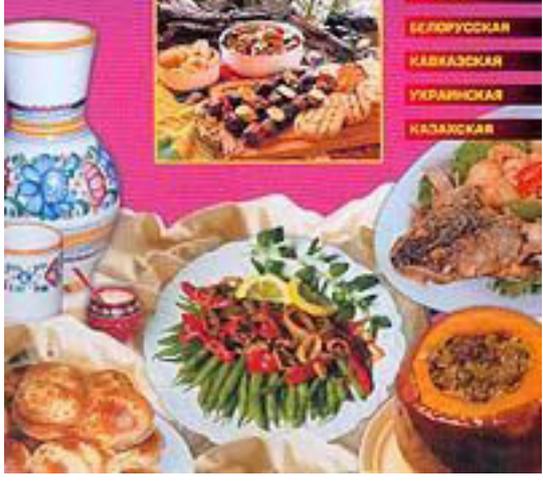


ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ◆ НАЦИОНАЛЬНЫХ КУХОНЬ ◆



- РУССКАЯ
- БЕЛОРУССКАЯ
- КАВКАЗСКАЯ
- УКРАИНОСКАЯ
- КАЗАХСКАЯ



Евгения Михайловна Сбитнева
Лучшие рецепты национальных кухонь
Серия «Кулинария»

предоставлено правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=164542

Аннотация

Данное издание познакомит читателей с рецептами приготовления традиционных блюд различных кухонь стран СНГ. Книга будет интересна не только начинающим поварам, но и уже состоявшимся мастерам кулинарного искусства.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. РУССКАЯ КУХНЯ	5
ЗАКУСКИ	6
Бутерброды	6
Заливные блюда, студни	8
Салаты	12
ПЕРВЫЕ БЛЮДА	19
Горячие супы	19
Холодные супы	22
ВТОРЫЕ БЛЮДА	24
Мясные блюда	24
Блюда из птицы	25
Рыбные блюда	29
Блюда из овощей и грибов	32
Пельмени и вареники	34
ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА, ДЕСЕРТЫ	38
Изделия из теста	38
Десерты	43
НАПИТКИ	45
ГЛАВА 2. БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ	48
ЗАКУСКИ	49
Бутерброды и другие закуски	49
Заливные блюда, рулеты, студни	50
Конец ознакомительного фрагмента.	51

Евгения Михайловна Сбитнева

Лучшие рецепты национальных кухонь

ВВЕДЕНИЕ

Традиционную кухню, определенные способы приготовления разнообразных блюд, передаваемые из поколения в поколение, можно по праву признать одним из пластов самобытной национальной культуры того или иного народа. Зачастую кухня является своеобразным отражением самобытности и неповторимого характера нации. Содружество Независимых Государств объединяет множество самых разных национальностей, имеющих складывавшиеся веками традиции.

Представленное издание содержит рецепты приготовления блюд из кухонь стран СНГ: русской, белорусской, украинской, молдавской, грузинской, азербайджанской и казахской. Каждая глава открывается небольшим вступлением, дающим общее представление о характерных чертах той или иной национальной кухни и истории ее становления и развития.

Глава, посвященная русской кухне, расскажет читателю о способах приготовления не только традиционных и известных блюд – таких, как студень, заливное, суп, щи, уха, пельмени, вареники, окрошка, пироги, расстегаи, пирожки и пр., но и уже забытых, например петровского кваса, сбитня и медовухи.

В главе, повествующей о кухне Белоруссии, читатель сможет найти рецепты приготовления таких популярных в этой стране блюд, как гренки, разнообразные салаты и холодные закуски, окрошка, щи, различные мясные и овощные супы, запеканки, драники. Начинающие повара смогут также научиться готовить холодники – так называются в Белоруссии холодные супы.

Глава об украинской кухне расскажет о способах приготовления традиционных блюд из мяса, рыбы и овощей: салатов, заливного, борща, кулеша, стыранки, юшки, галушек, кручеников, полядницы, пирогов и многих других. В отдельной главе читатели смогут также познакомиться и с блюдами национальной молдавской кухни – такими, как чорба, зама, сырбушка, кифтелуце, костица, мелтут и др.

Восточная кухня, как известно, значительно отличается от европейской. Данная книга поможет читателю освоить способы приготовления таких грузинских блюд, как бозбаши, суп-харчо, буглама, хаши, чихиртма, плов, шашлык, мцвади, хачапури, чурчхела и др.; армянских – лобуц, толма, мусака, коволаки и пр.; азербайджанских – пити, кюфта-бозбаш, парча-бозбаш, са-факи палов, кебаб, чучу, курзе и др.; казахских – турли еттер, кеспе, сорпа, ащи сорпа, бостурме, палау, асып и пр.

ГЛАВА 1. РУССКАЯ КУХНЯ

У многих людей словосочетание «русская кухня» вызывает ассоциации прежде всего с водкой, икрой, винегретом и пирожками. Однако здесь необходимо внести ясность. Дело в том, что водка появилась в России лишь в конце XIV века, икра была и остается блюдом скорее праздничным, нежели повседневным, рецепты винегретов и вообще салатов мастера русской кулинарии заимствовали из кухонь европейских стран лишь в XIX веке. Правда, пирожки все же следует признать традиционным русским блюдом, так как изделия из теста издавна находились в национальной кухне на одном из ключевых мест. Большинство известных нам ныне хлебобулочных и мучных изделий (в том числе пироги, блины, пышки и т. д.) появились на Руси примерно в X веке.

Русская кухня на протяжении своей долгой истории вобрала в себя и творчески переработала множество различных кулинарных традиций – от татаромонгольской до французской, став в результате одной из самых разнообразных кухонь мира.

Исконно же повседневный стол русичей был довольно скромным: основу питания составляли, помимо мучных изделий, каши, блюда из рыбы, грибов, овощей; мясо использовалось редко (что объяснялось отчасти тем, что большинство дней в году считались постными, и посты соблюдались весьма строго).

Но и на самом раннем этапе русская кухня не была однообразной. Достигалось это за счет применения различных масел (в основном растительных), многообразия способов обработки, как тепловой, так и холодной, а также широкого использования таких пряностей, как лук, чеснок, укроп, перец, петрушка, анис, кориандр и лавровый лист, проникших в Россию из Византии еще в X—XI веках.

В дальнейшем в русской кухне появились мясные блюда (сибирские пельмени, среднеазиатские манты, кавказские шашлыки), а затем возник и свой собственный, прославившийся впоследствии во всем мире рецепт бефстроганова.

Из традиционных напитков в первую очередь необходимо назвать квас и сбитень, а также присоединившийся к ним позднее чай.

В XVIII веке наблюдалось разделение дворянской и простонародной кухонь: первая все более становилась похожей на европейскую, в большом количестве заимствовались различные иностранные блюда (котлеты, омлеты, компоты и др.).

И лишь в начале XIX века русская традиция приготовления и подачи блюд взяла верх над европейскими.

В настоящее время блюда русской кухни настолько разнообразны, что способны удовлетворить вкус самого требовательного гурмана. Хотя справедливости ради нужно отметить, что некоторые продукты, традиционно использовавшиеся для приготовления блюд на Руси, перешли в разряд деликатесов.

ЗАКУСКИ

Бутерброды

Бутерброды с яйцами и солеными огурцами

4 ломтика хлеба, 2 соленых огурца, 2 вареных яйца, 100 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа по вкусу, соль.

Кусочки хлеба намажьте маслом, сверху положите нарезанные ломтиками яйца, кружочки соленых огурцов и посыпьте измельченной зеленью петрушки и укропа, можно добавить соль по вкусу.

Бутерброды с грибами

6 ломтиков хлеба, 3-4 столовые ложки маринованных или отварных грибов, 2-3 яйца, 3-4 столовые ложки сливочного масла, 1/2 чайной ложки готовой столовой горчицы, листья петрушки, зеленый лук, соль.

Ломтики хлеба обжарьте с двух сторон на сливочном масле, дайте остыть и смажьте одну из сторон маслом. Белки сваренных вкрутую яиц отделите от желтков, нарежьте кольцами и уложите на ломтики хлеба.

Желтки измельчите, смешайте с мелко нарезанными грибами, горчицей и посолите. В середину каждого белкового кольца положите немного грибной массы, в завершение украсьте бутерброды листьями петрушки и зеленым луком.

Бутерброды с отварным мясом и овощами

4 ломтика хлеба, 100 г отварного мяса, 1/2 свежего огурца, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 1/2 свежей моркови, 1-2 чайные ложки майонеза, зеленый лук, веточки петрушки.

Морковь и очищенный от кожицы огурец натрите на мелкой терке, смешайте с консервированным горошком, мелко нарезанным луком и петрушкой и заправьте полученную смесь майонезом. Мясо нарежьте широкими полосками, сверните в трубочки и наполните овощной массой. На кусочек хлеба положите несколько фаршированных трубочек и украсьте бутерброды измельченной зеленью.

Рыбные бутерброды

4 ломтика хлеба, 100 г сливочного масла, 1 сельдь, 2 свежих помидора, 1 огурец, 2 яйца, зеленый лук.

Прямоугольные ломтики хлеба намажьте маслом, сельдь очистите и нарежьте длинными полосками. Желток и белок сваренных вкрутую яиц отделите друг от друга и измельчите. Свежие помидоры, огурец и зеленый лук нарежьте небольшими кусочками. Подготовленные продукты уложите на хлеб длинными разноцветными полосками.

Бутерброды с колбасной массой

6 ломтиков хлеба, 2-3 вареных яйца, 2-3 ломтика сыра, 4-5 ломтиков колбасы или отварного мяса, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, 1/2 банки майонеза.

Сыр, колбасу или мясо и яйца натрите на крупной терке, добавьте майонез, мелко нарезанную зелень и все тщательно перемешайте. Полученный паштет нанесите на ломтики хлеба и поместите бутерброды на 3-4 минуты в разогретую духовку или микроволновую печь. Выпекайте до появления румяной корочки.

Луковые гренки

4 ломтика хлеба, 2 луковицы, 2/3 стакана тертого сыра, 2 столовые ложки растительного масла, 30 г сливочного масла.

Хлеб обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Лук мелко нашинкуйте и поджарьте на растительном масле до приобретения им светло-золотистого цвета. На подготовленный хлеб выложите лук и посыпьте сверху сыром.

Гренки с сыром и помидорами

4 ломтика хлеба, 30 г сливочного масла, 4 помидора, 80 г сыра, 2 зубчика чеснока.

Ломтики хлеба натрите чесноком и обжарьте с одной стороны в сливочном масле. Помидоры нарежьте тонкими кружочками, сыр измельчите на крупной терке. Подготовленные продукты уложите на хлеб и подайте гренки к столу.

Бутерброды с яблочной массой

8 ломтиков черного или белого хлеба, 300 г яблок, 100 г хрена, 250 г творога, 1/2 стакана сметаны, 2-3 моркови, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г маргарина, сок и цедра 1 лимона, зелень петрушки, сахар и соль по вкусу.

С ломтиков хлеба срежьте корочку и поджарьте мякиш на растительном масле. Подготовленный хлеб разделите на три части. Одну из них смажьте следующей смесью: 100 г маргарина, растертого со 100 г измельченных яблок, 100 г хрена, сахаром и солью.

Для второй части бутербродов приготовьте массу из 100 г измельченных на терке яблок, натертой моркови, 25 г маргарина, 25 г хрена, зелени, сока лимона, сахара и соли.

На оставшиеся ломтики хлеба намажьте яблочную пасту с творогом, приготовленную следующим образом: взбейте творог со сметаной и сахаром, добавьте измельченные яблоки, сок лимона, цедру, измельченную на терке, 1 чайную ложку растительного масла и столовую ложку сахара.

Горячие бутерброды с морковью

4 ломтика белого хлеба, 4 чайные ложки сливочного масла, 60 г сыра, 1 морковь, зелень петрушки.

Морковь сварите и нарежьте длинными полосками, петрушку мелко нарубите. Хлеб смажьте маслом, положите сверху морковь, посыпьте петрушкой и измельченным на терке сыром.

Прогрейте бутерброды в микроволновой печи на максимальной мощности в течение 30 секунд.

Заливные блюда, студни

Заливной мусс из дичи

1 тушка глухаря, 2 столовые ложки желатина, 2 стакана бульона, 2 стакана сливок, 1 столовая ложка мускатного ореха, соль по вкусу, листья салата.

Очищенного, выпотрошенного и промытого глухаря сварите до полной готовности, отделите мясо от костей, снимите кожу и дважды пропустите мясо через мясорубку.

Распущенный в воде желатин смешайте с бульоном. Половиной полученной смеси залейте приготовленный фарш. Тщательно вымешайте, посолите, добавьте тертый мускатный орех и взбитые сливки. Полученную массу выложите в специальную форму, облитую изнутри оставшимся желе. Поставьте в холодильник, чтобы мусс окреп.

Перед подачей на стол форму с муссом на несколько секунд опустите в горячую воду, затем переверните на тарелку и снимите форму. Украсьте блюдо венком из нарезанного полосками зеленого салата.

Рубец в горчичном соусе

1 кг сырого рубца, 2 головки репчатого лука, перец черный молотый, 3 зубчика чеснока, соль по вкусу, зелень петрушки.

Рубец обработайте (натрите крупной солью, тщательно вымойте, очистите, обрежьте края) и замочите на 2-3 часа в холодной воде. Крупными кусками или целиком положите в широкую кастрюлю, залейте холодной водой. Доведите до кипения и варите на медленном огне 3-4 часа. За 20—30 минут до готовности посолите.

Выньте рубец шумовкой, положите на наклонную доску или откиньте на дуршлаг, чтобы стекла вода. Нарезьте крупными кусками, посыпьте перцем, мелко нарезанным или растертым чесноком, сверните в рулет, перевяжите ниткой и поварите еще 1-1,5 часа.

Готовый рулет охладите, не вынимая из бульона, затем положите под пресс (между двумя досками или плоскими тарелками) и поместите в прохладное место. Перед подачей на стол снимите нитки, нарежьте рулет в виде лапши, уложите горкой на блюдо и посыпьте сверху нашинкованным луком и зеленью.

Телятина заливная

500 г телятины, 30 г говяжьего жира, 500 г мясного желе, 10 яиц, 1 морковь, коренья петрушки, 150 г соуса из хрена со сметаной, зелень петрушки, перец черный молотый, соль по вкусу.

