



Ольга Васильевна Зыкина
Праздничный стол
Серия «Кулинария»

Текст предоставлен издательством Вече
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=167521
Праздничный стол: Вече; Москва; 2004
ISBN 5-94538-351-1

Аннотация

Каждая хозяйка знает, каким хлопотным делом является создание праздничного стола. Данная книга может стать ценным помощником в этом сложном процессе. На страницах этого издания помещено множество рецептов блюд, способных стать украшением любого праздника, а также советы по оформлению, помогающие превратить обыденное кулинарное изделие в уникальный шедевр.

Пошаговые иллюстрации и подробно описанные рецепты не только облегчат приготовление, но и подскажут, как лучше оформить то или иное блюдо, чтобы оно могло занять достойное место на праздничном столе. Книга будет полезна не только начинающим, но и опытным хозяйкам и позволит высвободить дополнительное время для творчества и фантазии.

Содержание

Введение	4
Салаты и закуски	6
«Конец лета»	8
«Канзас»	9
«Ужин в Афинах»	16
«Беломорье»	23
«Переделкино»	30
«Мимоза»	37
«Хуторянка»	44
«Дыхание моря»	49
«Карибы»	54
«Белочка»	61
Винегрет «Дальневосточный»	66
«Дар лета»	72
«Волшебное зернышко»	79
«Волжский берег»	84
Салат из креветок	91
«Розовый бархат»	96
Конец ознакомительного фрагмента.	97

Ольга Васильевна Зыкина

Праздничный стол

Введение

Современный российский праздничный стол может быть очень разным, так как исконно русские традиции постоянно обновляются за счет вливаний из-за рубежа. Но, несмотря на новшества, застольное изобилие является главной приметой русского праздника. Что бы ни устраивалось – домашнее застолье для родственников или многолюдный фуршет, всегда на столе присутствует множество горячих и холодных закусок, изысканные основные блюда и разнообразные десерты.

На Руси всегда любили сытно и вкусно поесть, в богатых домах званый обед насчитывал не менее 10 разновидностей блюд: горячее, холодное, тельное, плотное, ставленное, праженое, верченое, закуски, запивки и заедки. И на каждую из разновидностей приходилось по два-три наименования.

На протяжении многих веков русская кулинария обогащалась рецептами из различных стран мира, а новые технологии, уже прочно завоевавшие место на кухне, дают возможность по-новому готовить традиционные блюда. Простые и удобные приспособления высвободили огромное количество времени, позволив хозяйкам дать волю своей кулинарной фантазии и творчески подойти к приготовлению пищи. Ведь практически ни один рецепт не является незыблемым каноном, а довольно незначительные изменения позволяют создавать совершенно новые блюда, способные удивить не только своих близких, но и гостей, добавляя в домашнюю копилку уникальные секреты кулинарного мастерства.

Создание праздничного стола держится на двух китах: выбор блюд и их оформление. Составляя меню, нужно придерживаться правил сбалансированной сочетаемости подаваемых кушаний и их верной последовательности. Здесь необходимо найти золотую середину между полезностью пищи и ее вкусовыми качествами. Это правило нужно соблюдать неукоснительно, так как даже редкое отступление от привычного рациона питания может привести к неприятным последствиям для организма. Нельзя думать, что один раз в несколько недель можно перегружать желудок жирной и тяжелой пищей, если в остальное время питание остается сбалансированным. Праздник не должен заканчиваться грустно, поэтому необходимо продумать, какие именно блюда будут на столе. Количество мясных, рыбных, овощных кушаний должно находиться в правильном соотношении.

А вот оформление каждого блюда является творческим процессом. Не обязательно выбирать для праздничного стола сложные блюда, требующие длительного приготовления и дорогостоящих редких продуктов. Простейшие винегреты и салаты приобретут праздничный вид, если их как следует украсить. Ведь каждая хозяйка заранее готова уделить значительное количество своего времени тому, чтобы ее стол понравился гостям. Поэтому вполне возможно потратить часть этого времени на изготовление украшений для блюд. Фигурно вырезанные овощи и другие продукты, входящие в блюдо, придадут кулинарному изделию праздничный вид, если создать из них оригинальную композицию. Однако и в этом случае не нужно забывать о чувстве меры. Цветовая гамма стола должна радовать глаз и возбуждать аппетит, а количество украшений не должно превалировать над массой самого блюда.

