу), яйца, шнитт-лук, репчатый лук, соль. Тщательно перемешиваем, даем постоять. Намазываем на черный или белый хлеб.

Этой помазанкой можно фаршировать сырые овощи.

Состав: 2 сваренных вкрутую яйца

200 г творога

2 ст. ложки томатной пасты или кетчупа

100 г нежирной ветчины или вареной колбасы

1 луковица

2 ст. ложки мелко нарезанного шнитт-лука

несколько ст. ложек молока, соль по вкусу

Помазанка из плавленого сыра с огурцами и яйцами

Масло растираем с сыром и горчицей, смешиваем с мелко нарезанными огурцами и яйцами. Для получения однородной массы добавляем молоко или сливки, солим. Укладываем на ломтики белого хлеба, украшаем зеленью петрушки.

Подаем к чаю или молоку.

Состав: 2 сваренных вкрутую яйца

120 г сливочного масла

100 г плавленого сыра (типа «Янтарь»)

$1/2$ чайной ложки горчицы

2 маринованных огурца

молоко или сливки, соль по вкусу, зелень петрушки

Помазанка из яиц с чесноком

Масло растираем, добавляем измельченные яйца, растертый с солью чеснок и перец. Намазываем на белый хлеб. Запиваем чаем.

Состав: 4 сваренных вкрутую яйца

120 г сливочного масла

2 зубка чеснока

щепотка черного молотого перца, соль по вкусу

Помазанка из яиц с ветчиной

Масло растираем с желтками и солью, добавляем нарезанные кубиками белки сваренных вкрутую яиц, ветчину, лук, всыпаем шнитт-лук, перемешиваем, солим, заправляем горчицей.

Намазываем на белый хлеб.

Состав: 4 сваренных вкрутую яйца

1 сырой желток

120 г сливочного масла

100 г ветчины или вареной колбасы

1 луковица

1 чайная ложка горчицы

2 ст. ложки мелко нарезанного шнитт-лука

соль по вкусу

Помазанка из яиц с соленым салом

Яйца с салом и луком пропускаем через мясорубку, добавляем шнитт-лук, соль, перец и все тщательно перемешиваем. Намазываем на черный хлеб. Запиваем чаем или пивом.

Состав: 4 сваренных вкрутую яйца

100 г соленого свиного сала

1 луковица

щепотка черного молотого перца, соль по вкусу

2 ст. ложки мелко нарезанного шнитт-лука

Помазанка теплая из яиц

Яйца взбиваем со сливками, солим, вливаем на сковороду с предварительно растопленным маслом и, постоянно помешивая, ждем, пока свернется белок. Сразу же снимаем с огня, добавляем толченый тмин, мелко нарезанный огурец, лук, перемешиваем и в теплом виде намазываем на черный хлеб, посыпаем мелко нарезанным шнитт-луком.

Эту помазанку хорошо подавать к завтраку и запивать чаем или кофе с молоком.

Состав: 4 яйца

2 ст. ложки сливок

30 г сливочного масла

соль по вкусу, щепотка тмина

1 луковица

1 маринованный огурец

2 ст. ложки шнитт-лука

Помазанка теплая из яиц с сыром

Яйца взбиваем со сливками, солим. Мелко нарезанный лук пассеруем в масле, заливаем смесью яиц с натертым сыром, даем белкам свернуться и сразу же снимаем с огня.

Намазываем на черный хлеб, украшаем шнитт-луком и кружками помидоров.

Подаем к молоку или чаю с молоком.

Состав: 4 яйца

2 ст. ложки сливок

30 г сливочного масла

1 луковица

100 г твердого сыра

2 ст. ложки мелко нарезанного шнитт-лука

2 помидора

Помазанка из говяжьей тушенки

Мясо вместе с луком, яйцами и салом пропускаем через мясорубку, добавляем майонез, нарезанный кубиками огурец, заправляем солью, перцем и горчицей, кладем мелко нарезанную зелень петрушки и все тщательно перемешиваем.

Намазываем на хлеб и запиваем чаем или пивом.

Состав: 2 сваренных вкрутую яйца

250 г тушенки

50 г майонеза

50 г соленого свиного сала

1 маринованный огурец

1 луковица

1 чайная ложка горчицы

щепотка черного молотого перца, соль по вкусу, зелень петрушки

Помазанка из говяжьих мозгов с сельдью

Пассеруем мелко нарезанный лук в масле.

Мозги обдаем кипятком, затем холодной водой, снимаем пленку, нарезаем небольшими кусками, солим, перчим и, помешивая, тушим.

Сельдь чистим и пропускаем через мясорубку.

Все соединяем, перемешиваем и добавляем тертый сыр или измельченные яйца.

Если помазанка получилась слишком густая, влить сливки.

Остуженную помазанку намазываем на хлеб, украшаем мелко нарезанной зеленью петрушки.

Состав: 100 г твердого сыра или 2 сваренных вкрутую яйца

250 г мозгов

30 г сливочного масла

1 луковица

1 небольшая сельдь

2–3 ст. ложки сливок

щепотка черного молотого перца, соль по вкусу, зелень петрушки

Помазанка из свиных шкварок

Шкварки пропускаем через мясорубку, добавляем измельченные яйца и лук, перемешиваем и заправляем солью и горчицей.

Укладываем на хлеб, украшаем тонко нарезанными ломтиками маринованного огурца.

Состав: 2 сваренных вкрутую яйца

250 г шкварок

1 луковица

соль по вкусу

1 чайная ложка горчицы

1 маринованный огурец

Помазанка из яиц с горчицей

Масло растираем с горчицей, добавляем измельченные яйца, соль по вкусу.

Вместо масла можно класть майонез.

Состав: 4 сваренных вкрутую яйца

100 г сливочного масла

1 чайная ложка горчицы

соль по вкусу

Помазанка из болгарского перца

Мелко нарезанный лук пассеруем на растительном масле. Перец промываем, удаляем семена, нарезаем соломкой, укладываем на лук, вливаем 1–2 столовые ложки воды, накрываем сковороду крышкой и тушим 10 минут. Затем добавляем нарезанные кубиками колбасу, сыр. Ждем, пока сыр не расплавится, заливаем взбитыми яйцами и перемешиваем до загустения. Солим, всыпаем измельченный шнитт-лук.