Мякоть телятины вместе с костями, отделенными от мяса, и кореньями сначала обжарьте на говяжьем жире в сотейнике или сковороде с толстым дном, затем доведите до готовности в духовке. Охладите, нарежьте порционными кусками, облейте соком, выделившимся во время жарки, посолите, поперчите. На большое блюдо, в специальные формы или на противень налейте тонким слоем полужастывшее мясное желе и, когда оно застынет полностью, положите на него куски телятины. Залейте их сверху оставшимся желе и украсьте нарезанными половинками или кружочками яиц, фигурками из вареной моркови, листиками

зелени. Поставьте блюдо в холодильник для застывания. Перед подачей на стол нарежьте телятину на порционные куски специальным ножом, чтобы края желе получились гофрированными. Вместе с данным блюдом можно поставить на стол блюдце с горчицей или соусом из хрена со сметаной.

Поросенок заливной молочный

1 молочный поросенок весом 2-2,5 кг, 20 г желатина, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 6-7 горошин черного перца, 1 лимон, соль по вкусу, лавровый лист, гвоздика, зелень петрушки.

Поросенка выпотрошите, тщательно промойте, удалите голову. Тушку разрубите на несколько частей, положите в кастрюлю, залейте холодной водой, посолите, добавьте очищенные корни и лук, поставьте на огонь. После закипания снимите пену, плотно закройте кастрюлю крышкой и варите в течение 40—50 минут до готовности.

Можно сварить поросенка целиком. Для этого потребуется широкая кастрюля. Положите в нее поросенка вместе с головой, стараясь, чтобы тушка не деформировалась. Готового поросенка аккуратно выложите на блюдо, накройте влажной салфеткой и остудите.

В бульон добавьте перец, лавровый лист, гвоздику и еще раз прокипятите, добавьте разбухший желатин и при помешивании доведите до кипения. После этого процедите бульон через салфетку и остудите. Поросенка разрубите на порционные куски и уложите на блюдо так, чтобы между ними остались промежутки. Залейте тушку загустевшим бульоном и украсьте кружочками вареного яйца, моркови и лимона, веточками зелени.

Язык заливной

600 г языка, 150 г мясного желе, 5 сваренных вкрутую яиц, перец черный горошком, 1 луковица, 1 корень петрушки, лавровый лист, зелень, соль по вкусу.

Свежий говяжий язык тщательно вымойте, вымочите в холодной воде в течение 2-3 часов, несколько раз меняя воду, сварите в подсоленной воде до мягкости вместе с луком, кореньями, перцем, лавровым листом. Вынув язык из бульона, положите его на несколько минут в холодную воду, чтобы лучше отошла кожа. Ее нужно снимать немедленно, начиная с тонкой части языка, иначе потом удалить будет трудно.

Очищенный язык снова положите в бульон, охладите и, достав из кастрюли, обсушите. Нарежьте язык тонкими ломтиками наискосок, начиная с толстого конца, чтобы пластинки были широкими. Уложите на плоское блюдо веером, сверху украсьте половинками или кружочками вареных яиц и зеленью. Залейте мясным желе.

Зельц свиной

1 свиная голова, 4 ножки, 1 кг мяса (свинины), корень петрушки, 3 луковицы, перец черный молотый, лимонная цедра, соль.

Голову, ножки, мясо и корни сварите в соленой воде. Мясо отделите от костей, мелко нарежьте, положите в кастрюлю. Туда же добавьте мелко нарубленный лук, перец, соль, измельченную лимонную цедру. Все это залейте бульоном, в котором варилось мясо. Поставьте на огонь и варите, постоянно помешивая, чтобы не пригорело.

Намочите салфетку в кипятке, отожмите и разложите на нее готовую мясную массу, перевяжите салфетку шпагатом таким образом, чтобы зельц был немного стянут. Положите его между двумя досками под гнет и поставьте на холод.

Зельц домашний

1 свиная голова, 2 свиные ножки, 2 соленых огурца, 2 луковицы, 100 мл винного уксуса, 1 столовая ложка сахара, перец, соль по вкусу.

Свиную голову разрубите пополам, залейте раствором соли и оставьте в таком виде на три дня. Сварите обе половинки головы как для студня (до загустения бульона), откиньте на дуршлаг, а в оставшемся бульоне сварите свиные ножки. Готовое мясо отделите от костей, мелко нарежьте, залейте бульоном и доведите до кипения.

После закипания положите в бульон дольки соленых огурцов без семян и кожицы, нашинкованный репчатый лук, соль, перец, сахар, винный уксус, прокипятите. Охладите зельц в формах, периодически помешивая содержимое для равномерного распределения жира.

Судак заливной

500 г судака, 100 г белого хлеба, 50 мл молока или воды, 1 луковица, 1-2 зубчика чеснока, красный маринованный сладкий перец, черный молотый перец, 100 г рыбного желе, лавровый лист, лимон, зелень, соль.

Судака очистите, выпотрошите через спину, удалите позвоночник. Аккуратно снимите кожу, для чего острым ножом срежьте мякоть, оставляя на коже тонкий слой. Лук и пропитанный молоком белый хлеб без корки пропустите через мясорубку.

В полученную массу добавьте соль, перец, все хорошо перемешайте. Этим фаршем наполните тушку и ниткой зашейте надрезы, заверните рыбу в салфетку и перевяжите суровой ниткой.

Фаршированную рыбу припустите в течение 15—20 минут на слабом огне, добавьте измельченный чеснок, лавровый лист, охладите, уложите на блюдо, нарежьте кусками и украсьте зеленью, лимоном, маринованным сладким перцем, посыпьте черным молотым перцем и полейте рыбным желе. Блюдо поставьте в холодильник для застывания.

Студень рыбный

500 г пищевых рыбных отходов (кости, хрящи, плавники, головы, чешуя), 15 г желатина, морковь, репчатый лук, корень петрушки, перец горошком, лавровый лист, соль.

Для рыбного студня подготовьте отходы: очистите их и тщательно промойте, положите в кастрюлю, залейте холодной водой из расчета 1 л воды на 1 кг отходов, добавьте сразу морковь, лук, корень петрушки, специи и варите в течение 1-1,5 часа. Бульон слейте и добавьте в него размоченный в холодной воде желатин.

Если хрящи оказались недостаточно мягкими, отдельно поварите их еще 20 минут. Мякоть с костей и головы отделите и вместе с хрящами и овощами мелко нарубите, залейте массу бульоном, поставьте емкость на огонь и доведите до кипения. Горячее блюдо вылейте в форму или любую другую глубокую посуду и поместите в холодильник для охлаждения.

Студень свиной обыкновенный

2 свиные ножки, 2 свиных уха, 2 свиных хвоста, 2 сваренных вкрутую яйца, 2-3 моркови, 1 корень и зелень петрушки, 1-2 луковицы, 2 лавровых листа, листья салата, 10 горошин перца, соль.

Обработайте свиные ножки, уши, хвосты (опалите, поскоблите, разрежьте и тщательно вымойте), залейте холодной водой из расчета 1,5-2 л воды на 1 кг субпродуктов и варите на слабом огне в течение 5-6 часов, снимая пену по мере ее образования. Сваренные субпродукты выньте из бульона и отделите мясо от костей, которые положите обратно в бульон, добавьте морковь, петрушку, лук, лавровый лист, перец, соль и поварите еще 50—60 минут.

Готовый бульон процедите, снимите жир, дайте отстояться и слейте, чтобы удалить осадок. Мясо и отварные овощи измельчите, часть моркови нарежьте кружочками и все вместе положите в процеженный бульон. Еще раз вскипятите смесь, в горячем виде разлейте ее по формам и остудите. Украсьте студень нарезанными кружочками вареными яйцами, морковью, листьями салата и посыпьте зеленью петрушки.

Студень свиной по-русски

1 кг свиных ножек и головы, 500 г мяса (свинины), 1 луковица, 1 морковь, 100 мл сухого вина, уксус, 10—15 г измельченных грецких орехов, 15—20 г изюма, 2-3 лавровых листа, корни пастернака и петрушки, пучок сельдерея, перец, шафран, сахар, соль.

Свиные ножки и голову опалите, замочите в горячей воде на 2-3 часа и тщательно выскоблите. Сделайте два глубоких надреза в нижней части головы, удалите язык, отрежьте уши, рыло, промойте их, сложите в кастрюлю, залейте водой и поставьте на огонь.

Доведите бульон до кипения, снимите с огня и слейте в отдельную посуду. Голову и ножки разрубите на куски, залейте холодной водой, добавьте сваренные уши, рыло, кусок свинины и поставьте емкость на сильный огонь. Доведите их до кипения, убавьте огонь и варите около 7-8 часов, время от времени снимая пену и жир.

За 30 минут до готовности положите в бульон морковь, лук, петрушку, пастернак и сельдерей. Готовую массу снимите с огня и остудите. Мясо мелко нарежьте, положите в процеженный бульон, добавьте туда вино, уксус, перец, шафран, сахар, изюм, орехи, лавровый лист и соль. Все еще раз вскипятите, разлейте по формам и поместите на 40—60 минут в холодильник. Готовый студень украсьте зеленью и подайте на тарелке с соусом из хрена или с горчицей.

Холодец из свиных ножек

1 кг свиных ножек, 2 моркови, корень петрушки, 2 луковицы, перец черный горошком, лавровый лист, соль по вкусу.

Свиные ножки тщательно обработайте (опалите, выскоблите и удалите копыта), затем разрежьте вдоль, вымочите в течение 2-3 часов, поместите в кастрюлю, залейте водой и поставьте на сильный огонь.

После закипания добавьте в бульон петрушку, лук, морковь, лавровый лист, перец, соль, снимите пену, убавьте огонь и варите при едва заметном кипении до готовности ножек (они считаются готовыми, если мясо полностью отошло от костей, бульон загустел и стал желеобразным).

Готовое мясо отделите от костей, удалите жир из бульона и процедите жидкость. Залейте бульоном мясо и прокипятите массу еще 6-7 минут.

Затем разлейте бульон в специальные формы и поставьте их на несколько часов в прохладное место. Подайте к холодцу горчичный или сметанный соус с тертым хреном.

Салаты

Салат деревенский

1 яблоко, 1 морковь, 150 г твердого сыра, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 луковица, майонез, зелень, соль по вкусу.

Морковь и яблоко вымойте, очистите и нарежьте соломкой. Яйцо и сыр натрите на крупной терке и смешайте с морковью и яблоком. Лук измельчите и смешайте с остальными компонентами. Салат посолите, заправьте майонезом, выложите в салатницу и украсьте зеленью.

Салат из сельди по-русски

1 соленая сельдь, 1 стакан молока, 2 клубня картофеля, 100 г сухих грибов, 1/2 банки майонеза, зеленый лук, 1 соленый огурец, зелень.

Сельдь выпотрошите, отделите филе и вымочите его в молоке. Затем филе просушите полотенцем и нарежьте тонкими полосками. Рыбу уложите в селедочницу.

Отварите картофель в мундире, остудите его, очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Картофель уложите на рыбу. Отварите грибы, слейте воду, дайте им остыть, а затем мелко нарежьте. Лук нарубите и смешайте с грибами. Слоем выложите их на картофель и залейте майонезом. Нарежьте кружочками огурец, выложите его сверху на майонез и посыпьте все зеленью.

Салат из моченых яблок с картофелем

2 моченых яблока, 2 клубня картофеля, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 3 столовые ложки майонеза, зелень петрушки.

Картофель отварите в мундире, очистите и нарежьте тонкими ломтиками, добавьте нарезанные кружками моченые яблоки и консервированный горошек, все аккуратно перемешайте. Заправьте салат майонезом и украсьте веточками зелени.

Салат из моркови, меда и орехов

3-4 моркови, 1/2 стакана ядер грецких орехов, 2 столовые ложки меда, лимонный сок, соль, консервированные вишни для украшения.

Очищенную морковь натрите на мелкой терке, посолите и полейте лимонным соком.

Добавьте толченые орехи, мед и размешайте. Грецкие орехи можно заменить арахисом или миндалем. Выложите все в салатницу и сверху украсьте консервированными вишнями.

Салат из моркови со сметаной и яблоками

2-3 моркови, 1 яблоко, 1/3 стакана сметаны, сахар по вкусу.

Морковь натрите на мелкой терке, яблоко – на крупной терке, затем все перемешайте, добавьте сметану и сахар по вкусу.

Салат крестьянский

2-3 моркови, 2 яблока, 1 редька, 1/2 вилка белокочанной капусты, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка уксуса, 1 чайная ложка лимонного сока, соль, молотый черный и красный перец, зелень петрушки по вкусу.

Морковь, яблоки, редьку очистите, натрите на крупной терке, сложите в миску, добавьте нашинкованную капусту, мелко нарезанную зелень петрушки, все перемешайте.

Затем выложите в салатницу и заправьте салатной заправкой, которую можно приготовить из растительного масла, уксуса, сока лимона, сахара, соли и молотого перца.

Салат из хрена с помидорами

1 корень хрена, 2-3 помидора, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 яйцо, несколько виноградных листьев.

Помидоры вымойте и нарежьте тонкими кружочками. На блюдо выложите виноградные листья, на них положите нарезанные помидоры, полейте их сметаной, смешанной с лимонным соком и натертым на мелкой терке хреном. Сверху салат можно украсить дольками сваренного вкрутую яйца.

Салат из хрена со свеклой и растительным маслом

1 корень хрена, 1 свекла, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу, несколько веточек зелени петрушки и укропа для украшения.

Свеклу испеките, очистите и нарежьте тонкими ломтиками. Добавьте натертый на мелкой терке хрен, перемешайте и заправьте растительным маслом. Затем салат посолите и посыпьте перцем по вкусу, сверху украсьте зеленью петрушки и укропа.

Салат «Красна девица»

2 вареные свеклы, 2 яблока, 10 измельченных грецких орехов, 1/2 банки майонеза.

Свеклу очистите от кожицы и натрите на крупной терке. Яблоки нарежьте соломкой или натрите на крупной терке. Грецкие орехи измельчите между двумя терками. Все компоненты перемешайте и заправьте майонезом.

Салат из свеклы с грибами

2 свеклы, 1 луковица, 5-6 сухих грибов, 1 столовая ложка натертого хрена, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу, несколько веточек зелени петрушки.

Свеклу отварите, охладите, очистите и натрите на крупной терке. Репчатый лук нарежьте мелкими кубиками и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета.

Грибы замочите на 3-4 часа в холодной воде, затем отварите их до готовности, охладите и нарежьте тонкой соломкой. Все продукты соедините, хорошо перемешайте, посолите по вкусу. Затем добавьте натертый хрен и заправьте растительным маслом. Готовый салат украсьте веточками зелени.

Луково-свекольный салат

3 свеклы, 3 луковицы, 1/2 стакана натертого хрена, соль, лимонная кислота, горчица по вкусу, 1/4 банки майонеза, 3 столовые ложки зеленого горошка, веточки зелени, 3 столовые ложки растительного масла.

Свеклу отварите, очистите, натрите на крупной терке, добавьте пассерованный репчатый лук, соль, лимонную кислоту по вкусу и хрен, натертый на мелкой терке. Все перемешайте, заправьте смесью майонеза с горчицей. Перед подачей на стол украсьте салат зеленым горошком и веточками зелени.