Также важно помнить об аксессуарах праздничного стола: скатерти, салфетках, посуде, столовых приборах. Все это должно соответствовать празднику. Например, официальный прием требует белой скатерти, неяркой фарфоровой посуды, прозрачных бокалов и металлических приборов.

Праздник для близких допускает различные отступления от канонов: клетчатые или цветные скатерти и яркие тарелки здесь будут вполне уместны. Более того, можно накрыть стол в стиле какой-либо страны: Италии, Кореи, Индии, Турции и т. д. Ну а стол для детского праздника, состоящий, как правило, практически из одних сладких блюд, допускает самое безудержное разноцветье. Яркие скатерть и салфетки, пестрые стаканы и тарелки – все это только порадует собравшихся детей и создаст у них прекрасное праздничное настроение.

Итак, сбалансированный выбор, творческий подход к приготовлению блюд, фантазия на этапе их украшения, гармоничная, подходящая к случаю сервировка – все это позволит создать поистине изысканный праздничный стол.

Салаты и закуски



Изобилие салатов и закусок – обязательный атрибут праздничного стола. Количество этих блюд может достигать десяти и более разновидностей, а по калорийности и сытности они не уступают вторым блюдам и могут с успехом их заменить. Выбирая закуски и салаты для праздничного стола, нужно продумать, как они будут сочетаться друг с другом и остальными блюдами. Мясные и рыбные салаты не стоит делать слишком объемными, лучше основной акцент поставить на легких овощных блюдах, которые возбуждают аппетит и не перегружают желудок. Если же все-таки какой-либо сложный салат, например из мяса или субпродуктов, должен стать главным блюдом, гвоздем программы, то в этом случае лучше вообще отказаться от подачи к столу горячего.

При составлении меню для фуршетного стола желательно ограничить выбор порционными блюдами или теми, которые не теряют своей привлекательности в процессе отделения порций, чтобы не нарушалась красота сервировки. Эти правила должны неукоснительно соблюдаться в отношении салатов и закусок, так как в основном именно эти блюда и подаются к подобному столу.

Готовя салаты и закуски для праздничного стола, нужно самое пристальное внимание уделить нарезке продуктов, входящих в их состав. Всевозможные приспособления для фигурной нарезки позволят придать праздничный вид самому банальному салату.

С этой же целью следует позаботиться о гармоничном сочетании ингредиентов не только по вкусу, но и по цвету.

Сервировка салатов и закусок также не должна остаться без внимания: посуду для этих блюд в праздник нужно выбирать не только с точки зрения функциональности, но и красоты. Например, для слоеных салатов идеально подходят прозрачные глубокие салатницы, а для мясных, рыбных и овощных ассорти лучше взять плоское блюдо. Если используется разноцветная сервировочная посуда, то ее отдельные элементы должны сочетаться и друг с другом, и с цветовой гаммой блюда.

«Конец лета»



Продукты:

2 помидора, 2 малосольных огурца, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, перец черный молотый, зеленый лук и зелень укропа для украшения, соль.

Помидоры вымыть, обсушить, удалить плодоножки, нарезать тонкими кружками, выложить на сервировочное блюдо, оставив середину свободной, посолить и поперчить. Малосольные огурцы нарезать наискось тонкими ломтиками, выложить в центр блюда таким образом, чтобы слой огурцов полностью не перекрывал помидоров. Луковицу очистить, нарезать кольцами, сбрызнуть лимонным соком и выложить поверх огурцов. Зелень укропа промыть, стряхнуть остатки воды, собрать в небольшой пучок и поместить на блюдо с салатом. Зеленый лук перебрать, промыть, обсушить, срезать прикорневую часть и уложить по несколько перьев с двух сторон от салата.

Совет хозяйке:

Свежая зелень сохранит свои качества дольше, если держать ее в холодильнике, предварительно упаковав в сухой полиэтиленовый пакет.

«Канзас»



Продукты:

100 г куриного белого мяса, 50 г консервированной белой фасоли, 50 г консервированной кукурузы, 1 помидор, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки сметаны, 1 пучок салата, перец черный молотый, соль.