Состав: 6 яиц

8 стручков болгарского сладкого перца

1 луковица

1 ст. ложка растительного масла

100 г плавленого сыра

50 г вареной колбасы

соль по вкусу, шнитт-лук

Пикантная помазанка

В миске растираем масло с горчицей до получения однородной массы. Очищенный перец нарезаем соломкой, огурцы и яйца измельчаем. Все компоненты высыпаем в миску с маслом и перемешиваем. Солим по вкусу.

Состав: 6 сваренных вкрутую яиц

100 г сливочного масла

4 стручка болгарского сладкого перца

1 чайная ложка горчицы

2 маринованных огурца

соль по вкусу

Пасты и заправки

Пасты широко применяют для приготовления различных бутербродов (открытых, закрытых, канапе и др.), в качестве закуски, а также в виде дополнительного гарнира к холодным блюдам.

Паста из ветчины с яйцами

Холодные сваренные вкрутую яйца и ветчину пропускаем через мясорубку, добавляем сливочное масло. Заправляем смесь готовой горчицей, солью, перцем, тщательно растираем.

Используем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

50 г ветчины

10 г сливочного масла

2 г горчицы

перец и соль по вкусу

Паста из сыра с яйцами

Мелко натертый твердый сыр растираем со сливочным маслом, горчицей и желтками сваренных вкрутую яиц.

Используем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

50 г сыра

25 г сливочного масла

2 г горчицы

Паста из трески горячего копчения с яйцами

Яйца варим, отделяем желтки. Треску очищаем от кожи и костей, пропускаем через мясорубку вместе с желтками сваренных вкрутую яиц. Добавляем сливочное масло, заправляем лимонным соком и тщательно растираем.

Используем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

80 г трески

20 г сливочного масла

сок лимонный по вкусу

Паста из яиц

Яйца варим вкрутую, очищаем, мелко рубим, сливочное масло растираем с яйцами и помидорами, добавляем лук, соль, перец, рубленую зелень. Все растираем в пасту.

Употребляем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

20 г сливочного масла

10 г лука

25 г помидоров

2 г зелени петрушки

перец и соль по вкусу

Паста с зеленым горошком и яйцами

Зеленый горошек, рубленые вареные яйца, тертую брынзу смешиваем с мелко нарубленным зеленым луком.

Используем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

60 г брынзы

40 г консервированного зеленого горошка

5 г зеленого лука

соль по вкусу

Паста с тыквой и яичными желтками

Яйца варим вкрутую, желтки отделяем, тщательно растираем деревянным пестиком, добавляем сливочное масло, тертую тыкву, соль и все тщательно перемешиваем. Посыпаем пасту рубленым яичным белком и укропом.

Используем для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

20 г сливочного масла

25 г тертой сырой тыквы

10 г укропа

соль по вкусу

Паста с орехами и яичными желтками

Пасту готовим описанным выше способом. Вместо тыквы добавляем рубленые ядра грецких орехов.

Рекомендуется для бутербродов.

Состав: 1 яйцо

20 г сливочного масла

10 г ядер грецких орехов

соль по вкусу

Паста из сушеной салаки с яйцами

Вымоченную сушеную салаку очищаем, пропускаем через мясорубку. К фаршу добавляем рубленые крутые яйца, сметану, мелко нарезанный репчатый лук, тертый пшеничный сухой хлеб, уксус, горчицу, сахар и перемешиваем.

Полученную массу укладываем на тарелку и украшаем мелко нарезанным зеленым луком.

Пастой можно также намазать бутерброд.

Состав: 1 яйцо

250 г сушеной салаки

25 г репчатого лука

15 г сметаны

10 г пшеничного хлеба

10 г зеленого лука

3 г уксуса 3 %-ного

горчица и сахар по вкусу

Яичное масло

Варим яйца вкрутую, охлаждаем, очищаем, растираем вилкой до кашеобразной консистенции. Смешиваем яичную кашку с маслом, солим.

Яичное масло намазываем на хлеб, подаем к отварному картофелю.

Для большей остроты можно добавить по вкусу перец, горчицу или тертый хрен.

Состав: 1 яйцо

25 г сливочного масла

соль по вкусу

Паста желтковая

Отвариваем яйца, отделяем желтки, пропускаем через мясорубку или протираем, солим, соединяем с размягченным сливочным маслом или маслом и взбитыми сливками и взбиваем смесь до получения однородной пышной массы.

Используем для приготовления бутербродов и как закуску.

Состав: 1 яйцо

30 г сливочного масла

5 г сливок 35 %-ной жирности

Масляно-желтковая смесь с сардинами

Вареные яйца охлаждаем, отделяем яичные желтки, смешиваем их с сардинами, протираем и соединяем с предварительно размятым и взбитым маслом. В полученную смесь добавляем уксус, соль, размешиваем и еще раз взбиваем до получения однородной пышной массы.

Состав: 1 яйцо

30 г сливочного масла или маргарина

5 г сардин (консервы)

5 г уксуса 3 %-ного

Заправка горчичная для салатов

Столовую горчицу, сырые желтки, соль, сахар растираем до получения однородной массы и при непрерывном помешивании тонкой струей вливаем в нее порциями растительное масло. Каждую последующую порцию масла вливаем только тогда, когда предыдущая образует со смесью стойкую однородную эмульсию. Затем смесь разводим столовым уксусом, добавляем молотый перец и хорошо размешиваем.

Состав: 1 яйцо

100 г растительного масла

5 г столовой горчицы

150 г уксуса 3 %-ного

5 г сахара

перец и соль по вкусу

Заправка горчичная с добавлением вареных яичных желтков

Вареные желтки протираем через сито, смешиваем с горчицей, солью, сахаром, перцем и, помешивая веселкой, соединяем с маслом до получения густой однородной массы, после чего смесь разводим уксусом.

Используем для заправки винегретов, поливки сельди, килек и других соленых сельдевых.

Состав: 1 яйцо

100 г растительного масла

10 г столовой горчицы

200 г уксуса 3 %-ного

15 г сахара

перец и соль по вкусу

Заправка лимонная

Яйца целиком или одни желтки смешиваем с сахаром, лимонным соком и провариваем на водяной бане при помешивании до загустения, после чего смесь охлаждаем. Сливки охлаждаем, взбиваем, соединяем с охлажденной смесью и осторожно перемешиваем.

Используем для заправки салатов из фруктов.

Состав: 1 яйцо

100 г лимонного сока

100 г сахара

280 г сливок 35 %-ной жирности

Заправка желтковая с маслом из раков

Сырые желтки и кусочки масла сливочного и масла из раков провариваем, непрерывно помешивая, на водяной бане при температуре воды не выше 80 °С до загустения. Затем соединяем эту массу с белым соусом, добавляем лимонный сок или лимонную кислоту, перемешиваем и процеживаем.