Салат свекольно-огуречный с чесноком

1 свекла, 1 соленый огурец, 3 зубчика чеснока, 4 столовые ложки майонеза, соль по вкусу.

Сырую свеклу очистите, натрите на крупной терке, смешайте с измельченным на крупной терке огурцом. Добавьте растертый чеснок, заправьте салат майонезом и посолите.

Салат из помидоров и черствого хлеба

1 батон черствого хлеба, 3 помидора, 1 пучок зелени петрушки, 1/2 стакана подсолнечного масла, 2 столовые ложки яблочного уксуса, 1 чайная ложка мелко нарезанного чеснока, 1/2 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки черного молотого перца.

Помидоры вымойте и нарежьте дольками, смешайте с мелко нарезанным черствым хлебом. Затем все перемешайте, полейте салатной заправкой из подсолнечного масла и уксуса, добавьте мелко нарезанную зелень петрушки и измельченный чеснок. Затем салат посолите, посыпьте перцем и перед подачей на стол выдержите при комнатной температуре около 30 минут, чтобы он пропитался заправкой.

Салат из соленых огурцов

4 соленых огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 луковица, 1 яблоко, 1/4 маленького вилка белокочанной капусты, 1-2 зубчика чеснока, 1/2 банки майонеза, 2 столовые ложки горчицы, 1 столовая ложка нарезанного зеленого лука, соль и перец по вкусу.

Огурцы, лук и яблоко нарежьте мелкими кубиками. Капусту нашинкуйте, посыпьте солью и слегка отожмите. Чеснок пропустите через чеснокодавилку, смешайте с майонезом, в который затем добавьте горчицу. Все компоненты смешайте, посолите, поперчите и украсьте салат зеленым луком.

Салат из свежих огурцов с тыквой

4-5 свежих огурцов, 1/3 небольшой тыквы, 2 яйца, 1/2 банки майонеза, зеленый лук, перец черный молотый, соль по вкусу.

Тыкву и свежие огурцы нарежьте соломкой, добавьте мелко нарезанные вареные яйца, соль, молотый перец, все перемешайте и заправьте майонезом. Готовый салат переложите в салатницу и посыпьте зеленым луком.

Салат из огурцов с гречневой кашей

5 огурцов, 3 столовые ложки гречневой каши, 4 зубчика чеснока, 1/2 банки майонеза, 1 луковица, соль, перец, зелень сельдерея.

Очищенные огурцы нарежьте соломкой, добавьте рассыпчатую гречневую кашу, натертый чеснок и мелко нарезанный репчатый лук. Затем все перемешайте, посолите, поперчите по вкусу и заправьте майонезом. Сверху салат посыпьте мелко нарезанной зеленью сельдерея.

Салат из белокочанной капусты с куриным мясом

300 г белокочанной капусты, 200 г отварного куриного мяса, 2 яблока, 1 корень сельдерея, 1 морковь, 3 столовые ложки зеленого горошка, 1/2 стакана сметаны, 1 чайная ложка хрена, 1 чайная ложка уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, соль, сахар, несколько веточек зелени для украшения.

Капусту мелко шинкуйте. Яблоки очистите от кожуры, вырежьте сердцевину и нарежьте мякоть кубиками. Сельдерей мелко нарежьте или натрите на крупной терке. Мясо нарежьте соломкой или небольшими кубиками. Все смешайте, добавьте хрен, консервированный зеленый горошек, уксус, растительное масло, соль, сахар, хорошо перемешайте до получения однородной массы и выложите горкой в салатницу. Готовый салат полейте сметаной и украсьте веточками зелени и кружочками моркови.

Салат из редьки с мясом

1 редька, 1 луковица, 200 г отварной говядины, 1 яйцо, редис, 1/2 банки майонеза, зелень петрушки и укропа, 3 столовые ложки растительного масла.

Редьку очистите, натрите на крупной терке, добавьте нарезанную кубиками отварную говядину, поджаренный на растительном масле до золотистого цвета мелко нарезанный репчатый лук, тщательно перемешайте. Затем выложите в салатницу, заправьте майонезом, украсьте дольками сваренного вкрутую яйца, зеленью и кружочками редиса.

Салат из редьки и квашеной капусты

1 редька, 300 г квашеной капусты, 1 луковица, 1/2 чайной ложки тмина, 2 столовые ложки растительного масла.

Редьку очистите, залейте холодной водой и оставьте на 1 час. Затем натрите на крупной терке, добавьте квашеную капусту и нарезанный соломкой репчатый лук. Все перемешайте, заправьте растительным маслом и тмином.

Салат из репы с медом

4 репы, 2 моркови, $\frac{1}{3}$ вилка белокочанной капусты, 3 столовые ложки меда, $\frac{1}{3}$ стакана клюквы.

Морковь и репу очистите и натрите на крупной терке, добавьте мелко нашинкованную капусту, клюкву. Салат заправьте медом, выложите в салатницу и подайте к столу.

Салат «Витязь»

3-4 корня сельдерея, 2 пучка зелени петрушки и укропа, $\frac{1}{3}$ стакана жареных грибов, 100 г ветчины, 1 морковь, 1 чайная ложка горчицы, лимонная кислота по вкусу, 2 столовые ложки растительного масла, $\frac{1}{2}$ банки майонеза.

Корни сельдерея натрите на крупной терке, добавьте измельченную зелень, полейте салатной заправкой, приготовленной из растительного масла, горчицы и лимонной кислоты, и оставьте на 1 час. После этого добавьте нарезанные соломкой жареные грибы и нарезанную кубиками ветчину. Салат заправьте майонезом и украсьте кусочками ветчины и кружочками моркови.

Салат из курицы по-уральски

$\frac{1}{2}$ курицы, 3-4 клубня картофеля, 1 соленый огурец, 1 стакан сметаны, соль, перец, несколько веточек зелени, маринованные фрукты и клюква для украшения.

Мясо курицы отделите от костей и нарежьте небольшими кусочками. Картофель отварите, остудите, очистите и натрите на крупной терке. Огурец нарежьте кубиками. Все продукты соедините, посолите, поперчите, заправьте сметаной и аккуратно перемешайте. Готовый салат переложите в салатницу и перед подачей на стол украсьте веточками зелени, кусочками маринованных фруктов и клюквой.

Салат из дичи с овощами

200 г вареного или жареного мяса дичи, 2-3 клубня картофеля, 2 средних яблока, 1 морковь, 100 г цветной капусты, 2-3 средних помидора, 100 г стручковой фасоли, $\frac{1}{2}$ банки зеленого горошка, 1 стакан сметаны, 1 чайная ложка горчицы, соль, веточки зелени.

Мясо охладите и нарежьте тонкими ломтиками. Картофель и морковь отварите, остудите, очистите от кожицы и нарежьте небольшими ломтиками или кубиками. Яблоки очистите от кожицы, удалите сердцевину и натрите мякоть на крупной терке. Помидоры нарежьте небольшими ломтиками. Капусту разделите на кочешки, промойте и отварите в подсоленной воде в течение 15 минут. Готовую капусту откиньте на дуршлаг и остудите.

Все продукты соедините, добавьте зеленый горошек, фасоль и посолите. В сметану положите горчицу, тщательно перемешайте до образования однородной массы и заправьте салат приготовленным соусом. Переложите салат в глубокую салатницу и перед подачей на стол украсьте ломтиками мяса, кружочками моркови и веточками зелени.

Салат «Три богатыря»

100 г любого вареного или жареного мяса, 1 клубень картофеля или 50 г вареных макарон, 1/2 стакана вареной фасоли или гороха, 2 соленых огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 морковь, 40 г маринованной тыквы, яблок или слив, 1 луковица, 15 г хрена, 3 столовые ложки сметанного соуса, соль по вкусу.

Мясо нарежьте кусочками или тонкими ломтиками. Сваренный в мундире картофель очистите от кожуры и измельчите. Если вместо картофеля вы пожелаете воспользоваться макаронами, разомните их ложкой. Огурцы, вареные яйца, вареную морковь, маринованные овощи или фрукты, фасоль или горох смешайте с мясом и картофелем (или макаронами), посолите и выложите на блюдо.

Рубленый лук и натертый хрен смешайте со сметанным соусом и подайте к столу в соуснице. Можете залить этой смесью салат.

Салат «От Михалыча»

300 г вареной телятины, 2 яйца, 4 помидора, 3 луковицы, 5 листьев зеленого салата, 1/2 банки майонеза, соль, зелень петрушки.

Мясо нарежьте тонкими ломтиками или соломкой, залейте небольшим количеством майонеза и выдержите в холодильнике в течение 1 часа. С помидоров снимите кожицу, разрежьте на половинки, слегка отожмите сок и нарежьте ломтиками. Лук мелко нарубите.

Все соедините, посолите, заправьте оставшимся майонезом, перемешайте и выложите в салатницу.

Перед подачей на стол украсьте кружочками вареных яиц, листьями зеленого салата и веточками петрушки.

Салат «Вечерний звон»

300 г вареного мяса, 5-6 клубней картофеля, 4-5 свежих помидоров, 3 яйца, 1 стакан кукурузного масла, 2 столовые ложки 3%-ного уксуса, 1/2 чайной ложки порошка горчицы, 1/2 чайной ложки молотого черного перца, 1 луковица, зелень укропа, 2 чайные ложки каперсов, соль.

Мясо нарежьте небольшими кубиками. Картофель отварите в подсоленной воде, остудите, очистите от кожицы и нарежьте небольшими кубиками. Помидоры вымойте и нарежьте ломтиками. На широкое блюдо выложите слой помидоров, посолите, поперчите, уложите ровным слоем мясо, поперчите, сверху выложите картофель, который тоже нужно поперчить и посолить.

Перед подачей на стол полейте салат приготовленной заправкой, украсьте дольками и мелко нарубленными белками яиц и веточками зелени. Заправку приготовьте следующим образом: яйца сварите вкрутую, желтки от двух яиц натрите на мелкой терке или разомните вилкой. Лук и зелень мелко нарубите и выложите в желтки. В эту же тарелку высыпьте горчицу, добавьте соль, каперсы и все тщательно перемешайте. Однородную массу заправьте маслом и уксусом.

Салат по-владимирски

300 г вареного говяжьего языка, 1-2 моркови, 3-4 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 3-4 яйца, 1/2 банки майонеза, зелень и соль.

Язык нарежьте небольшими кусочками. Картофель отварите в мундире, остудите, очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Морковь отварите, остудите, очистите и нарежьте кубиками. Яйца сварите вкрутую, остудите, очистите и нарежьте дольками. Огурцы нарежьте кубиками. Зелень мелко нарубите. Все соедините, заправьте майонезом, посолите и хорошо перемешайте. Готовый салат переложите в салатницу и перед подачей на стол украсьте веточками зелени.

Салат «Селедочка»

1 малосольная сельдь, 2 клубня картофеля, 1 стакан молока, 1 луковица, 1/2 банки майонеза, 2 кислых яблока, зелень петрушки и укропа, молотый черный перец по вкусу.

Картофель отварите в мундире, остудите и нарежьте небольшими кусочками. Сельдь выпотрошите, снимите кожу и отделите филе. Рыбу вымочите в течение 1 часа в молоке, просушите чистым полотенцем и мелко нарежьте. Яблоки очистите от кожицы, вырежьте сердцевину и натрите на средней терке. Лук мелко нарубите. Все смешайте, добавьте перец и заправьте майонезом. Готовый салат выложите горкой в салатницу, украсьте дольками яблок и веточками зелени.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Горячие супы

Грибной рассольник на курином бульоне

300 г куриных спинок, 1,5 л воды, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 100 г соленых грибов, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка соевого соуса, 1 чайная ложка муки, 1 лавровый лист, соль.

Отварите до готовности куриные спинки, не забывая снимать пену. Бульон процедите и положите в него нарезанные соломкой картофель и соленые грибы. Мелко нарезанный лук и крупно натертую морковь обжарьте на растительном масле до светло-желтого цвета. Добавьте муку и при постоянном помешивании введите соевый соус.

Когда картофель в бульоне сварится, добавьте лук с морковью, лавровый лист и посолите по вкусу.

Рассольник «Столичный»

300 г курицы, 3 корня петрушки, 1 морковь, 1 сельдерей, 1 пастернак, 4 луковицы, 100 г щавеля, 100 г зеленого салата или шпината, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, 4 стакана воды, 1 пучок зелени, соль и перец по вкусу.

Часть курицы сварите, выньте мясо, бульон процедите. Лук и корни нашинкуйте соломкой, морковь натрите на крупной терке. Все пассеруйте на масле. Отдельно приготовьте льезон (смесь из муки и яйца).

В кипящий бульон опустите овощи, соленые огурцы и варите 7 минут. Добавьте нарезанные листья щавеля, салата или шпината, специи и соль по вкусу, огуречный рассол и варите до готовности. Перед подачей на стол разлейте рассольник по тарелкам, положите в каждую кусок вареной курицы, посыпьте измельченной зеленью укропа и петрушки и налейте ложку льезона.

Суп-пюре «Дичь с чечевицей»

1 тушка фазана или тетерева или 3 тушки серой куропатки, 500 г чечевицы, 1 луковица, 1 1/2 стакана жирных сливок, укроп, соль, лавровый лист.

Чечевицу залейте водой, посолите и варите с укропом, луком и лавровым листом. Ошпаренную и промытую птицу обжарьте, затем сварите. Отделите мясо от костей. Часть мяса пропустите через мясорубку. Кости положите в бульон, где варилось мясо, и поварите еще 30 минут. Чечевицу протрите через сито, смешайте с приготовленным фаршем, после чего полученную массу протрите сквозь сито еще раз.

В полученную смесь влейте немного бульона и подогрейте. Добавьте сливки и остальной бульон, посолите и разогрейте суп. Перед подачей на стол положите в суп нарезанное мясо птицы.

Куриный суп с раками и цветной капустой

1 тушка курицы, 25 раков, 500 г цветной капусты, 1 морковь, 1 столовая ложка готового ракового масла, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 маленькая луковица, 10 штук спаржи, 2 столовые ложки топленого масла, 1 чайная ложка муки, зелень петрушки, 1/4 лимона, душистый перец, соль по вкусу.

Разрежьте курицу на куски, положите в кастрюлю и залейте водой. Доведите до кипения, выньте мясо и промойте его холодной водой. Бульон процедите и залейте им курицу, затем посолите, положите корни и лук и варите курицу до мягкости. Добавьте лимонную цедру и лимонный сок, топленое масло, зелень петрушки. Готовое мясо выньте из бульона, часть которого (примерно 3 стакана) отлейте в отдельную емкость. Разотрите муку с раковым маслом и добавьте в порцию бульона. Отварите цветную капусту, отдельно сварите раковые шейки и ножки. Положите все это в приготовленный бульон, добавьте спаржу, вскипятите и залейте полученной смесью курицу.