Мясо вымыть, обсушить салфеткой, немного посолить, поперчить, положить в сковороду с разогретым растительным маслом и жарить до готовности. Затем снять с огня и остудить. Готовое мясо курицы нарезать соломкой. Несколько листьев салата оставить для украшения блюда, остальные нашинковать и положить в глубокую емкость. В эту же емкость добавить консервированную фасоль. Из консервированной кукурузы слить жидкость, положить кукурузу в емкость с нарезанным салатом и консервированной фасолью, затем посолить и тщательно перемешать. Подготовленную смесь выложить на плоское сервировочное блюдо, дно которого выстлано несколькими листьями салата. Следующим слоем разложить нарезанное соломкой мясо курицы, сверху полить салат сметаной. Помидор вымыть, обсушить, удалить плодоножку, разрезать пополам, половину нарезать небольшими дольками или полукружиями. Перед тем как подать салат к столу, украсить блюдо дольками помидора.



Предварительно обжаренное и охлажденное мясо курицы нарезать тонкой соломкой.



Вымытые и обсушенные листья салата нашинковать, положить в глубокую емкость.



В емкость с подготовленными листьями салата добавить консервированную белую фасоль.



Консервированную кукурузу выложить в емкость с салатом и фасолью, затем все посолить и перемешать.



Подготовленную смесь выложить на блюдо, дно которого можно выстелить листьями салата.



Сверху выложить нарезанное соломкой куриное мясо, перед подачей к столу полить салат сметаной.

«Ужин в Афинах»



Продукты:

1 желтый и 1 зеленый болгарский перец, 1 помидор, 50 г маслин, 75 г брынзы, 1 ст. ложка растительного масла, зеленый лук и зелень петрушки для украшения, перец черный молотый, соль.

Болгарские перцы вымыть, обсушить, удалить из них семена и плодоножки. Затем отрезать несколько тонких колечек для украшения салата. Оставшуюся часть и желтого, и зеленого перцев нарезать мелкими кубиками. Помидор вымыть, удалить плодоножку, нарезать мелкими кубиками. Из консервированных маслин нужно сначала удалить косточки. Затем отобрать более крупные маслины для украшения салата, остальные либо разрезать вдоль, либо нарезать кружочками. Подготовленные ингредиенты выложить в глубокую емкость, посолить, поперчить и перемешать. Чтобы придать блюду более яркий вкус, можно добавить мелко нарубленную зелень петрушки. Салат заправить растительным маслом, еще раз перемешать и выложить в салатницу. Нарезанную мелкими кубиками брынзу выложить сверху. Петрушку и зеленый лук перебрать, промыть, соединить по отдельности в декоративные пучки. Пучок лука перевязать луковым перышком. Готовый салат украсить кольцами перца, маслинами, а также пучками петрушки и зеленого лука.



Перцы вымыть, удалить плодоножки и семена, затем от каждого отрезать по несколько тонких колечек для украшения. Оставшуюся часть перца нарезать мелкими кубиками.



Из консервированных маслин сначала удалить косточки. Затем отобрать несколько крупных маслин для украшения, а остальные нарезать кружочками. Помидор нарезать кубиками.



Все подготовленные компоненты выложить в глубокую емкость, посолить, поперчить, перемешать. Для придания салату более яркого вкуса можно добавить зелень.



Салат заправить растительным маслом и перемешать. Брынзу нарезать небольшими кубиками.



Подготовленную смесь выложить в салатницу, нарезанную кубиками брынзу распределить сверху.



Для украшения салата из зеленого лука сделать декоративный пучок, перевязав его луковым пером.

«Беломорье»



Продукты:

50 г консервированных в масле шпрот, 50 г сыра твердых сортов, 50 г пшеничных сухариков, 1 долька чеснока, 1 пучок листового салата, перец черный молотый, соль.

Листья салата промыть под проточной водой, подождать, пока стечет вода, затем нарезать кусочками среднего размера. Глубокую емкость натереть предварительно очищенной и надрезанной долькой чеснока. Затем положить в нее нашинкованные листья салата, посолить их и перемешать. Оставшуюся часть дольки чеснока натереть на мелкой терке. Шпроты выложить в небольшую миску и размять вилкой до получения однородной массы. Добавить масло от шпрот, растительное масло, перец, измельченный чеснок и перемешать. Приготовленную заправку вылить в емкость с листьями салата, перемешать и поставить в прохладное место для того, чтобы листья салата хорошо пропитались. Подготовленную смесь переложить на плоское сервировочное блюдо, сверху положить пшеничные сухарики. Сыр натереть на крупной терке и посыпать им салат. Это блюдо не нужно перемешивать, а подавать к столу его следует непосредственно после приготовления, чтобы сухарики не утратили своих хрустящих свойств.