Подаем к отварным, припущенным рыбным блюдам.

Состав: 1 яйцо

40 г сливочного масла

20 г масла из раков

20 г белого соуса

сок лимонный по вкусу

Заправка-винегрет

Желтки яиц, сваренных вкрутую, протираем через сито и растираем в керамической посуде деревянной ложкой, постепенно добавляя подсолнечное масло. После этого в массу кладем мелко нарубленные каперсы, корнишоны, лук, зелень петрушки и эстрагон, добавляем уксус, соль, соус «Острый», перец и все перемешиваем.

Подаем к блюдам из субпродуктов.

Состав: 1 яйцо

100 г подсолнечного масла

20 г уксуса 3 %-ного

10 г соуса «Острый»

20 г корнишонов

10 г каперсов

20 г зеленого лука

5 г зелени петрушки

5 г эстрагона

0,05 г молотого перца

5 г сахара

Заправка из желтков с хреном

Растираем добела сырые желтки с сахаром и растительным маслом. Натираем на мелкой терке хрен и заправляем его уксусом и солью, соединяем с растертыми желтками и тщательно размешиваем.

Этот соус подаем к холодным и горячим рыбным блюдам, но к рыбе его подаем отдельно в соуснике.

Состав: 1 яйцо

5 г сахара

*5 г растительного масла
20 г хрена
5 г уксуса 3 %-ного
соль по вкусу*

Анчоусовое масло

Нарубленные каперсы и корнишоны, анчоусы, желтки сваренных вкрутую яиц толчем в ступе и протираем через сито.

В кастрюлю кладем размягченное сливочное масло, добавляем протертую анчоусовую смесь и взбиваем лопаткой. Затем в масло добавляем уксус, красный перец, соль и снова хорошо взбиваем.

Анчоусовое масло подаем к холодным блюдам из мяса, птицы, дичи, используем для канапе, а также оформления блюд.

Состав: 1 яйцо
30 г анчоусов
150 г сливочного масла
10 г каперсов
10 г корнишонов
0,04 г красного острого перца
5 г уксуса 3 %-ного

Яичный соус

Масло с мукой перемешаем, разогреем в кастрюле, разбавим молоком, посолим и проварим в течение 20 минут. Снимаем с огня, процеживаем, добавляем мелко нарезанные яйца, мелко нарезанную зелень петрушки, прогреваем и перед подачей вливаем лимонный сок (1–2 столовые ложки).

Состав: 1–2 сваренных вкрутую яйца
50 г сливочного масла
50 г муки
250 мл молока
лимонный сок, зелень петрушки, соль по вкусу

Желтковый соус

Кастрюлю с маслом и размешанным в нем желтком ставим на водяную баню, постоянно растирая, подливая сок из половины лимона и чашку воды или бульона. Солим, перчим и, помешивая, держим на огне до тех пор, пока соус не загустеет. Снимаем с огня, всыпаем зелень петрушки.

Подаем к жареному мясу.

Состав: 1 желток
50 г сливочного масла
1/2 лимона
зелень петрушки, молотый перец, соль по вкусу

Пикантный чесночный соус

Тертый чеснок, желток и остальные компоненты растираем.

Подаем к холодной свинине или говядине.

Состав: 1 желток сваренного вкрутую яйца
3 зубка чеснока
2 ст. ложки белого сухого вина

*1 ст. ложка уксуса
100 мл растительного масла
соль, перец черный молотый*

Пикантный соус к вареной рыбе

Масло кладем в кастрюлю и ставим на водяную баню. Когда масло растает, добавляем сырые желтки и вареный желток, солим, перчим и все хорошо взбиваем. Затем вмешиваем горчицу, лимонный сок и перемешиваем до густоты, не снимая с водяной бани. Снимаем с огня и добавляем измельченную зелень петрушки.

Состав: 2 желтка
*1 яйцо, сваренное вкрутую
80 г сливочного масла
1 лимон
1 чайная ложка горчицы
1 ст. ложка измельченной зелени петрушки
соль, перец черный молотый*

Соус из желтков к рыбе

Бульон вскипятим.

Желтки размешиваем в сливках. Вливаем в бульон и тщательно взбиваем. Солим и добавляем лимонный сок по вкусу.

Состав: 4 желтка
*200 мл сливок
300 мл рыбного бульона
лимонный сок по вкусу, соль по вкусу*

Салаты

Во многие салаты добавляют яйца. Это повышает их питательность, улучшает и разнообразит вкус. Заправляют салаты различными острыми заправками и соусами, в состав которых зачастую входят яичные желтки.

Салат с яйцами

Желтки яиц растираем с чесноком и горчицей, добавляя понемногу растительное масло. Полученный соус смешиваем с предварительно нарезанными белками яиц, луком, огурцом и петрушкой. Добавляем соль, перец.

Состав: 2 яйца

100 г зеленого лука

50 г зелени петрушки

100 г огурцов

5 г горчицы

25 г растительного масла

5 г чеснока

соль и перец по вкусу

Салат из зеленого лука с яйцами

Сваренные вкрутую яйца очищаем от скорлупы, нарезаем кубиками, один желток оставляем для соуса. Вымытый зеленый лук мелко нарезаем и перемешиваем с яйцами.

Соус, желток тщательно растираем в чашке, размешиваем с горчицей до получения однородной массы и, не прекращая помешивания, соединяем с маслом, заправляем по вкусу солью, сахаром, перцем.

Салат заправляем приготовленным соусом, украшаем ломтиками помидора или декоративно нарезанной морковью либо красным перцем.

Состав: 2 яйца

150 г зеленого лука

40 г растительного масла

10 г горчицы

соль, сахар, перец по вкусу

Салат из яиц и зеленого лука со сметаной

Сваренные вкрутую яйца мелко нарезаем, тщательно перемешиваем со сметаной и мелко нарезанным зеленым луком, солим, выкладываем в салатник.

Состав: 2 яйца

50 г сметаны

10 г зеленого лука

соль по вкусу

Салат из яиц с луком

Сваренные вкрутую яйца нарезаем мелкими кубиками. Лук и корни сельдерея шинкуем соломкой. Яйца смешиваем с овощами, добавляем соль, молотый перец, выкладываем массу в салатник, поливаем майонезом и посыпаем зеленью сельдерея.