Суп-пюре «Волжские просторы»

150 г мяса курицы, 10 г измельченного репчатого лука, 2 столовые ложки пшеничной муки, 30 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, 30 г пшеничного хлеба, 2 стакана воды, соль по вкусу, 2-3 корня петрушки.

Сварите куриный бульон с кореньями петрушки и луком. Готовую курицу выньте из бульона, отделите мясо, а кости и кожу вновь опустите в кастрюлю с бульоном и варите еще некоторое время. Мясо курицы 2-3 раза пропустите через мясорубку, после чего опустите в кипящий бульон, вновь доведите до кипения и осторожно введите смесь масла и муки. Помешивая, прокипятите. Затем влейте в бульон горячее молоко и добавьте соль. Готовый суп по своей консистенции должен быть такой же густоты, как и сливки. Подавайте его к столу с гренками.

Суп «Обед крестьянина»

200 г ржаного черствого хлеба, 2 1/2 стакана куриного бульона (можно разведенный из кубиков), 6 маринованных помидоров, 2 яичных белка, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка топленого масла, 1/2 стакана сливок, 30 г твердого сыра, 1 пучок базилика, соль, черный молотый перец по вкусу.

Разведите куриный бульон в горячей воде. Базилик и сыр мелко нарежьте. Лук и чеснок нашинкуйте, слегка обжарьте, добавьте кусочки хлеба и помидоры, переложите в кастрюлю с бульоном и варите в течение 15 минут.

Взбейте белки, предварительно их посолив, перемешайте с измельченным базиликом и сыром. Полученную смесь добавьте в кипящий бульон и варите в течение 5 минут. Добавьте в суп сливки, посолите и поперчите, подавайте к столу в горячем виде.

Домашний суп из утки

400 г мяса утки, 0,5 кг картофеля, 1 морковь, 2 луковицы, 3 помидора, 50 г сметаны, 2 пучка зелени, соль и перец по вкусу, 3 стакана воды.

В подсоленной воде отварите утку, периодически снимая с бульона пену. За 30 минут до готовности добавьте нарезанные кубиками морковь, картофель, нашинкованный репчатый лук, влейте сметану, доведите все до кипения, положите нарезанные помидоры, заправьте солью и перцем. Перед подачей на стол нарубите утку на порционные куски, разлейте суп по тарелкам и посыпьте рубленой зеленью.

Лапша домашняя на курином бульоне

1 кг курицы, 4 стакана воды, 1 морковь, 1 луковица, мелко нарезанная зелень петрушки. Для лапши: 1 яйцо, 1 стакан муки, вода или молоко.

Из муки, яйца, соли, воды или молока замесите крутое тесто и раскатайте его в тонкий пласт.

Раскатанное тесто посыпьте сверху мукой и нарежьте полосками шириной 6 см, положите полоски друг на друга в 5-6 слоев, а затем мелко нашинкуйте.

Выложите нарезанную лапшу на решето и дайте ей подсохнуть. Сварите куриный бульон из нарезанной тушки курицы, лука и моркови.

Когда курица будет почти готова, засыпьте лапшу и варите суп еще 20 минут. Добавьте мелко нарезанную зелень петрушки и подайте горячее блюдо к столу.

Уха из стерляди

500 г стерляди, 500 г мелкой рыбы, 4 стакана воды, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 5-7 горошин черного перца, 1/4 лимона или 3 чайные ложки лимонного сока, зелень петрушки, 1 луковица, 2 лавровых листа, соль.

Мелкую рыбу выпотрошите, несколько раз промойте в холодной воде, переложите в кастрюлю или котелок, посолите, добавьте очищенный лук, корни петрушки и сельдерея, перец, лавровый лист, ломтики лимона или лимонный сок и варите бульон, пока рыба полностью не разварится. Бульон процедите через чистую ткань.

Стерлядь очистите, выпотрошите, промойте и нарежьте порционными кусками.

Опустите куски стерляди в бульон, доведите до кипения, удалите пену и варите до готовности около 20 минут. Добавьте в готовую уху мелко нарезанную зелень петрушки.

Уха с картофелем и помидорами

600—800 г рыбы (судака или сома), 1 л воды, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 луковица, 6 клубней картофеля, 5 помидоров, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, 5 горошин черного перца, соль, зелень петрушки.

Рыбу очистите, выпотрошите, промойте, нарежьте порционными кусками, посолите и поставьте в холодное место.

Картофель очистите, вымойте и нарежьте кусочками, лук очистите и нарежьте кубиками, помидоры – ломтиками. Из голов и плавников сварите бульон, процедите его, снова доведите до кипения, добавьте картофель, репчатый лук, корень петрушки или сельдерея и варите 15 минут, затем добавьте куски рыбы, пряности, помидоры и варите еще 15—25 минут. Готовый бульон заправьте сливочным маслом и добавьте мелко нарезанную зелень петрушки.

Рыбная солянка

1 кг рыбы, 6-8 свежих белых грибов, 1 л воды, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки квашеной капусты, 2-3 соленых огурца, огуречный рассол, 2 лавровых листа, 7-9 горошин черного перца, зелень петрушки.

Грибы очистите, помойте и нарежьте ломтиками. Лук очистите, нарежьте кольцами, обжарьте в масле и посыпьте мукой.

Рыбу очистите, выпотрошите, помойте и нарежьте кусками. Огурцы нарежьте кусочками.

Выложите в кастрюлю или котелок грибы, лук, капусту, огурцы, пряности, залейте водой и варите в течение 20—25 минут. Добавьте подготовленную рыбу и варите еще 10—15 минут, затем влейте огуречный рассол, добавьте мелко нарезанную зелень петрушки и варите еще 3-4 минуты. При желании можно заменить свежие грибы маринованными, а вместо квашеной капусты использовать свежую.

Холодные супы

Овощная окрошка

5-6 клубней картофеля, 3 репы, 3-4 моркови, 1 пучок зеленого лука, 2-3 свежих огурца, 3 яйца, 600 мл хлебного кваса, сахар, соль по вкусу.

Картофель сварите в мундире, в отдельной кастрюле отварите морковь и репу. Овощи охладите, очистите от кожуры и нарежьте небольшими кубиками.

Лук нашинкуйте, разотрите с солью до появления сока. Сваренные вкрутую яйца измельчите. Все подготовленные компоненты соедините в глубокой посуде, залейте квасом, добавьте сахар, соль по вкусу и аккуратно размешайте.

Мясная окрошка

250 г вареной говядины, 3 огурца, 3 столовые ложки измельченного зеленого лука, 3 яйца, 1 стакан сметаны, соль, сахар, горчица, 1 л кваса, зелень петрушки.

Вареную говядину нарежьте кубиками. Огурцы очистите от кожицы, нарежьте кубиками и смешайте с измельченным луком.

Добавьте к этой смеси измельченные белки сваренных вкрутую яиц. Желтки разотрите со сметаной, солью, сахаром и горчицей, добавьте в основную смесь и размешайте.

Полученную массу залейте квасом и посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки. При отсутствии мяса вы можете использовать нежирную вареную колбасу.

Технология приготовления окрошки такая же, как описано выше.

Мясная окрошка с кефиром

250 г вареной говядины, 1 пучок редиса, 2 свежих огурца, 1 пучок зеленого лука, 3 яйца, соль по вкусу, 1,5 л кефира.

Мясо нарежьте кубиками. Редис и огурцы вымойте, нарежьте кружочками и смешайте с мясом и нарезанным небольшими кусочками зеленым луком. Яйца сварите вкрутую, охладите.

дите, очистите от скорлупы и нарежьте кубиками, добавьте их в кастрюлю с основной массой, все перемешайте, посолите, залейте кефиром и еще раз перемешайте.

Если окрошка получилась слишком густая, разбавьте ее небольшим количеством воды.

Свекольник

600 мл хлебного кваса, 200 г свеклы с ботвой, 1 морковь, 1 огурец, 1 пучок зеленого лука, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка столового уксуса, зелень, сахар, соль по вкусу, 4 стакана воды.

Молодую свеклу очистите от кожуры, нарежьте мелкими кубиками или короткой соломкой, ботву – кусочками длиной 2-3 см. Залейте свеклу небольшим количеством воды, добавьте уксус и тушите в течение 20—30 минут, за 15 минут до окончания тушения добавьте нарезанную ботву. Готовую свеклу охладите в отваре.

Морковь, огурец и зеленый лук измельчите, сваренные вкрутую яйца нарубите острым ножом.

Заправьте подготовленные продукты сметаной, перемешайте и выложите в полученную смесь свеклу вместе с отваром. Добавьте сахар и соль, тщательно размешайте, залейте квасом и посыпьте свекольник измельченной зеленью.

Холодные щи из осетрины

500 г филе осетра, 3 столовые ложки квашеной капусты, 1 морковь среднего размера, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 4 стакана воды, 2 лавровых листа, 6 горошин черного перца, черный молотый перец, соль, зелень петрушки.

Филе осетра промойте в холодной воде, разрежьте на порционные куски и сложите в кастрюлю.

Налейте воду, поставьте кастрюлю на плиту или в микроволновую печь, доведите до кипения и снимите пену.

Как только рыба будет готова, выньте ее из кастрюли, положите в бульон мелко нарезанные овощи и корнеплоды (капусту, лук, морковь, корень сельдерея) и варите еще 20—25 минут (в микроволновой печи 10—12 минут на полной мощности).

За несколько минут до конца варки добавьте в щи масло, томатную пасту, пряности, посолите и положите куски рыбы.

Готовое блюдо охладите, посыпьте измельченной зеленью петрушки и подайте к столу.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Мясные блюда

Поросенок с хреном

1 молочный поросенок, соус с хреном и сметаной, свежие или соленые огурцы, помидоры, вареная морковь, лавровый лист, перец черный, корень петрушки, зелень, соль по вкусу, 1 луковица.

Обработанного поросенка заверните в салфетку, обвяжите шпагатом или суровой ниткой и положите в широкую кастрюлю. Залейте холодной водой, добавьте соль, перец, морковь, лук, петрушку, доведите на сильном огне до кипения. Снимите пену и варите на медленном огне в течение 50—60 минут. Незадолго до окончания варки добавьте лавровый лист.

Охладите поросенка, не вынимая из бульона. Когда он полностью остынет, разрубите его вдоль туловища на две части, затем разрежьте на порционные куски по 130—150 г каждый, украсьте огурцами, помидорами и зеленью. Отдельно подайте соус из хрена и сметаны.

Поросенок фаршированный

1 молочный поросенок, 500 г вареной телятины или свинины, 100 г свиного шпика, 300 г вареного языка, 100 мл молока, корень петрушки, репчатый лук, зелень, порошок мускатного ореха, перец черный молотый, соль по вкусу, 2 яйца.

Обработанного поросенка разрежьте вдоль брюха от головы до конца туловища, удалите кости с помощью маленького острого ножа. Разрез на брюхе зашейте нитками, оставив небольшое отверстие посередине. Через него наполните поросенка фаршем, который распределите равномерно и плотно.

Для приготовления фарша свиной шпик, свинину, телятину, часть языка пропустите через мясорубку, хорошо перемешайте. В полученную массу добавьте сырые яйца, молоко и перемешайте все деревянной лопаточкой. Заправьте фарш мускатным орехом, перцем, добавьте шпик и оставшийся вареный язык, нарезанный мелкими кусочками. Тушку заверните в салфетку, перевяжите в нескольких местах шпагатом или суровой ниткой, вместе с костями поместите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, добавьте корень петрушки, лук, перец, соль и варите на слабом огне до готовности. Охладите поросенка, не вынимая из бульона, потом положите его брюшком вниз под пресс, поставьте в холодное место. Перед подачей разрежьте тушку на куски необходимого размера, украсьте овощами, залейте желе и посыпьте зеленью. Отдельно подайте соус из хрена со сметаной или горчицу.

Буженина, маринованная в квасе

1 кг свинины, 2-3 зубчика чеснока, 7 столовых ложек свиного растопленного сала, соль, 1 пучок петрушки.

Для маринада: 1/2 л хлебного кваса, 1 луковица, лавровый лист, 2 красных стручковых перца.

Свинину нарежьте ломтиками, положите в керамическую посуду, добавьте лавровый лист, красный стручковый перец, нарезанный кольцами лук, залейте квасом и поставьте на

48 часов в прохладное место. Затем мясо обсушите с помощью салфетки, смажьте растертым с солью чесноком, положите на решетку и жарьте около 50 минут, периодически поливая растопленным салом. Посыпьте готовое мясо зеленью петрушки.

Говядина с квасом по-русски

200 г говядины, 2 столовые ложки топленого говяжьего сала, 1/2 стакана хлебного кваса, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 чайная ложка муки, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 1/2 небольшой репы, 2 корня петрушки, 1 морковь, соль, перец, 1 пучок зелени укропа и петрушки.

Крупные куски говядины обжарьте на сале, добавьте квас и томат-пюре и тушите на медленном огне до готовности. В получившийся при тушении бульон добавьте специи и пассерованную муку, размешайте и процедите, получив таким образом красный соус.

Картофель, морковь, корни петрушки, репу и лук нарежьте небольшими дольками и обжарьте на жире по отдельности. Подготовленные овощи положите в глиняный горшочек, залейте красным соусом и тушите при слабом кипении до готовности. При подаче мясо разрежьте на небольшие кусочки, добавьте его к готовым овощам, все тщательно перемешайте и посыпьте мелко нашинкованной зеленью.

Почки в сметане

800 г почек, 2 моркови, 2 репы, 4 клубня картофеля, 3 столовые ложки растительного масла, 3 соленых огурца, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 зубчика чеснока, лавровый лист, соль, перец.

Почки разрежьте пополам, залейте холодной водой и вымочите, периодически меняя воду, в течение 3-4 часов. Затем залейте почки свежей холодной водой, доведите до кипения и слейте воду. Эту процедуру повторите еще два раза. Обработанные почки залейте подсоленной горячей водой и варите до готовности около часа.

Готовые почки остудите, обмойте холодной водой, нарежьте тонкими ломтиками и обжарьте. Отдельно обжарьте нарезанные брусочками картофель и морковь. Выложите в горшочек почки, картофель, морковь и нарезанную брусочками репу, залейте сметаной и тушите под крышкой 10—15 минут. После этого добавьте соленые огурцы, перец, лавровый лист и соль. За 5 минут до готовности положите томат-пюре и толченый чеснок.

Блюда из птицы

Курица фаршированная

500 г курицы, 200 г свинины или телятины, 50 г свиного шпика, 10 яиц, 150 мл молока, перец молотый черный, соль.