Состав: 2 яйца

25 г репчатого лука

30 г майонеза

10 г корней сельдерея

10 г зелени сельдерея

соль и перец по вкусу

Салат из кукурузы с яйцами и луком

Початки кукурузы варим целиком до готовности, затем охлаждаем и отделяем зерна.

При использовании консервированной кукурузы жидкость (отвар) отделяем от зерен через дуршлаг или сито.

Зерна кукурузы смешиваем с мелко нарезанным зеленым или репчатым луком, заправляем растительным маслом, уксусом, сахаром, солью.

При подаче салат посыпаем мелко нарезанными яйцами, зеленым луком и укропом.

Состав: 2 яйца

100 г кукурузы в початках или 50 г кукурузы консервированной

10 г зеленого или репчатого лука

10 г растительного масла

2 г уксуса

3 г сахара

3 г укропа

соль по вкусу

Салат из сыра, яиц, зеленого лука и чеснока

Сыр и вареные яйца нарезаем кубиками, зеленый лук рубим, чеснок мелко нарезаем.

Все перемешиваем, добавляем майонез и ставим на холод на 30–40 минут.

Состав: 2 яйца

120 г голландского (российского) сыра

10 г зеленого лука

3 г чеснока

20 г майонеза

соль по вкусу

Салат из яиц, сыра и квашеной капусты

Квашеную капусту слегка отжимаем, мелко рубим. Сыр натираем на крупной терке, а сваренные вкрутую яйца мелко рубим. Лук и корни петрушки нарезаем соломкой. К овощам добавляем молотый перец, соль, все перемешиваем.

Украшаем салат кусочками яйца, сыра и поливаем растительным маслом.

Состав: 2 яйца

100 г латвийского сыра

200 г квашеной капусты

5 г корней петрушки

25 г репчатого лука

50 г растительного масла

молотый перец и соль по вкусу

Салат из сыра, яиц и свеклы

Сыр и очищенную свеклу натираем на крупной терке, добавляем рубленые яйца, соль, молотый перец, толченый чеснок.

Салат заправляем майонезом и посыпаем зеленым луком.

Состав: 2 яйца

200 г российского сыра

5 г чеснока
100 г свеклы
20 г зеленого лука
40 г майонеза
перец и соль по вкусу

Салат из сыра, яиц и редиса

Сыр и лук нарезаем соломкой, редис ломтиками, сваренные вкрутую яйца мелко рубим. Сыр смешиваем с яйцами, луком, редисом, зеленым горошком, майонезом, солью, молотым перцем.

Салат украшаем дольками редиса, яйцами, посыпаем мелко нарезанным укропом.

Состав: 2 яйца
200 г голландского сыра
60 г редиса
30 г репчатого лука
10 г укропа
80 г зеленого консервированного горошка
80 г майонеза
соль, молотый перец по вкусу

Картофельный салат с помидорами, перцем и ветчиной

Варим картофель «в мундире» и яйца вкрутую.

Картофель, яйца, лук, болгарский перец чистим, мелко нарезаем и перемешиваем с заранее приготовленной заправкой.

Для заправки смешиваем воду с уксусом, солью, подсолнечным маслом, черным молотым перцем.

Даем салату постоять 30 минут, затем перемешиваем его с измельченными листьями салата и ветчиной. Сразу же подаем к столу.

Состав: 2–3 яйца
400 г картофеля
200 г помидоров
2–3 луковицы
150 г болгарского перца
100 г зеленого салата
50 мл воды
2 ст. ложки уксуса
5 ст. ложек подсолнечного масла
100 г ветчины или вареной колбасы
соль, черный молотый перец по вкусу

Картофельный салат с зеленью и ветчиной

Варим и чистим от кожуры картофель и свеклу. Варим вкрутую яйца, остужаем.

Картофель, свеклу, яйца, перец, яблоки и ветчину нарезаем мелкими кубиками. У двух яиц отделяем желтки от белков. Желтки протираем через сито, перемешиваем с подсолнечным маслом, уксусом, горчицей, солью до получения однородной массы.

Все перемешиваем, посыпаем зеленью.

Состав: 6 яиц
500 г картофеля
1 небольшая свекла

2 яблока
3 стручка болгарского перца 200 г ветчины
2 ст. ложки горчицы
2 ст. ложки уксуса
1 ст. ложка подсолнечного масла
зелень петрушки, соль по вкусу

Картофельный салат с мясом

Отвариваем картофель, сельдерей, мясо. Варим вкрутую яйца. Желтки отделяем от белков, растираем с подсолнечным маслом, солью, сахаром и перцем, добавляем воду, смешанную с уксусом, и заправляем мелко нарезанные картофель, сельдерей, мясо и яичные белки.

При необходимости добавить немного охлажденной кипяченой воды.

Состав: 4 яйца

400 г картофеля
1 корень сельдерея
120 г свежих огурцов
100 г маринованной свеклы
300 г говядины или мясной свинины
4 ст. ложки уксуса
5 ст. ложек подсолнечного масла 25 мл воды
соль, черный молотый перец по вкусу, зелень петрушки

Картофельный салат с маринованными грибами

Отвариваем картофель, корень сельдерея, очищаем от кожуры.

Варим вкрутую яйца.

Все компоненты салата мелко нарезаем, смешиваем с майонезом, добавляем по вкусу сахар, соль, уксус. Ставим в холодильник на 30 минут.

Состав: 3 яйца

300 г картофеля
100 г помидоров
120 г маринованных грибов
1 корень сельдерея
1 луковица
150 г майонеза
соль, сахар, уксус по вкусу

Пестрый картофельный салат

Варим картофель «в мундире», чистим и нарезаем небольшими кубиками.

Чистим и варим морковь, петрушку и сельдерей, также мелко нарезаем.

Все компоненты перемешиваем с измельченным луком и грибами, заправляем подсолнечным маслом и водой, смешанной с уксусом, солью и сахаром.

При подаче посыпаем каждую порцию мелко нарезанными сваренными вкрутую яйцами.

Состав: 3 яйца

600 г картофеля
2 моркови
2 корня петрушки
1 корень сельдерея

2–3 луковицы
300 г маринованных грибов
1 чайная ложка уксуса
 $\frac{1}{3}$ чайной ложки сахара
3–4 ст. ложки подсолнечного масла
2 чайные ложки воды
соль по вкусу

Пикантный зеленый салат

Варим вкрутую и мелко нарезаем яйца, смешиваем с горчицей, уксусом, подсолнечным маслом, солью и сахаром. Выдерживаем 15–20 минут и перемешиваем с мелко нарезанным зеленым салатом.