Подготовленную курицу разрежьте вдоль от шеи до конца туловища, аккуратно отделите от костей мясо вместе с кожей при помощи острого ножа, оставив с мясом только кости крылышек и ножек, обрубленных около подколенного сустава.

Отделите от кожи мякоть, отбейте в тонкие пласты. На кожу уложите мякоть, а сверху – фарш. Кожу с фаршем оберните и зашейте, придав форму целой тушки, после чего заверните курицу в салфетку, перевяжите шпагатом, залейте охлажденным бульоном, сваренным из

костей кур вместе с кореньями, доведите до кипения и варите под плотно закрытой крышкой на медленном огне в течение 1-1,5 часа.

Для приготовления фарша шпик, телятину или свинину пропустите через мясорубку, в полученную массу добавьте сырые яйца, молоко, молотый черный перец и соль. Сваренную курицу охладите, не вынимая из бульона, затем дайте жидкости стечь, положите под легкий пресс и вынесите на холод.

Курица с яйцами

6 яиц, 100 г сливочного масла, 300 г сыра, соль, перец, 2 столовые ложки сметаны, 200 г куриного филе, 5 листьев салата, 2 помидора, 3 свежих огурца, 1 луковица, соль, перец, растительное масло.

Яйца отварите и разрежьте поперек на две части. Желтки разотрите со сливочным маслом и тертым сыром. В полученную смесь добавьте сметану и разотрите до получения однородной массы. По вкусу добавьте соль и перец. У каждой половинки белков срежьте часть дна, чтобы яйца можно было поставить. Куриное филе подрумяньте на растительном масле.

На дно плоского блюда выложите листья салата, на каждый из них положите по половинке яйца. Смесь из сыра и сметаны переложите в кондитерский мешочек и выдавите на каждое яйцо, сверху положите по дольке помидора. По краям блюда разложите куски жареного куриного филе с дольками свежих огурцов. В середину блюда горкой выложите салат из помидоров, огурцов и лука.

Голубцы из куриного мяса

1 вилок белокочанной капусты, 3 моркови, 2 сладких перца, 3 луковицы, 5 столовых ложек растительного масла, 2 помидора, 300 г куриного филе, 1 стакан риса, 100 г куриного жира, соль, перец, 3 зубчика чеснока, 1 пучок укропа.

Из кочана капусты удалите сердцевину и положите его в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Через 10 минут снимите с кочана верхние размягченные листья, срежьте толстые стебли и оставьте остывать. Так обработайте все капустные листья.

Теперь приготовьте фарш: куриное мясо и жир пропустите через мясорубку. Рис слегка отварите в подсоленной воде и добавьте к мясному фаршу, все посолите и поперчите. В каждый лист положите по несколько столовых ложек фарша и заверните. На сковороде разогрейте растительное масло и поджарьте голубцы с обеих сторон.

В кастрюлю с раскаленным маслом положите нашинкованную морковь, затем сладкий перец, лук и крупно нарезанные помидоры. Через 2 минуты сложите в кастрюлю голубцы, залейте капустным отваром и добавьте чеснок. Накрыв крышкой, тушите в течение 45 минут на слабом огне. Перед подачей на стол посыпьте зеленью укропа.

«Индейка на тесте»

1 тушка индейки, 60 г сливочного масла, соль, перец, 6 клубней картофеля.

Для начинки: 20 г дрожжей, 1 чайная ложка майорана, потроха индейки, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 2 яйца, 2 столовые ложки муки, 1 луковица, 1 чайная ложка карри, зелень петрушки, соль, перец, 1/2 стакана молока.

Для украшения: 3 помидора, 1 огурец, 3 столовые ложки зеленого горошка, зелень укропа.

Мелко нарубленные потроха, лук, специи, яйца и панировочные сухари размешайте вместе с дрожжами, разведенными в теплом молоке. Добавьте муку и замесите тесто (оно не должно быть слишком сухим).

Подготовленную тушку индейки натрите специями снаружи и изнутри, посолите и начините тестом. Затем зашейте отверстие и выпекайте в духовом шкафу в течение 3 часов.

Время приготовления может варьироваться в зависимости от величины птицы. Во время жаренья периодически поливайте индейку образовавшимся соком. Готовую птицу переложите на блюдо, вокруг нее выложите картофель, жаренный во фритюре. Украсьте блюдо ломтиками помидоров и огурца, зеленью укропа и горошком.

Цыпленок, тушенный с яблоками

1 тушка цыпленка, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана любого мясного бульона, 1 луковица, 2 столовые ложки острого томатного соуса, 1 столовая ложка муки, 4 сладких яблока, специи, соль.

Луковицу, предварительно выдержанную в течение 1 часа в холодной воде, нарежьте полукольцами и обжарьте на сливочном масле. Добавьте просеянную муку, томатный соус, бульон, специи, соль и тушите 5 минут.

Подготовленную тушку цыпленка разделите на две части вдоль хребта, смажьте сливочным маслом и разложите на противне. Яблоки разрежьте на 4-6 частей и обложите ими цыпленка так, чтобы они плотно прилегали к тушке. В духовке поджарьте цыпленка до образования корочки, а затем вылейте на него луковый соус и тушите еще 20 минут.

Куриное филе с зеленой фасолью

400 г филе курицы, 2 стакана зеленой стручковой фасоли, 2 столовые ложки растительного масла, 2 луковицы, 2 помидора, 2 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль, зелень петрушки, кинзы и сухие приправы по вкусу.

Подготовленное филе курицы нарежьте небольшими кусками, обжарьте на растительном масле и сложите в посуду для тушения.

Зеленые стручки молодой фасоли переберите, промойте холодной водой и поломайте на 2-3 части, освободив от твердых нитевидных частей. Отварите фасоль в небольшом количестве воды до готовности (стручок должен легко разламываться ложкой). На растительном масле, в котором обжаривалось куриное мясо, обжарьте тонко нарезанный лук с помидорами, добавьте нашинкованную зелень, чеснок, специи, соль и все перемешайте.

Выложите эту массу в кастрюлю с курицей, добавьте отваренные стручки фасоли и немного воды (или бульона), чтобы жидкость покрывала продукты, и тушите в течение 10—15 минут.

Куриные окорочка в грибном соусе

800 г куриных окорочков, 1 луковица, 5 столовых ложек белого вина, 2 столовые ложки муки, 200 г свежих грибов, 1 бутон гвоздики, 1 лавровый лист, 2 стакана бульона из кубиков, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 5 горошин душистого перца, лимонный сок, тимьян, базилик, петрушка, соль и черный молотый перец по вкусу.

Подготовленные порционные куски окорочков натрите солью, черным перцем, тимьяном и базиликом. Обжарьте их в разогретом растительном масле и переложите в другую

посуду. В этом же масле пассеруйте тонко нарезанный лук вместе с лавровым листом и гвоздикой. Влейте туда бульон и вино, добавьте душистый перец и кипятите в течение 10 минут на слабом огне, после чего процедите бульон. Окорочка залейте процеженным бульоном, варите 20 минут, после чего отделите мясо от костей, а бульон еще раз процедите и сварите в нем нарезанные грибы до готовности.

Муку поджарьте на сливочном масле, влейте горячий бульон, помешивая, доведите его до консистенции жидкой сметаны и приправьте подслащенным лимонным соком. Положите в соус грибы и куриное мясо.

Индейка, фаршированная телячьей печенью с трюфелями

1 тушка индейки, 1 луковица, 1 морковь, 1 сельдерей, 1 корень петрушки, 100 г топленого масла, лавровый лист, перец горошком, соль.

Для фарша: 450 г телячьей печени, 6 трюфелей, 100 г отварного телячьего языка, 40—50 г сливочного масла, 1 стакан молока, 1 стакан красного вина, 1/4 батона, перец, соль.

Подготовьте индейку и заполните фаршем, тушите в сотейнике под крышкой на медленном огне с луком, петрушкой, морковью, сельдереем, топленным маслом, лавровым листом, перцем, солью в течение 1,5 часов, затем поставьте на 15 минут в духовку, сняв крышку. Для приготовления фарша слегка поджарьте печень, пропустите через мясорубку, затем протрите через сито. Вымочите в молоке батон, мелко нарежьте язык и тушеные в вине грибы. Положив в фарш все ингредиенты, тщательно его перемешайте.

Гусь под грибным соусом

1 тушка гуся, 1 морковь, 1 корень петрушки, 100 г трюфелей или белых грибов, 1 1/2 стакана сметаны, 70 г сливочного масла, 1/2 стакана муки, зеленый лук, перец горошком, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, соль.

Подготовьте тушку гуся и разрежьте на порционные куски. Уложите мясо в кастрюлю с нарубленными кореньями, перцем, лавровым листом. Залейте водой, добавьте мелко нарезанные грибы, посолите. Варите птицу до мягкости. Для приготовления соуса размягченное масло смешайте с мукой, разведите бульоном, в котором варился гусь. Добавьте грибы из бульона. Влейте в соус сметану и доведите до кипения на слабом огне, постоянно помешивая. Подавайте гуся на стол, полив его грибным соусом и посыпав рубленой зеленью.

Курица под горчичным соусом

1 тушка курицы, 1 столовая ложка оливкового масла, соль.

Для соуса: 1 чайная ложка пшеничной муки, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 1 стакан куриного бульона, 1 чайная ложка уксуса, 2 яичных желтка, соль.

Подготовьте тушку и разделите на порции. Натрите мясо солью и оливковым маслом. Зажарьте курицу в духовке, поливая выделяющимся в процессе жаренья соком. Из масла и муки приготовьте зажарку для соуса, разведите ее куриным бульоном, добавьте уксус, сметану и горчицу. Размешайте и прокипятите. Отделите небольшое количество соуса, разотрите с ним желтки яиц, добавьте к остальному соусу.

Варите на медленном огне до тех пор, пока соус не загустеет. Добавьте соль и сахар. Полейте курицу соусом. Подавайте блюдо горячим.

Рыбные блюда

Рыба в сметане с гарниром из картофеля

600 г рыбы, 8 клубней картофеля, 1 стакан сметаны, соль, перец, 1 чайная ложка порошка карри, кориандр, зелень петрушки, укропа и сельдерея, 2 огурца, 1 пучок редиса.

Рыбу очистите, выпотрошите, промойте и разрежьте на порционные куски. Посолите, натрите пряностями и смешайте со сметаной, мелко нарубленной зеленью и поставьте на 30 минут в холодильник. Картофель очистите, разрежьте на четыре части, посолите и натрите карри. Запеките картофель с рыбой на решетке над углями.

подавайте к столу, посыпав зеленью и украсив ломтиками огурцов и редиса.

Сом под соусом из базилика

1 кг сома, 2 столовые ложки винного уксуса или сока лимона.

Для овощного гарнира: 6 помидоров, зеленый лук, соль, перец, 4 столовые ложки растительного масла, зелень базилика.

Выложите очищенные и вымытые куски сома в эмалированную кастрюлю, залейте уксусом или соком лимона, накройте и оставьте на 30 минут. В это время приготовьте овощной гарнир. Удалите кожицу с помидоров, нарежьте их кубиками и выложите в миску. Добавьте измельченный зеленый лук, посолите, поперчите.

Тщательно смешайте мелко нарезанный базилик и растительное масло до образования пюре.

Рыбу зажарьте на решетке над углями до золотистой корочки по 4-5 минут с каждой стороны, время от времени поливая ее маринадом. Переложите куски рыбы на большую тарелку, украсьте кусочками помидоров и полейте соусом.

Карп в белом вине

1 кг карпа.

Для маринада: зелень петрушки и сельдерея, 1 стакан белого сухого вина, 1 столовая ложка лимонного сока или $\frac{1}{4}$ лимона, красный молотый перец, мускатный орех, соль, 1 стакан воды, 2 столовые ложки сливочного масла для жаренья.

Карпа очистите, выпотрошите, помойте и нарежьте порционными кусками. Приготовьте маринад из вина, воды, мелко нарубленной зелени и лимонного сока.

Подготовленные куски рыбы посолите, натрите пряностями, залейте маринадом и поставьте на 40 минут в холодное место. Подготовленные куски рыбы выложите в сковороду с раскаленным маслом и обжарьте до золотистой корочки. На гарнир подайте печеные помидоры.

Тушеный окунь с овощами

800 г окуней, 3 стручка красного сладкого перца, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 50 г свиного сала, 4 клубня картофеля, 2 помидора, зелень петрушки, кинзы и укропа, перец, соль, гвоздика на кончике ножа.

Окуней очистите, выпотрошите, помойте, отрежьте головы и плавники. Крупную рыбу разрежьте на куски. Лук нарежьте кольцами, свиное сало и помидоры – кубиками, чеснок мелко нарубите, из перца удалите семена и нарежьте его кольцами. Картофель очистите, помойте и нарежьте тонкими брусочками. Зелень мелко нарубите.

В кастрюле разогрейте растительное масло и обжарьте рыбу до золотистого цвета, затем добавьте приготовленные овощи, пряности, сало, посолите и тушите 20 минут.

Жареная рыба, фаршированная гречневой кашей

1 кг не очень крупной рыбы, 1 головка чеснока, перец, соль, 1 чайная ложка порошка карри, зелень петрушки, укропа и сельдерея, 2 столовые ложки растительного масла.

Для фарша: 3-4 столовые ложки гречневой крупы.

Рыбу очистите, выпотрошите и вымойте. Чеснок очистите и мелко нарежьте. Сварите гречневую кашу. Рыбу посолите, нафаршируйте гречневой кашей и половиной чеснока, натрите оставшимся чесноком и пряностями, полейте маслом, заверните в фольгу и зажарьте. Готовую рыбу украсьте веточками зелени.

Фаршированные караси

4 карася, 100 г колбасы, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 свежих огурца, 1 луковица, имбирь, соль, листья салата, 3 помидора.

Рыбу очистите, выпотрошите, помойте, удалите головы и плавники, посолите.

Колбасу и репчатый лук мелко нарежьте, добавьте имбирь, перемешайте и начините этим фаршем рыбу. Выложите рыбу в глубокую сковороду и обжарьте на масле до золотистого цвета. На тарелке разложите листья салата, на них переложите куски рыбы и украсьте все блюдо ломтиками огурцов и помидоров.

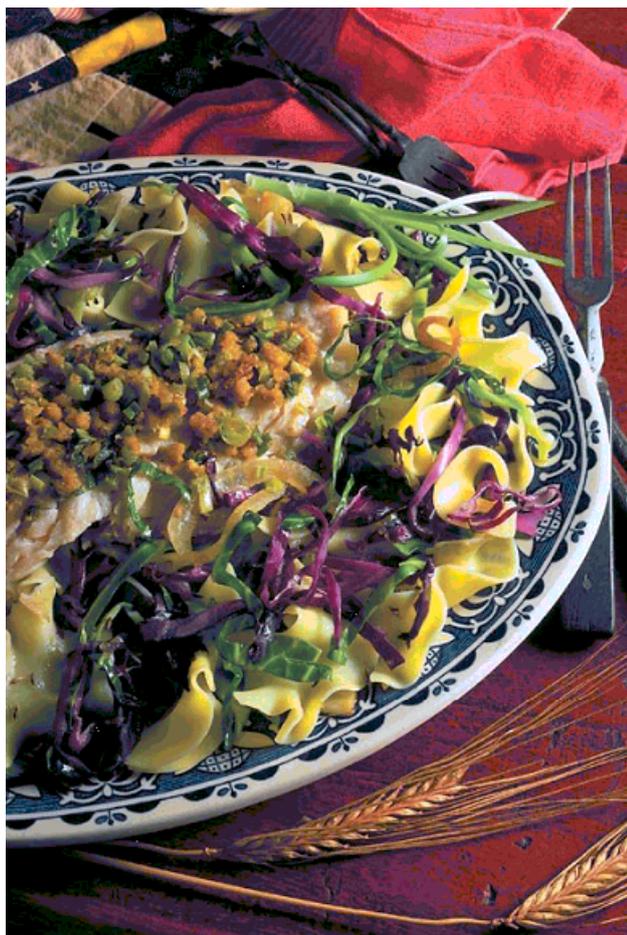
Тушеные караси

1 кг карасей, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 200 г капустных листьев, 2 столовые ложки водки, 1 столовая ложка уксуса, 1 чайная ложка корицы, имбирь, перец, соль.

Карасей очистите, выпотрошите и помойте. В кастрюлю или котелок выложите слоями вымытые капустные листья, карасей, мелко нарезанный репчатый лук, пряности. Посолите, влейте водку, растительное масло, уксус, накройте кастрюлю крышкой, доведите до кипения, убавьте огонь и тушите 30—40 минут. Вместо капустных листьев вы можете использовать листья винограда.

Карп в молоке

1 большой карп, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1 стакан молока, соль, перец, зелень петрушки и укропа.



Карпа очистите, выпотрошите, промойте, нарежьте кусками и посолите. В кастрюле или котелке растопите сливочное масло, добавьте муку и молоко. В кипящую жидкость опустите рыбу, посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа, поперчите и тушите до готовности.

Рыба с грибами

1 кг рыбы, 5 клубней картофеля, 3 крупных белых гриба, 2 луковицы, соль, перец, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сметаны, зелень укропа, петрушки и кинзы.

Рыбу очистите, выпотрошите, помойте, удалите головы, хвосты и плавники. Грибы очистите, мелко нарежьте, положите в кастрюлю, залейте 1 стаканом воды и варите 20 минут, затем добавьте куски рыбы, кольца лука, растительное масло, посолите, поперчите и тушите 15 минут. Добавьте нарезанный кубиками вареный картофель, сметану, мелко нарезанную зелень петрушки, укропа и кинзы и тушите еще 2-3 минуты.

Вареные раки с луком и морковью

20 раков, 1 морковь, 1 луковица, зелень петрушки, зелень укропа, 2–3 лавровых листа, 2 столовые ложки соли.

Раков промойте, положите в кастрюлю, добавьте нарезанные морковь и лук, зелень, лавровый лист, соль, залейте 10 стаканами кипятка и варите 10 минут.

Лещ, тушенный с лимоном

1 крупный лещ, 3 столовые ложки сливочного масла, 1/2 лимона, 1 чайная ложка мускатного ореха, 1 стакан молотых сухарей, черный молотый перец, 2 лавровых листа, соль.

Рыбу очистите, выпотрошите, помойте, нарежьте кусочками, посолите и поперчите.

Отходы рыбы (плавники, хвосты, головы) переложите в кастрюлю или котелок, залейте небольшим количеством воды, добавьте лавровый лист, душистый перец, сварите бульон и процедите его.

Сливочным маслом смажьте кастрюлю, положите в нее куски рыбы, ломтики лимона, посыпьте молотым мускатным орехом и молотыми сухарями, положите слой рыбы, лимона и т. д. Затем влейте бульон и варите рыбу до готовности.

Блюда из овощей и грибов

Морковь, запеченная в сметане

6 штук моркови, 1 луковица, 1 столовая ложка сахара, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки муки, 3/4 стакана воды, перец, соль.

Натрите морковь на крупной терке, лук нашинкуйте кольцами, поместите овощи в посуду, посолите, поперчите и посыпьте сахаром. Отдельно смешайте сметану, муку, воду и прогрейте в открытой посуде на максимальной мощности в течение 3-4 минут. Морковь с луком залейте приготовленным соусом, все тщательно перемешайте и тушите в микроволновой печи 7-9 минут на максимальной мощности. Приготовить данное блюдо вы можете и в обычной духовке.

Печеная свекла

4 свеклы, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 стакана сметаны, молотый перец, соль.

Свеклу помойте и запекайте в микроволновой печи на максимальной мощности. Затем очистите ее, нарежьте небольшими кусочками, положите в кастрюлю, добавьте мелко нарезанный лук, масло, поперчите, посолите и прогревайте еще 2-3 минуты. Муку смешайте со сметаной и заправьте получившимся соусом овощи. Прогрейте на средней мощности 4-5 минут.

Грибы с сыром и орехами

300 г грибов, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 2 столовые ложки тертого сыра, 1 столовая ложка измельченных сухарей, черный молотый перец, соль.

Грибы промойте. Ножки отрежьте, измельчите, положите в кастрюлю и прогревайте в микроволновой печи 3-4 минуты. Добавьте измельченные орехи, сыр, сухари и хорошо все перемешайте. Начините приготовленной смесью шляпки грибов. Постелите на дно блюда бумажную салфетку, на нее выложите фаршированные грибные шляпки, причем мел-

кие положите в центр блюда, более крупные – по краям. Поместите блюдо с грибами на несколько минут в микроволновую печь или разогретую духовку.

Грибы с овощами



300 г грибов, 1 красный болгарский перец, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль, зелень укропа.

Подготовленные грибы нарежьте кусочками и положите в кастрюлю. Лук и перец нарежьте кольцами и добавьте к грибам. Влейте растительное масло, сметану, посолите, поперчите и перемешайте. Прогрейте в микроволновой печи под закрытой крышкой на максимальной мощности в течение 7-10 минут. Перед подачей на стол посыпьте грибы мелко нарезанной зеленью укропа. Вместо микроволновой печи можно воспользоваться духовым шкафом, несколько увеличив продолжительность приготовления.

Запеканка с ветчиной

500 г спиралевидной вермишели, $1\frac{1}{4}$ стакана мясного бульона из кубика, 850 г квашеной капусты, 250 г вареной ветчины, 1 красный сладкий перец, 1 щепотка сахара, 2 столовые ложки томатного пюре, 2 столовые ложки сливочного масла, $\frac{2}{3}$ стакана тертого сыра, молотый черный перец, зелень петрушки, соль.

Квашеную капусту залейте $\frac{1}{4}$ стакана бульона и тушите на средней мощности около 7-8 минут. Затем добавьте нарезанную полосками ветчину, красный сладкий перец, сахар, томатное пюре, оставшийся бульон, посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

Смазанную маслом форму заполните вареной вермишелью, капустной массой, перемешайте, посыпьте сверху сыром и выпекайте на средней мощности около 25 минут. Перед подачей на стол украсьте запеканку листиками петрушки.

Пельмени и вареники

Пельмени с мясным фаршем

Для теста: 2 стакана муки, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 1 яйцо, 30 г сливочного масла или маргарина, соль и молотый перец по вкусу.

Для фарша: 200 г свинины, 200 г говядины, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, соль и молотый перец по вкусу.

Муку смешайте с солью и просейте на стол горкой, сделайте в центре углубление, вбейте в него яйцо, поперчите, введите масло, воду и замесите тесто. Оставьте его на 20—30 минут в теплом месте, затем раскатайте в тонкий пласт и с помощью специальной формочки или стакана вырежьте кружки.

Приготовьте начинку: мясо пропустите через мясорубку, лук нарежьте полукольцами, слегка обжарьте в растительном масле и тоже пропустите через мясорубку. Подготовленные продукты соедините, посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

Готовый фарш выложите на кружки теста, сформируйте пельмени и отварите их в подсоленной воде.



Пельмени с куриной печенью

500 г пресного теста, 1 морковь, 400 г отварной куриной печени, сметана, соль и перец по вкусу.

Печень пропустите через мясорубку, морковь очистите, отварите и натрите на мелкой терке. Все перемешайте, посолите и поперчите. Тесто раскатайте, вырежьте стаканом кружки, выложите на каждый 1 столовую ложку фарша и сформируйте пельмени. Отварите их в кипящей подсоленной воде в течение 7 минут. Перед подачей на стол полейте сметаной.

Пельмени с капустно-яичным фаршем

Для теста: 1/2 стакана воды, 1 столовая ложка растительного масла, 1 яйцо, 2 стакана муки, соль и молотый перец по вкусу.

Для фарша: 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 маленького вилка белокочанной капусты, 3 сваренных вкрутую яйца, зелень.

Муку просейте горкой, сделайте в центре углубление, введите в него яйцо, масло, соль, перец и воду, замесите тесто. Дайте ему выстояться в течение 20—30 минут, после чего раскатайте в тонкий пласт и вырежьте стаканом кружки. Приготовьте фарш: капусту нашинкуйте тонкой соломкой, лук нарежьте и обжарьте на растительном масле. Выложите капусту и лук слоями на противень и поместите на 20 минут в разогретую до 200° С духовку. Полученную массу охладите, добавьте нарезанные яйца, зелень, все перемешайте и начините пельмени. Такой фарш можно хранить в холодильнике в герметичной упаковке в течение нескольких дней.

Пельмени с кабачковым фаршем

Для теста: 2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 1 столовая ложка растительного масла, 1 яйцо, соль и перец по вкусу.

Для фарша: 400 г кабачков, 1 луковица, 1/2 стакана молока, 2 столовые ложки растительного масла.

Из муки, воды, масла, яйца, соли и перца приготовьте тесто, дайте ему выстояться в течение 20—30 минут, затем раскатайте в пласт и вырежьте из него кружки. Приготовьте начинку: кабачки вымойте, очистите от кожицы, удалите семена и волокнистую мякоть. Подготовленные куски натрите на крупной терке, добавьте молоко, полученную массу перемешайте, поместите на огонь и доведите до кипения.

Лук натрите на терке или мелко нарубите, обжарьте в разогретом растительном масле, затем добавьте кабачки и все тщательно перемешайте. Готовый фарш охладите и выложите на кружки теста. Слепите пельмени и отварите их в подсоленной воде.

Пельмени с фаршем из редьки

Для теста: 1/2 стакана воды, 2 стакана муки, 30 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, соль и перец по вкусу.

Для фарша: 2 редьки, 1/2 стакана молока, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла.

Из предложенных продуктов приготовьте тесто, дайте ему выстояться в течение 30 минут, затем раскатайте в тонкий пласт и вырежьте из него кружки.

Приготовьте начинку: редьку вымойте, очистите и натрите на крупной терке, добавьте молоко и нагрейте полученную смесь на сильном огне. Лук измельчите, обжарьте в разогре-

том растительном масле, смешайте с редькой, потомите на огне еще несколько минут, после чего переложите в другую посуду и охладите.

Готовый фарш выложите на кружки теста, сформируйте пельмени, отварите их в подсоленной воде, а затем обжарьте на сливочном масле.

Вареники с капустно-грибным фаршем

Для теста: 2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 30 г сливочного маргарина, 1 яйцо, соль и молотый перец по вкусу.

Для начинки: 500 г белокочанной капусты, 200 г белых грибов, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки картофельного крахмала, соль и молотый перец по вкусу.



Из муки, воды, маргарина, яйца, соли и перца замесите крутое тесто. Дайте ему выстояться в течение 30 минут, затем раскатайте в пласт толщиной 0,2-0,4 см.

С помощью формы или стакана вырежьте из теста кружки и положите на них начинку, приготовленную следующим образом: грибы отварите и пропустите вместе с капустой через мясорубку. Измельченный репчатый лук обжарьте в небольшом количестве растительного масла, добавьте капусту с грибами, крахмал, все перемешайте и поставьте емкость с начинкой на 2-3 минуты на сильный огонь.

Полученную массу остудите, посолите, поперчите и все хорошо перемешайте. Сформируйте вареники, опустите их в кипящую подсоленную воду и варите до тех пор, пока они не всплывут.

Манные вареники с абрикосами

Для теста: 1 1/2 стакана молока, 1 стакан манной крупы, 50 г сливочного масла или маргарина, 1/2 стакана муки, 1 яйцо, 100 г сыра, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу.

Для начинки: 500 г абрикосов, 3 столовые ложки сахара.

Абрикосы вымойте, разделите на половинки, удалите косточки, а мякоть посыпьте сахаром.

Приготовьте тесто: в кипящее молоко, помешивая, введите манную крупу, положите сливочное масло, посолите, добавьте сахар и сварите кашу. Слегка охладите ее, добавьте муку, яйцо и замесите тесто. Из полученной массы вылепите колбаску, нарежьте ее небольшими кусочками, каждый из которых слегка раскатайте и положите в центр по половинке абрикоса.

Слепите вареники, опустите их в кипящую воду и отварите до готовности. Подавайте к столу горячими, предварительно посыпав натертым на мелкой терке сыром.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА, ДЕСЕРТЫ

Изделия из теста

Пирог «Чесночный»

Для теста: 2¹/₂ стакана муки, 1¹/₂ стакана молока, 1 яйцо, 20 г дрожжей, 1¹/₄ чайной ложки соли, 1 столовая ложка сахара, 50 г сливочного масла.

Для начинки: 5 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки топленого масла, 10 помидоров, 4-6 зубчиков чеснока, зелень, соль, молотый перец.

Замесите дрожжевое тесто, смешав муку, дрожжи, соль, сахар и теплое молоко. Затем добавьте сливочное масло и яйцо и замесите тесто однородной консистенции. Накройте его салфеткой и оставьте для подъема в теплом месте.

Тем временем приготовьте начинку: чеснок очистите и измельчите, зелень мелко нарубите, помидоры обдайте кипятком, снимите кожицу и нарежьте кружками.

Тесто раскатайте в пласт, переложите на смазанный маслом противень, сверху смажьте топленым маслом, разложите помидоры и чеснок, посолите, поперчите, посыпьте зеленью и защитите края. Поместите противень с пирогом в разогретую до 200° С духовку и выпекайте в течение 20—30 минут.

Пирог «Сырный» с зеленым луком

Для теста: 1 стакан муки, 100 г сливочного маргарина, 1 яйцо, соль.