Состав: 2 яйца
3 большие головки зеленого салата
3 чайные ложки горчицы
5 ст. ложек подсолнечного масла
1 ст. ложка уксуса
2 ст. ложки воды соль по вкусу
 $\frac{1}{3}$ чайной ложки сахара

Салат из молодого редиса

Редис и огурцы нарезаем тонкими кружками, смешиваем с тонко нарезанным зеленым салатом, заливаем смесью воды, уксуса, соли и сахара, добавляем подсолнечное масло и тщательно перемешиваем. Посыпаем сваренными вкрутую измельченными яйцами и зеленью.

Состав: 2 яйца
400 г редиса
150 г зеленого салата
2 огурца
3 ст. ложки подсолнечного масла
1 ст. ложка уксуса
2 ст. ложки воды
 $\frac{1}{2}$ чайной ложки сахара
соль по вкусу, укроп, зелень петрушки

Салат из сельдерея с колбасой

Сельдерей чистим, промываем, нарезаем маленькими кубиками и варим в подсоленной воде.

Колбасу нарезаем кубиками, яйца варим вкрутую и нарезаем кружочками, огурцы натираем на крупной терке.

Все смешиваем, заправляем кефиром, майонезом, уксусом и солью.

Состав: 3 яйца
500 г корня сельдерея
300 г вареной колбасы
1–2 маринованных огурца
1 луковица
100 мл кефира
100 мл майонеза

сок лимона или уксус, соль по вкусу

Салат из шпината с яйцами

Листья шпината промываем, заливаем кипятком, накрываем крышкой и даем 5 минут постоять, опускаем в холодную воду остудиться и откидываем на дуршлаг. Затем мелко нарезаем и заливаем смесью из 50 г воды, уксуса, растительного масла, соли и перца. Хорошо перемешиваем и посыпаем измельченными яйцами.

Состав: 4 сваренных вкрутую яйца
400 г листьев шпината
1 ст. ложка уксуса
1 ст. ложка растительного масла
перец черный молотый, соль по вкусу

Закуска по-буковински

Вареные яйца, маринованный перец и репчатый лук нарезаем мелкими кубиками, добавляем растертый с солью чеснок, заправляем майонезом, посыпаем зеленью.

Состав: 2 яйца
20 г репчатого лука
20 г маринованного перца
40 г майонеза
5 г зелени петрушки
3 г чеснока
соль по вкусу

Яйца-грибки

На середину блюда кладем и красиво оформляем картофельный салат с майонезом.

Украшаем полосками соленых огурцов. Вокруг помещаем крутые яйца, предварительно срезав немного тупой конец, чтобы яйца можно было поставить. На каждое яйцо кладем по маленькому помидору без мякоти.

Концом спички наносим на помидоры майонез (сливочное масло) в виде точек.

Состав: 2 яйца
120 г картофеля
10 г майонеза
40 г соленых огурцов
30 г помидоров
зелень укропа и соль по вкусу

Зеленый салат по-польски

Моем в дуршлаг листья салата, даем стечь воде, выкладываем их целыми в салатник, добавляем лимонный сок и заливаем сметаной. Кладем укроп, сахар, соль.

Украшаем салат крутыми яйцами.

Состав: 2 яйца
50 г листового салата
10 г зелени укропа
2 г лимонного сока
100 г сметаны
соль и сахар по вкусу

Салат листовой с яйцами

Салат нарезаем соломкой, смешиваем с рубленым красным перцем и сваренными вкрутую яйцами. Заливаем майонезом и посыпаем мелко нарезанным зеленым луком.

Состав: 2 яйца

200 г листового салата

10 г сладкого перца

30 г зеленого лука

майонез, соль по вкусу

Салат весенний

Салат моем, измельчаем. Редис, огурцы, лук и яйца, сваренные вкрутую, мелко нарезаем, добавляем соль и сахар по вкусу, перемешиваем, кладем в салатник, поливаем сметаной, сверху посыпаем зеленью.

Состав: 2 яйца

80 г редиса

100 г свежих огурцов

200 г листового салата

100 г сметаны

100 г зеленого лука

соль и сахар по вкусу

Салат из яиц и свежих помидоров

Крепкие свежие помидоры моем и нарезаем ломтиками. Кладем их горкой на середину салатника. Вокруг насыпаем мелко нарезанную зелень петрушки, а рядом с петрушкой укладываем крутые яйца, нарезанные кружками. Салат солим и заправляем растительным маслом, можно сбрызнуть его уксусом.

Готовим салат непосредственно перед подачей.

Состав: 2 яйца

100 г помидоров

10 г растительного масла

4 г уксуса 3 %-ного

10 г зелени петрушки

соль по вкусу

Салат из спаржи с яйцами

Нарезанную спаржу смешиваем с мелко нарезанным зеленым луком, консервированным зеленым горошком, мелко нарубленными яйцами и поливаем майонезом.

Состав: 2 яйца

200 г спаржи

30 г зеленого лука

80 г майонеза

40 г консервированного зеленого горошка

соль по вкусу

Салат картофельный с яйцами

Вареный картофель нарезаем кубиками, добавляем мелко нарубленные, сваренные вкрутую яйца, зелень, майонез и перемешиваем, украшаем зеленью, яйцами.

Состав: 2 яйца

200 г картофеля

40 г майонеза

*40 г зелени петрушки
соль по вкусу*

Салат из хрена и яиц со сметаной

Хрен хорошо промываем и натираем. Варим вкрутую яйца, охлаждаем, очищаем, мелко измельчаем, после чего растираем со сметаной и смешиваем с хреном. Заправляем по вкусу сахаром, уксусом, солью.

Используем для приготовления бутербродов, подаем к колбасам.

Состав: 2 яйца
80 г хрена
200 г сметаны
сахар, уксус 3 %-ный, соль по вкусу

Салат из яиц и тыквы

Чеснок растираем с солью. Компоненты, предназначенные для соуса, взбиваем миксером до получения однородной массы. Тыкву нарезаем кубиками, припускаем в собственном соку до готовности и охлаждаем. Лук тонко шинкуем. Сваренные вкрутую яйца мелко рубим, подготовленные продукты смешиваем с соусом.

Состав: 2 яйца
200 г тыквы
25 г репчатого лука
Для соуса: 50 г кефира
50 г сметаны
10 г зелени петрушки
15 г чеснока
соль, молотый перец по вкусу

Салат из яблок с яйцами

Яблоки и сваренные вкрутую яйца мелко рубим, добавляем лук, соль, молотый перец и поливаем сметаной.

Состав: 2 яйца
200 г яблок
30 г зеленого лука
80 г сметаны
соль, молотый перец по вкусу

Салат из корня пастернака с яйцами

Пастернак и морковь натираем на крупной терке, смешиваем с рублеными яблоками и вареными яйцами, добавляем соль, лимонный сок, поливаем сметанным соусом и посыпаем рубленой зеленью укропа.

Состав: 2 яйца
50 г корней пастернака
50 г моркови
80 г яблок
80 г сметанного соуса
15 г лимонного сока
30 г укропа
соль по вкусу

Салат из маринованных грибов с яйцами

Маринованные грибы нарезаем, добавляем нарезанные крутые яйца, зеленый горошек, нарезанный репчатый или зеленый лук, соль и сметану ($\frac{1}{2}$ порции).

Все перемешиваем, выкладываем горкой в салатник, заливаем оставшейся сметаной и украшаем луком и ломтиками крутого яйца.

Состав: 2 яйца

170 г маринованных грибов

70 г репчатого лука или зеленого

75 г сметаны

соль и консервированный зеленый горошек по вкусу

Салат из шампиньонов и яиц

Шампиньоны промываем, отвариваем в подсоленной воде, охлаждаем и нарезаем ломтиками. Сваренные вкрутую яйца нарезаем кубиками. Яйца соединяем с грибами и заправляем уксусом и растительным маслом.

Салат посыпаем зеленью петрушки или укропа.

Состав: 2 яйца

300 г свежих шампиньонов

15 г уксуса 3 %-ного

35 г растительного масла

15 г укропа и петрушки

соль по вкусу

Салат грибной с яйцами

Маринованные или свежие грибы крупно нарезаем, добавляем к ним рубленые яйца, нарезанный репчатый лук, солим по вкусу.

Перед подачей на стол перекладываем в салатник, заливаем сметаной, украшаем зеленью.

Состав: 2 яйца

150 г свежих или маринованных грибов

20 г репчатого лука

25 г сметаны

зелень и соль по вкусу

Сельдь иваси с яйцами

Сельдь разделяем на филе, вымачиваем в молоке. Варим вкрутую яйца, чистим и разрезаем так, чтобы половинки их устойчиво лежали на блюде (для этого у каждой половинки белок немного срезают).

Филе сельди нарезаем ломтиками и каждый сворачиваем плотным валиком, а затем кладем сельдь на каждую половинку яйца.

С помощью бумажной трубочки кладем на яйца майонез и украшаем блюдо ломтиками салата, зеленью лука, кружками помидоров и огурцов.

Состав: 2 яйца

85 г сельди иваси

15 г майонеза

30 г помидоров

30 г огурцов зелень, соль по вкусу

Салат из копченой салаки с картофелем и яйцами

Очищенную и нарезанную копченую салаку, картофель и нарубленные яйца перемешиваем и заливаем сметаной, заправляем горчицей, солью и сахаром.

К сметане при желании можно добавить уксус или лимонный сок.

Состав: 2 яйца

200 г копченой салаки

100 г отварного картофеля

100 г сметаны

сахар, горчица, соль по вкусу

Салат из яиц и копченой скумбрии

Очищаем от кожи и костей рыбу. Яблоки, соленые огурцы, крутые яйца нарезаем кубиками, добавляем зеленый горошек, рубленый зеленый лук, все перемешиваем и заливаем майонезом.

Салат укладываем горкой, украшаем дольками крутого яйца, зеленью.

Состав: 2 яйца

200 г копченой скумбрии

150 г консервированного зеленого горошка

70 г соленых огурцов

25 г зеленого лука

200 г майонеза

зелень петрушки

70 г яблок

Салат из консервированного кальмара с яйцами

Яйца отвариваем и отделяем желтки, лук мелко шинкуем и поджариваем на растительном масле. Вареный картофель и кальмары нарезаем брусочками, а белок – ломтиками. Все компоненты перемешиваем, добавив соль и перец.

Блюдо украшаем половинками желтков яиц и листьями салата.

Состав: 3 яйца

200 г кальмаров

200 г отварного картофеля

150 г репчатого лука

60 г растительного масла

10 г листового салата

перец молотый, соль по вкусу

Помидоры, фаршированные яйцами и салакой

Салаку разделяем, снимаем мякоть с костей и нарезаем ее мелкими кусочками. Добавляем рубленые яйца, по вкусу майонез, перец и мелко нарезанный лук.

У помидоров срезаем верхушки и вынимаем часть мякоти, после чего фаршируем их подготовленной смесью. Затем помидоры выкладываем на блюдо, поливаем майонезом и посыпаем зеленым луком.

Состав: 2 яйца

100 г соленой или маринованной салаки

200 г помидоров

40 г майонеза

20 г зеленого лука

перец по вкусу

Салат из яиц и творога

Морковь очищаем и натираем на терке с мелкими отверстиями. Творог протираем через дуршлаг, соединяем с натертой морковью, затем добавляем нашинкованный зеленый лук, соль, тмин, майонез и мелко рубленные яйца.

Салат выкладываем в салатник и украшаем яйцами и луком.

Состав: 2 яйца

150 г творога

40 г зеленого лука

80 г моркови

60 г майонеза

2 г тмина

соль по вкусу

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Супы

Яйца, сваренные вкрутую и «в мешочек», в виде омлетов и взбитые, используют во многих видах супов.

Бульон с яйцом и гренками

Готовим бульон, варим яйца «в мешочек». При подаче в тарелку кладем прогретое яйцо «в мешочек» и заливаем его прозрачным бульоном.

Отдельно на тарелке подаем гренки с сыром.

Состав: 1 яйцо

400 г прозрачного бульона (мясной, куриный или из дичи)

50 г пшеничного хлеба

10 г сыра

4 г сливочного масла

соль по вкусу

Бульон с яичными хлопьями

Яйцо выпускаем в посуду и хорошо размешиваем, затем вводим через дуршлаг в кипящий мясной прозрачный обезжиренный бульон, непрерывно помешивая, и провариваем 2–3 минуты.

Можно добавлять в бульон только яичные белки.