Для начинки и соуса: 1 луковица, соль, молотый перец, 1 стакан тертого сыра острого сорта, 3 яйца, 2 пучка зеленого лука, 1 стакан сметаны, зелень, молотый перец.

Из муки, яйца, маргарина и соли замесите тесто и поместите его на 20—30 минут в холодильник.

Подготовьте начинку: зеленый лук измельчите, репчатый нарежьте кольцами. Раскатайте тесто и выложите его в смазанную жиром форму, сделав бортики, сверху выложите немного зеленого и репчатого лука. Приготовьте сметанный соус: сметану смешайте с яйцами, оставшейся частью зеленого и репчатого лука, посолите, поперчите и посыпьте рубленой зеленью.

Полейте пирог соусом, сверху выложите тертый сыр и запекайте в духовке при температуре 180—200° С в течение 20 минут.

Пирог «Грибной»

5-6 сушеных грибов, 5 крупных клубней картофеля, 4 яйца, 4 столовые ложки тертого сыра острого сорта, 1¹/₃ пачки сливочного масла, 3 зубчика чеснока, зелень, соль, молотый перец.

Картофель очистите и нарежьте тонкими ломтиками. Грибы в течение 1 часа вымачивайте в теплой воде, потом отварите их в этой же воде, выпарив жидкость наполовину. Зелень вымойте и измельчите, чеснок пропустите через чеснокодавилку. Грибы соедините с зеленью, измельченным чесноком, яйцами, сыром и сливочным маслом, посолите и поперчите.

Слоями выложите в смазанную растительным маслом форму картофель и грибную массу и запеките в микроволновой печи при средней мощности в течение 10 минут.

Пирог «Рыбка»

2¹/₂ стакана муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 стакана воды, 1 луковица, 100 г филе рыбы, 60 г копченого сала, 1 яйцо, черный молотый перец, соль.

Возьмите муку, соль, масло, воду и замесите тесто. Накройте его салфеткой и дайте немного постоять. Затем раскатайте две тонкие лепешки и одну положите в форму. Сверху выложите приготовленную из лука, сала и рыбного филе начинку, накройте ее второй лепешкой и защипните края пирога.

Смажьте изделие взбитым яйцом, проколите в нескольких местах и поместите на 20 минут в духовку.

Пирог «Яблочный»

2¹/₂ стакана муки, 2 столовые ложки теплого молока, ¹/₂ стакана сахара, 180 г сливочного масла, 2 столовые ложки сахарной пудры, 5-6 крупных яблок, 1 яичный белок.

Муку смешайте с сахаром и маслом, добавьте теплое молоко и замесите мягкое тесто. Положите его в холодильник на 1 час, затем разделите на две части и раскатайте в лепешки. Один из пластов теста положите в смазанную маслом форму, сверху разместите ломтики яблок, посыпьте их сахарной пудрой и накройте второй лепешкой. Края пирога защипните, смажьте взбитым белком, сделайте в тесте несколько проколов и поместите форму с изделием в разогретую духовку. Выпекайте в течение 20—25 минут при температуре 180—200° С.

Московская кулебяка

Для теста: 3 стакана муки, 2 яйца, 0,5 пачки сливочного масла, 1 стакан молока, 1 чайная ложка дрожжей, по щепотке тмина, корицы, соли, 1 яйцо для смазки.

Для начинки: 2 стакана морковного фарша, 2 стакана мясного фарша, 2 стакана капустного фарша.

Замесите дрожжевое тесто безопасным способом. Дайте ему подняться и сделайте обминку. После этого через 30—40 минут тесто готово для разделки. Сформируйте из него сочни небольшого размера для пирожков. Начинка в этих пирожках будет самой разной. Сделайте, например, по 10 пирожков с различными начинками. Затем на смазанный маслом противень уложите пирожки вплотную друг к другу. После этого противень поставьте в теплое место для расстойки. Перед посадкой в духовку смажьте их яйцом. После выпечки получается одна большая кулебяка, на стол ее подайте целиком, гладкой поверхностью кверху.

Расстегай

Для теста: 3 стакана муки, 1 стакан молока, 3 яйца, 1 пачка сливочного масла, 1 чайная ложка дрожжей, по щепотке соли и кардамона, 1 яйцо для смазки.

Для начинки: 2 стакана грибного или мясного фарша, филе рыбы.

Замесите дрожжевое тесто безопасным способом и поставьте для брожения на 3-4 часа. Из готового теста раскатайте два пласта.

Один поместите на противень, смазанный маслом. На него положите начинку, накройте вторым пластом, защипните края и поставьте для расстойки. Через 30—40 минут смажьте пирог яйцом и выпекайте в горячей духовке.

Пирожки «Быстрые»

2 стакана кислого молока или кефира, 2 яйца, 2 стакана растительного масла, $\frac{1}{4}$ чайной ложки пищевой соды, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка муки, соль по вкусу.

Из кислого молока или кефира, яиц, соды, сахара, соли, 2 столовых ложек растительного масла и муки замесите тесто.

Оставьте его в теплом месте подходить, затем раскатайте в пласт, вырежьте кружки, положите в центр каждого начинку (картофельное пюре с луком, мясной фарш, рис с луком и яйцами, тушеную капусту, творог), защипните края и положите пирожки на посыпанную мукой разделочную доску расстаиваться. Жарьте пирожки в разогретом растительном масле до готовности.

Пирожки с капустой

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 4 стакана растительного масла для жарки.

Для начинки: 1 вилок белокочанной капусты, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Из муки, молока или воды, яиц, масла, дрожжей, сахара и соли приготовьте дрожжевое тесто, как и в предыдущем рецепте. Оставьте его в теплом месте подходить, а тем временем займитесь приготовлением начинки. Капусту мелко нарубите, ошпарьте кипятком и откиньте на сито, затем обдайте холодной водой, чтобы удалить горечь, отожмите и обжарьте на сливочном масле. Готовую капусту смешайте с измельченными яйцами, посолите, добавьте сахар и все хорошо перемешайте.

Готовое тесто разделите на одинаковые шарики, из которых сделайте лепешки. На середину лепешки положите небольшое количество фарша, защипните края и оставьте пирожки на 20 минут для расстойки. Раскалите в казане или кастрюле растительное масло и обжарьте в нем пирожки до золотистой корочки.

Пирожки с начинкой из отварного мяса

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 4 стакана растительного масла для жарки.

Для начинки: 500 г вареного мяса, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 луковица, 50 г сливочного масла, соль, молотый перец.

Для пирожков приготовьте дрожжевое тесто. Для начинки отварное мясо пропустите через мясорубку. В фарш добавьте мелко нарезанный и обжаренный на сливочном масле лук. Все хорошо перемешайте, добавьте соль, перец, немного мясного бульона для сочности и соедините с рублеными вареными яйцами.

Разделите тесто на небольшие шарики одинакового размера. Затем сделайте из них лепешки.

Положите на середину каждой лепешки небольшое количество начинки, защипните края, придавая пирожкам овальную форму, и обжарьте изделия в раскаленном растительном масле до румяной корочки.

Пирожки с картофелем

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 500 г кулинарного жира для жарки.

Для начинки: 500 г картофельного пюре, 1 луковица, 1/2 стакана молока, 50 г сливочного масла, соль.

Из предложенных продуктов приготовьте дрожжевое тесто и оставьте подходить в теплом месте.

Приготовьте начинку: влейте в картофельное пюре молоко, добавьте масло и соль. Лук мелко нарежьте и обжарьте на масле, после чего соедините с картофельным пюре.

Тесто раскатайте и нарежьте квадратиками. Выложите на каждый из них начинку и сверните конвертом. Жарьте в сильно разогретом кулинарном жире.

Пирожки с ливером

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 10 г дрожжей, соль, сахар, 2 стакана растительного масла для жарки.

Для начинки: 1,5 кг ливера (печень, легкое, сердце), 1 луковица, 2 сваренных вкрутую яйца, 50 г сливочного масла, зелень, соль, перец.

Приготовьте дрожжевое тесто из вышеперечисленных продуктов. Оставьте его в теплом месте подниматься, а тем временем приготовьте начинку: ливер очистите от пленок, промойте, отварите до готовности, затем нарежьте небольшими кусками, пропустите через мясорубку, выложите на сковороду с поджаренным луком, посолите, поперчите и слегка обжарьте.

В готовую массу добавьте рубленые яйца и измельченную зелень. Из теста сделайте шарики одинакового размера. Каждый из них раскатайте в лепешку, в центр которой положите начинку и защипните края. Жарьте пирожки в раскаленном растительном масле.

Пирожки со свежими грибами

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 500 г жира для жарки.

Для начинки: 300 г свежих грибов, 1 луковица, 4 стакана растительного масла, соль.

Приготовьте дрожжевое тесто из вышеперечисленных продуктов. Пока тесто подходит, займитесь приготовлением начинки: свежие грибы хорошо промойте и отварите, затем мелко нарежьте, смешайте с обжаренным на масле репчатый лук и посолите.

Тесто разделите на небольшие шарики одинаковой формы и размера, сделайте из них лепешки, поместите на каждую начинку и защипните края, придавая пирожкам овальную форму. Жарьте изделия во фритюре до золотистой корочки.

Пирожки с творогом

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 4 стакана растительного масла для жарки.

Для начинки: 500 г творога, 1/2 стакана сахара, 1 яйцо, 60 г сливочного масла, ванилин, соль.

Из предложенных продуктов замесите дрожжевое тесто и оставьте его в теплом месте для подъема. Творог протрите через мелкое сито, добавьте сырое яйцо, сахар, соль, ванилин, растопленное сливочное масло и все перемешайте. Готовое тесто разделите на шарики одинаковой величины, затем сделайте из них лепешки. В центр каждой положите начинку, края теста защипните, придайте пирожкам овальную форму и обжарьте в раскаленном растительном масле до золотистого цвета.

Пирожки с зеленым луком и яйцами

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 4 стакана растительного масла или 500 г кулинарного жира для жарки.

Для начинки: 4 пучка зеленого лука, 4 яйца, 80 г сливочного масла, соль.

Из предложенных продуктов замесите дрожжевое тесто, накройте его чистой салфеткой и оставьте в теплом месте подходить, не забывая время от времени обминать.

Приготовьте начинку: зеленый лук тщательно вымойте, измельчите, немного обжарьте на сливочном масле, смешайте с мелко нарезанными яйцами, посолите и перемешайте.

Готовое тесто разделите на небольшие шарики, раскатайте их в лепешки, на середину которых выложите начинку, края защипните. Жарьте пирожки в сильно разогретом растительном масле, кулинарном жире или в их смеси, взятой в соотношении 2: 1.

Пирожки с печенью и рисом

Для теста: 1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 10 г дрожжей, соль, сахар, 500 г топленого масла для жарки.

Для начинки: 500 г печени, 3-4 моркови, 100 г вареного риса, 1 луковица, зелень петрушки, соль, молотый перец.

Муку смешайте с солью и просейте горкой на стол, в центре холмика сделайте углубление и введите в него разведенные в молоке или воде дрожжи, яйца, масло и сахар.

Замесите тесто и поставьте его в теплое место.

Тем временем печень нарежьте небольшими кусочками, обжарьте, посолите и поперчите. Морковь отварите, а лук очистите от шелухи. Печень, лук и морковь пропустите через мясорубку, соедините с вареным рисом, добавьте измельченную зелень, посолите, поперчите и тщательно перемешайте фарш.

Подошедшее тесто разделайте на небольшие шарики, из которых сделайте лепешки. На каждую из них положите начинку, защипните края, придайте пирожкам овальную форму и жарьте в большом количестве разогретого топленого масла.

Ромовая баба

5 стаканов муки, 2 стакана молока, 7 яиц, 2 стакана сахара, 300 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан изюма, 20 г дрожжей, 1 1/2 стакана сиропа, 4–6 столовых ложек красного вина или 1 чайная ложка рома, соль, ванилин.

В одном стакане теплого молока разведите дрожжи. Прибавьте 3 стакана муки, замесите густое тесто и скатайте его в шар. Сделайте с одной стороны 5-6 неглубоких надрезов и опустите тесто в кастрюлю с теплой водой, накройте крышкой и поставьте в теплое место.

Когда тесто всплывет и увеличится в объеме вдвое, выньте его, переложите в миску, добавьте теплое молоко, соль, растертые добела с сахаром и ванилином яичные желтки, взбитые яичные белки, все перемешайте, введите остальную муку и вымесите тесто. Добавьте растертые добела масло или маргарин, снова все перемешайте и поставьте тесто в теплое место.

Когда оно увеличится в объеме вдвое, добавьте изюм, перемешайте и вылейте в форму, смазанную маслом, поставьте в теплое место для расстойки. После того как тесто поднимется, поставьте форму в микроволновую печь и выпекайте при мощности ниже средней 40 минут. Готовую ромовую бабу выньте из формы, положите боком на блюдо, а когда остынет, облейте сиропом с вином, осторожно поворачивая ее, чтобы сироп впитывался со всех сторон. Потом поставьте изделие на блюдо, дайте обсохнуть и подайте к столу.

Блинчики с мозгами

Для блинчиков: 1 стакан муки, 4 яйца, 10 г сливочного масла, 1 стакан молока, 3 столовые ложки панировочных сухарей, соль, сахар, 500 г жира для фритюра.

Для фарша: 400 г телячьих мозгов, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, $\frac{1}{3}$ стакана сметаны, соль, перец.

Смешайте желтки с молоком, растопленным маслом, сахаром и солью. Муку всыпьте в кастрюлю, постепенно разведите ее полученной молочно-желтковой смесью. Разотрите тесто до исчезновения комочков. Яичные белки взбейте до образования крепкой пены и осторожно введите в тесто.

Сковороду хорошо разогрейте, смажьте куском свиного сала, насаженным на вилку, обжарьте блины с обеих сторон. Готовые блинчики выложите на доску, обрежьте со всех сторон, придав форму квадрата, смажьте каждый тонким слоем фарша, скатайте рулетом, обваляйте в яйцах, затем в сухарях и жарьте в кипящем фритюре. Фарш приготовьте следующим образом: мозги очистите от пленок, сварите в подсоленном кипятке, мелко нарубите, смешайте с жареным луком, сметаной, яйцом, солью и перцем.

Десерты

«Пьяные» яблоки

4 яблока сорта ранет или пепин, 3 столовые ложки коньяка, 2 столовые ложки сахара, сахарная пудра, корица, 200 г топленого масла для жарки.

Для кляра: $\frac{1}{2}$ стакана муки, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 стакан воды, пива или сметаны, 2 яичных белка.