Состав: 1 яйцо

300 г прозрачного бульона

соль по вкусу

Бульон с омлетом и кукурузой

Вареную кукурузу, смешанную с яйцом и молоком, солим, кладем в специальные металлические формочки или мелкие сотейники, смазанные сливочным маслом, и запекаем в жарочном шкафу. Готовый омлет оставляем на 10–15 минут в тепле, затем вынимаем из формы и нарезаем на порции.

При подаче в тарелку кладем порцию омлета и заливаем его готовым прозрачным бульоном.

Омлет можно приготовить с капустой, томатом, спаржей и другими продуктами.

Состав: 1 яйцо

400 г мясного бульона

50 г вареной кукурузы (зерна)

25 г молока

10 г сливочного масла

соль по вкусу

Бульон с жареными сосисками

Сосиски нарезаем кружочками, обваливаем в яйце, затем в сухарях и обжариваем в растительном масле.

В чашки разливаем горячий бульон, кладем жареные сосиски и посыпаем зеленью петрушки.

Подаем с белым хлебом.

Состав: 1 яйцо

750 мл мясного бульона

зелень петрушки

2 сосиски

немного молотых сухарей

растительное масло для обжаривания сосисок

Окрошка сборная мясная

Отварную охлажденную говядину, а также ветчину, белок сваренного вкрутую яйца, подготовленный зеленый лук, свежие огурцы без кожицы нарезаем очень мелко. Сметану, протертые желтки крутых яиц, готовую горчицу, сахар, соль хорошо растираем и разводим квасом.

При подаче в квас кладем подготовленные мясные продукты, заправку (из желтков яиц и горчицы), сметану и посыпаем зеленью петрушки, укропа.

Состав: 1 яйцо

300 г хлебного кваса

65 г говядины

20 г вареной ветчины (окорок)

40 г зеленого лука

75 г свежих огурцов

20 г сметаны

5 г сахара

2 г готовой горчицы

5 г укропа

соль по вкусу

Окрошка овощная

Готовим так же, как окрошку мясную сборную, только вместо мясных продуктов кладем вареные, нарезанные кубиками, охлажденные картофель и морковь, а также сырой редис.

Состав: 1 яйцо

300 г хлебного кваса

100 г картофеля

15 г моркови

50 г зеленого лука

80 г свежих огурцов

30 г редиса

30 г сметаны

2 г готовой горчицы

5 г укропа

сахар и соль по вкусу

Окрошка уральская

Картофель, морковь отвариваем, очищаем, нарезаем мелкими кубиками. Редис и свежие огурцы нарезаем также кубиками. Квашеную капусту и лук перебираем и мелко рубим. Подготовленные овощи кладем в кастрюлю, добавляем квас, рубленые белки яиц.

Желток хорошо разминаем, разводим квасом, соединяем с остальными продуктами.

Подаем, посыпав укропом, заправляем сметаной.

Состав: 1 яйцо

200 г кваса

50 г картофеля

30 г квашеной капусты

20 г моркови

30 г зеленого лука

30 г свежих огурцов

зелень укропа, горчица, соль по вкусу

Борщ холодный

В свекольный отвар кладем вареные, охлажденные и нарезанные свеклу и морковь, а также свежие огурцы, зеленый лук, сахар, соль и добавляем 3 %-ный уксус.

При подаче в тарелку кладем половину яйца, сваренного вкрутую, сметану, зелень петрушки или укропа.

Состав: 1 яйцо

350 г свекольного отвара

120 г свеклы

30 г моркови

30 г зеленого лука

60 г свежих огурцов

40 г сметаны

5 г сахара

5 г уксуса 3 %-ного

5 г укропа

соль по вкусу

Свекольник

В хлебный квас кладем нарезанные кубиками или соломкой вареные свеклу, морковь, а также свежие огурцы, зеленый лук, уксус, соль, сахар.

Подаем свекольник так же, как борщ холодный. Если свекольник готовим на хлебном квасе и свекольном отваре, то хорошо промытую неочищенную свеклу отвариваем, а отвар процеживаем, охлаждаем и соединяем с хлебным квасом.

Состав: 1 яйцо

300 г хлебного кваса

100 г свеклы

25 г моркови

30 г зеленого лука

60 г свежих огурцов

40 г сметаны

сахар, уксус, соль, укроп по вкусу

Редька с квасом

Очищаем редьку, натираем на терке, смешиваем с квасом, кладем вареный картофель, нарезанный ломтиками, вареное яйцо, зеленый лук, сметану, солим, по желанию добавляем зелень петрушки или укропа.

Состав: 1 яйцо

50 г редьки

30 г картофеля

20 г зеленого лука

20 г сметаны
200 г кваса
зелень и соль по вкусу

Суп весенний

Очищаем и мелко нарезаем зеленый лук, чеснок, петрушку, мяту и кладем в кипящую подсоленную воду. Приблизительно через 20 минут добавляем муку, разведенную уксусом. Суп доводим до готовности, затем снимаем с огня, добавляем сливочное масло и заправляем сваренными вкрутую яйцами.

Состав: 2 яйца
20 г зеленого лука
5 г чеснока (перо)
20 г зелени петрушки
3 г мяты
20 г муки
1 г уксуса 3 %-ного
10 г сливочного масла
300 г воды
соль по вкусу

Щи из крапивы с яйцом

1-й вариант. Перебираем, промываем и мелко нарезаем молодую крапиву. Пассеруем ее с маслом, измельченным репчатым луком и мукой, солим и заливаем горячей водой. Суп доводим до кипения. Перед тем как снять суп с огня, вливаем в него молоко.

Варим вкрутую яйца, хорошо охлаждаем и нарезаем мелкими кубиками. Смешиваем с толченым черным перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки. В глубокую тарелку кладем по 2 столовые ложки приготовленной смеси и наливаем суп.

Состав: 2 яйца
300 г молодой крапивы
30 г сливочного масла
30 г репчатого лука
10 г пшеничной муки
200 г молока
10 г зелени петрушки
200 г воды
перец и соль по вкусу

2-й вариант. Перебранную вымытую молодую крапиву погружаем на 2–3 минуты в кипяток, откидываем на решето, обливаем холодной водой и, когда она стечет, пропускаем через мясорубку, затем тушим в сотейнике с маслом 10–15 минут. Нарезаем мелкими кубиками морковь, лук репчатый и пассеруем в масле. За 2–3 минуты до готовности добавляем мелко нарезанный зеленый лук.

В кипящий бульон кладем крапиву, пассерованные морковь и лук и варим на тихом огне 20–25 минут. За 10 минут до окончания варки добавляем нарезанные листья свежего щавеля, соль, специи.

Перед подачей заправляем щи по вкусу сметаной, добавляем нарезанные яйца, зелень.

Щи из крапивы хорошо подавать холодными, с ватрушками.

Состав: 2 яйца
100 г крапивы

400 г мясного бульона
50 г щавеля
20 г моркови
10 г репчатого лука
100 г сметаны
40 г топленого масла
зелень, специи и соль по вкусу

Суп с рублеными яйцами

Хлеб (50 г) нарезаем ломтиками и подсушиваем в духовке. Оставшийся хлеб натираем и поджариваем с маслом. Кладем в кастрюлю тертый хлеб, гренки, мелко рубленные яйца, рубленую зелень укропа или петрушки, заливаем бульоном и сейчас же подаем на стол.

Состав: 2 яйца
100 г ржаного хлеба
300 г бульона
20 г сливочного масла
10 г зелени укропа или петрушки
соль по вкусу

Суп с сыром и яйцом

Тертый хлеб перемешиваем с тертым сыром и взбитыми яйцами, солим, перчим и вводим эту смесь, непрерывно помешивая, в мясной бульон. Кастрюлю накрываем крышкой и ставим на слабый огонь на 7–8 минут.

Перед подачей суп тщательно перемешиваем.

Состав: 1 яйцо
250 г сыра
1 л мясного бульона
100 г пшеничного хлеба
перец и соль по вкусу

Суп по-итальянски

Ломтики хлеба намазываем с обеих сторон маслом и обжариваем. Кладем в кастрюлю, заливаем бульоном, добавляем сырое яйцо и ставим в духовку. Когда белок затвердеет, добавляем тертый сыр и мелко нарезанный зеленый лук.

Состав: 2 яйца
100 г пшеничного хлеба
500 г мясного бульона
40 г сливочного масла
30 г сыра
10 г зеленого лука
соль по вкусу

Овощной суп

Морковь и корень сельдерея чистим и натираем на крупной терке, заливаем водой или бульоном и варим 15 минут. Затем добавляем цветную капусту и варим еще 10 минут.

Отдельно разогреваем на сковороде манную крупу с маслом, вливаем немного воды, тщательно перемешиваем, чтобы не образовалось комков, и кладем в суп. Солим по вкусу, снимаем с огня, впускаем осторожно яйцо (белок должен свернуться) и всыпаем измельченную зелень петрушки.

Состав: 1 яйцо

1 л воды или мясного бульона

1 морковь

1/2 корня сельдерея

3–4 небольших соцветия цветной капусты

1 чайная ложка манной крупы

20 г сливочного масла

соль по вкусу, зелень петрушки

«Стеклянный» суп

Очищенный картофель нарезаем тонкими ломтиками и варим в подсоленной воде до тех пор, пока не разварится. Снимаем с огня, добавляем масло и взбитое с молоком яйцо.

Подаем с белым хлебом.

Это очень легкий суп, его приготавливают, например, в тех случаях, когда нужно разгрузить организм после праздничных дней.

Состав: 1 яйцо

3 картофелины

50 г сливочного масла

100 мл молока

750 мл воды

соль по вкусу

Суп из квашеной капусты с грибами

Грибы варим 20 минут в 1 л воды.

Картофель чистим, промываем, нарезаем кубиками, кладем в кастрюлю с грибами, добавляем тмин, немного соли и варим до мягкости.

Капусту варим отдельно в небольшом количестве воды. Когда капуста станет мягкой, кладем ее в суп. Муку размешиваем в сметане с яйцом, вливаем в кипящий суп и добавляем масло.

Можно посыпать измельченной зеленью петрушки.

Состав: 1 яйцо

150 г картофеля

200 г квашеной капусты

1 ст. ложка муки

200 мл сметаны

2 ст. ложки сушеных грибов

4–5 горошин черного перца

тмин, соль по вкусу

1–1,5 л воды

25 г сливочного масла

Суп с грибными клецками

Мелко нарезанный лук пассеруем в масле, остужаем, добавляем мелко нарезанные отваренные грибы, соль, перец, 2 яйца и молоко. Все тщательно перемешиваем и делаем негустой фарш, в который кладем молотые сухари.

Вскипятим воду, столовой ложкой берем порции фарша и опускаем в кипящую воду. Варим 10 минут.

Состав: 2 яйца

1,5 л воды

*1 большая луковица
30 г масла
3 ст. ложки молотых сухарей
200 г свежих грибов
1/2 стакана молока
соль, черный молотый перец по вкусу*

Суп из шампиньонов

Кладем в кастрюлю муку, добавляем 30 г сливочного масла, поджариваем до розоватости муки, заливаем водой и варим 3 минуты.

Шампиньоны, очищенные и мелко нарезанные, потушим с остатком масла на сковороде под крышкой, затем кладем в суп и варим около 25 минут. Перед окончанием варки взбиваем яйцо и вливаем его в кастрюлю. Выключаем огонь, всыпаем зелень петрушки и мелко нарезанный зеленый лук.

Состав: 2 яйца
*150 г шампиньонов
60 г сливочного масла
1 ст. ложка муки
соль по вкусу, зеленый лук, зелень петрушки*

Луковый суп с яйцами

Нарезаем хлеб ломтиками, кладем их слоями в кастрюлю и заливаем горячим мясным бульоном. Добавляем нарезанный, поджаренный на сливочном масле репчатый лук, закрываем крышкой и тушим 10–15 минут. Затем добавляем сырые яйца и кипятим.

Состав: 1 яйцо
*100 г пшеничного или ржаного хлеба
500 г бульона
30 г репчатого лука
20 г сливочного масла
соль по вкусу*

Луковый суп с яйцами и пряностями

Лук и чеснок крупно нарезаем и поджариваем на сливочном масле, перекладываем в кастрюлю, заливаем горячей водой, солим, добавляем перец, лавровый лист, гвоздику и даем вскипеть 2–3 раза. Смешиваем сырые яйца с холодной водой, вливаем в остывший бульон, хорошо размешиваем, добавляем пшеничный хлеб, нарезанный ровными ломтиками (как для бутерброда).

Кастрюлю закрываем крышкой и бульон слегка подогреваем. Когда хлеб хорошо набухнет, всыпаем рубленую зелень и подаем суп к столу.

Состав: 1 яйцо
*100 г пшеничного хлеба
500 г воды
150 г репчатого лука
10 г чеснока
50 г сливочного масла
0,1 г перца
0,5 г лаврового листа
0,2 г гвоздики*

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.