Яблоки очистите, удалите сердцевину и нарежьте мякоть кружками толщиной 1 см. Вымочите их в смеси из коньяка и сахара в течение 1 часа. За это время приготовьте кляр: яичные белки взбейте, соедините с мукой, оливковым маслом, водой, пивом или сметаной и все тщательно перемешайте. Кружки яблок обмакните в полученную массу и обжарьте во фритюре до золотистого цвета. Готовые фрукты выложите в сито или дуршлаг, чтобы стекло лишнее масло, и остудите. Перед подачей на стол посыпьте яблоки сахарной пудрой, смешанной с корицей.

Сырники сладкие

3 столовые ложки муки, 1 яйцо, 500 г творога, 100 г сыра, сахар и соль по вкусу.

Из творога, яйца, муки, сахара и соли замесите тесто, добавьте натертый на мелкой терке сыр и все тщательно перемешайте. Готовое тесто раскатайте в пласт и сформируйте сырники. Возьмите подходящую посуду, смажьте маслом и переложите в нее изделия. Выпекайте на максимальной мощности 5-7 минут до готовности.

Баба рисовая с вишней

$\frac{2}{3}$ стакана риса, 4 яйца, 2 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка крахмала, $\frac{1}{4}$ чайной ложки ванилина, 80 г сливочного масла или маргарина, 2 столовые ложки толченых сухарей, 500 г вишни.

Вишню вымойте, обсушите и удалите косточки. Белки отделите от желтков и с помощью миксера взбейте в крутую пену. Желтки разотрите с сахаром и ванилином до бела. Рис отварите и смешайте с белками, желтками, крахмалом и вишней. Готовое тесто вылейте в смазанную маслом и обсыпанную толчеными сухарями форму и запекайте в горячей духовке до готовности (25—30 минут).

Десерт «Геркулес»

5 яблок, 20 г сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки овсяных хлопьев, 1 чайная ложка лимонного сока, молотая корица по вкусу.

Яблоки вымойте и удалите сердцевину. Мякоть нарежьте ломтиками, уложите в посуду и сбрызните лимонным соком. Сливочное масло растопите, соедините с сахаром, мукой, корицей, овсяными хлопьями и все аккуратно перемешайте. Приготовленной смесью покройте ломтики яблок и поместите на 15 минут в разогретую до 180° С духовку.

Мусс «Смородинка»

1 $\frac{1}{2}$ стакана красной смородины, 1 стакан вишни, 1 столовая ложка меда, 1 чайная ложка крахмала, 3 столовые ложки воды, ванильный сахар, молотая корица.

Смородину и вишню вымойте, переберите, из вишни удалите косточки. Выложите ягоды в посуду, добавьте мед, ванильный сахар, немного воды и корицу. Прогрейте на максимальной мощности в микроволновой печи 5 минут. В это время разведите крахмал водой, вылейте полученную массу на ягоды, размешайте и дайте покипеть 2 минуты, все время помешивая. Десерт подавайте к столу со взбитыми сливками.

Мусс «Ягодка»

2 стакана малины, 2 яичных белка, 2 чайные ложки желатина, 2 чайные ложки сахарной пудры, 2 столовые ложки воды.

Желатин залейте водой, дайте немного постоять, а затем поместите на 1-2 минуты в разогретую духовку. Ягоды промойте, обсушите, разомните деревянной ложкой, добавьте сахарную пудру и белки, полученную массу охладите и взбейте. Добавьте желатин и снова взбейте. Выложите десерт в формочки и охладите.

НАПИТКИ

Компот «Фруктовый»

3 стакана воды, 2 столовые ложки сахара, 1 стакан сухофруктов.

Сухофрукты (чернослив, изюм, курага, яблоки, груши), взятые в произвольном сочетании, промойте и замочите на 40—50 минут в том количестве воды, которое потребуется для варки компота. Затем засыпьте сахар и поварите компот 3-5 минут на среднем огне. Готовый компот разлейте по чашкам и подайте к столу.

Напиток «Вишневый»

2 стакана вишни, 1 л красного столового вина, 1 1/2 стакана минеральной воды, 1 стакан сахара.

Вишню тщательно вымойте, удалите косточки, мякоть засыпьте сахаром и оставьте на 1 час. Затем добавьте вино и оставьте полученную смесь в прохладном месте на 2 часа. Перелейте напиток в красивый графин и разбавьте минеральной водой.

Напиток «Яблочный»

1 кг яблок, 1 1/2 л воды, 1 стакан вина, сахар и пряности по вкусу.

Яблоки очистите от кожицы и натрите на крупной терке. Полученную массу сбрызните лимонной кислотой, в противном случае яблоки потемнеют. Вскипятите воду с сахаром и пряностями (корицей и гвоздикой), затем остудите и залейте сиропом яблочную массу, через 2-3 часа процедите, влейте вино и все перемешайте. Напиток подавайте к столу охлажденным.

Напиток из листьев черной смородины

1 1/2 стакана воды, 2 столовые ложки ягодного сока, 50 г листьев черной смородины, сахар по вкусу.

Молодые листья черной смородины тщательно вымойте, измельчите и сложите в стеклянную банку. Добавьте холодной кипяченой воды, разбавленной ягодным соком, и поставьте банку на 24 часа в теплое место для настаивания. Готовый настой отожмите через сухую марлю, добавьте в жидкость сахар, охладите и подайте к столу.

Напиток «Чайно-малиновый»

1 стакан малинового сока, свежий чай.

Из малины выжмите сок и заморозьте его в холодильнике. Приготовьте свежий чай (можно сладкий, а можно без сахара). Напиток охладите и разлейте по бокалам со льдом, не забыв положить в каждый из них замороженный малиновый сок.

Квас «Старорусский»

1 кг ржаного хлеба, 25 г мяты, 50 г изюма, 1/2 стакана сахара, 10 г дрожжей, горячая вода.

Количество продуктов в данном рецепте рассчитано на 10—12 бутылок. Кусочки ржаного хлеба положите в кастрюлю, залейте кипятком и дайте настояться в течение 3-4 часов.

Настой процедите, добавьте дрожжи, сахар и мяту, накройте салфеткой и оставьте для брожения на 5-6 часов.

Когда квас начнет пениться, процедите его второй раз, разлейте в чистые бутылки, положите в каждую из них несколько изюминок и плотно закупорьте. Поместите бутылки с квасом в прохладное место (они должны лежать, а не стоять), через 2-3 дня квас будет готов.

Петровский квас

5 л воды, 800 г сухарей, 20 г дрожжей, 500 г сахара, 3 столовые ложки натертого хрена, 3 столовые ложки меда.

Сухари залейте кипятком и дайте настояться в течение 2-3 часов. Затем процедите через сито, добавьте дрожжи и сахар и оставьте квас на 5-6 часов в теплом месте для брожения.

В готовый напиток добавьте натертый хрен, смешанный с медом. Разлейте квас по бутылкам и охладите. Лучше всего подавать этот напиток к мясным блюдам.

Клубничный квас

750 г клубники, 4 чайные ложки сахара, 1/8 чайной ложки лимонной кислоты, 1 столовая ложка меда, 1 стакан воды, изюм.

Клубнику вымойте и откиньте на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем ягоды положите в эмалированную кастрюлю, залейте водой и доведите до кипения. Через 10 минут слегка охлажденный сок процедите, добавьте мед, сахар, лимонную кислоту, все перемешайте, снова процедите и разлейте полученный напиток по бутылкам.

Положите в каждую из них изюм, закупорьте и поместите в прохладное место. Через 7-10 дней квас будет готов к употреблению. Чтобы ускорить этот процесс, поместите бутылки с напитком на два дня в теплое место, а затем вынесите на холод. Квас будет готов уже через 4 дня.

Сбитень

5 л воды, 800 г ягодного варенья, 200 г меда, 2 г имбиря, 1 г корицы.

Добавьте в кипящую воду варенье и мед, через 5 минут положите пряности и варите еще некоторое время. Подавайте горячим.

Вишневая медовуха

2 стакана воды, 1 кг меда, 2 кг вишни.

Положите мед в эмалированную кастрюлю, добавьте воду и варите, регулярно помешивая и снимая пену с поверхности. Насыпьте хорошо промытые ягоды без косточек в бутылку с узким горлышком, сверху налейте сироп.

Накройте бутылку мокрым полотном и оставьте на 3 дня в помещении для брожения. Затем плотно заткните горлышко льняной тканью и поставьте в подвал. Пить медовуху можно через 3 месяца, но чем дольше она настаивается, тем лучше.

ГЛАВА 2. БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ

В основу современной белорусской кухни легли рецепты, передаваемые из поколения в поколение в среде сельского населения восточных и западных областей. Причем складывались эти рецепты, как правило, под влиянием польской кухни, но с учетом местных особенностей. В результате появился специфический круг наиболее часто используемых продуктов, а также выработались особые приемы приготовления пищи, предварительной и тепловой обработки пищевого сырья.

Главным отличием белорусской кухни от других является изобилие картофельных блюд.

Блюда из тушеного картофеля называют тушанкой или смажениками. Картофель в целом виде употребляется сравнительно редко, гораздо чаще в протертом. Из других овощей для белорусской кухни считаются характерными капуста, горох, бобы и морковь.

Кроме овощей, широко используются такие продукты, как грибы, лесные ягоды и травы (сныть, щавель), яблоки, груши, речная рыба, раки, молоко, творог, сметана.

Здесь следует оговориться, что данные продукты характерны и для русской национальной кухни, однако формы и приемы их обработки в белорусской кухне несколько иные. Например, рыбу не жарят, а запекают целиком с чешуей, сушат особым образом или изготавливают из нее фарш.

Грибы не употребляются как самостоятельное блюдо, а служат лишь добавками, придающими вкус основному блюду.

Молочные блюда достаточно популярны в белорусской кухне. Производные молока очень часто входят в состав различных овощных или грибных блюд.

Употребление и приготовление мяса в белорусской кухне тоже имеет ряд особенностей. Использование свиного сала, свинины роднит белорусскую кухню с украинской.

Однако сало в Белоруссии едят в основном зимой, слабо посоленное, обязательно с кожным слоем. Едят его с картофелем, вприкуску, оно играет как бы роль мяса.

А вот в качестве жира для приготовления большинства блюд, помимо сала и даже чаще него, используют сметану, топленое и растительные масла. Свинина в качестве мяса идет в основном на приготовление домашних колбас и вяндлины – слабокопченой ветчины или корейки. Нежирную свинину, а также баранину запекают крупными кусками (обычно всю заднюю часть) – национальное белорусское блюдо пяхисты.

Из домашней птицы предпочитают гуся, также в запеченном виде.

Для старой белорусской кухни характерна засолка мяса и домашней птицы (гусей), приготовление из них солонины и полотков и употребление субпродуктов, особенно блюд из желудка, вымени в разваренном виде.

Использование фаршеобразных и пюреобразных масс из одного какого-либо продукта (мяса, рыбы, картофеля) и особенно из сочетаний основного продукта с небольшими примесями некоторых других, дало в белорусской кухне большинство картофельных блюд (драники, цыбрики, гульбишники и т. п.), многие мясные (фляки, моканина, вантробки, колбасы), а также целый ряд комбинированных (клецки, галки, зразы), получивших распространение и за пределами Белоруссии.

ЗАКУСКИ

Бутерброды и другие закуски

Бутерброды с творожно-луковой пастой

4 ломтика хлеба, 1/2 пачки творога, 3 столовые ложки сметаны, 6 перышек мелко нарезанного зеленого лука, 1 столовая ложка измельченной петрушки, соль, 4 веточки петрушки.

Творог тщательно разотрите со сметаной, смешайте с измельченным луком, петрушкой, добавьте соль по вкусу и нанесите полученную массу на хлеб. Готовые бутерброды украсьте сверху веточками петрушки.

Гренки с чесноком

4 ломтика хлеба, 20 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 4 ломтика сыра.

Хлеб обжарьте с одной стороны на разогретом сливочном масле, положите на эту сторону ломтик сыра и поместите хлеб на несколько минут в разогретую духовку. Чеснок измельчите с помощью ножа или специальной чеснокодавилки и посыпьте им горячие гренки.

Бутерброды с колбасой и хреном

4 ломтика черного хлеба, 4 ломтика колбасы, 2 чайные ложки тертого хрена, 1 помидор, 4 чайные ложки майонеза, веточки петрушки или кинзы.

Помидор нарежьте кружочками, хрен смешайте с майонезом и намажьте им куски хлеба, сверху положите ломтики колбасы, кружочки помидора и запеките бутерброды в микроволновой печи или духовом шкафу. Перед подачей к столу украсьте бутерброды зеленью.

Бутерброды с огурцами и майонезом

4 ломтика белого хлеба, 2 яйца, 1 огурец, 60 г сыра, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 небольшая луковица, 4 чайные ложки майонеза.

Ломтики хлеба намажьте маслом, сваренные вкрутую яйца измельчите. Лук и огурец натрите на терке и соедините с яйцами и майонезом. Тщательно все перемешайте.

Выложите массу на хлеб с маслом, посыпьте натертым сыром и прогрейте в микроволновой печи или духовке.

Бутербродики с творогом

1 батон, 1 пачка соленого творога, 2 столовые ложки сливочного масла, 500 г ветчины, 3 помидора, 3 соленых огурца, 2 столовые ложки майонеза, зелень петрушки.

Разрежьте батон на небольшие квадратики и поджарьте. Перемешайте творог с размягченным сливочным маслом, майонезом, мелко нарезанной зеленью петрушки. Намажьте

хлебцы подготовленной массой, положите на них кружочки помидоров, кусочки ветчины, огурцов и украсьте зеленью.

Бутерброды с баклажанами

4 ломтика белого хлеба, 1 небольшой баклажан, 1 зубчик чеснока, 4 чайные ложки майонеза, 4 чайные ложки сливочного масла, зелень петрушки и кинзы.

Баклажан очистите, нарежьте тонкими кружочками, посолите и обжарьте в сливочном масле.

Чеснок и зелень мелко нарубите, смешайте с майонезом и нанесите полученную смесь на куски хлеба, сверху положите кружочки баклажанов и запеките бутерброды в духовом шкафу.

Яйца с грибами

3 яйца, 10 г сушеных белых грибов, 1 луковица, 10 г сливочного масла, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка сметаны, зелень петрушки и кинзы.

У сваренных вкрутую яиц срежьте тупой конец и чайной ложкой выньте желток.

Лук мелко нашинкуйте и поджарьте до золотистого цвета. Сушеные грибы отварите, нарубите, поджарьте и соедините с луком и рублеными желтками. Полученным фаршем заполните белки. Подайте яйца под соусом из майонеза и сметаны, украсив зеленью.

Заливные блюда, рулеты, студни

Рулет из телятины

1 телячья лопатка, 500 г телячьей печени, 100 г белого хлеба, 1 луковица, 100 г шпика, зелень петрушки, перец, соль по вкусу, $\frac{1}{2}$ стакана молока или воды, желе.

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.