Листья салата перебрать, промыть, обсушить и нарезать кусочками небольшого размера.



Глубокую емкость натереть очищенной долькой чеснока, остаток дольки измельчить с помощью терки.



Шпроты выложить в небольшую миску и размять вилкой до получения однородной массы.



Добавить к шпротам растительное масло, измельченный чеснок, перец, тщательно перемешать.



Нашинкованные листья салата посолить, полить приготовленной заправкой и перемешать.



Выложить салат на плоское блюдо, сверху разложить сухарики и посыпать тертым сыром.

«Переделкино»



Продукты:

1 клубень картофеля среднего размера, 100 г ветчины, 1 морковь, 2 свежих огурца, 2 яйца, 1 ст. ложка майонеза, 1 ст. ложка томатного соуса, 1 пучок листового салата, зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

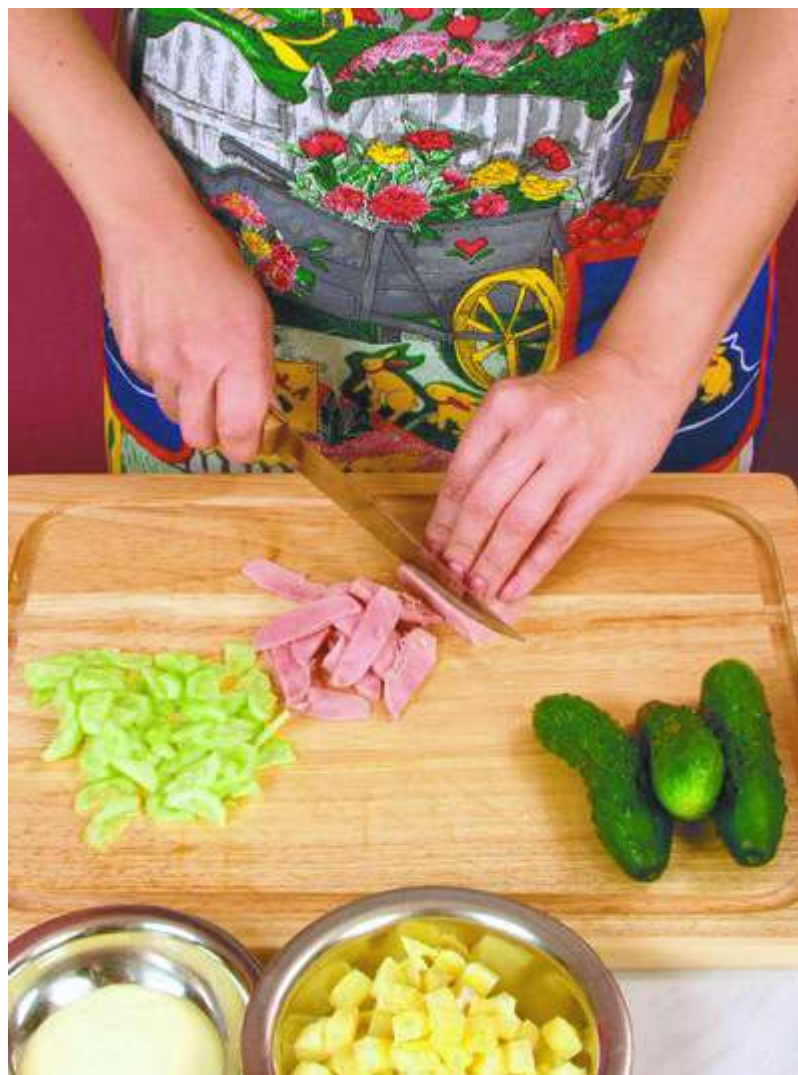
Картофель, морковь и яйца отварить, охладить и очистить. Морковь, картофель и одно яйцо нарезать мелкими кубиками. Другое яйцо нарезать дольками для украшения. Один огурец очистить от кожицы, нарезать небольшими кубиками. Другой огурец, не очищая, нарезать тонкими длинными ломтиками и оставить для украшения готового салата. Ветчину нарезать короткой соломкой или небольшими кубиками. Для приготовления салата лучше выбрать свиную ветчину. Листья салата перебрать, промыть, обсушить. Несколько листьев салата оставить для украшения блюда, остальные нашинковать. Для приготовления соуса в небольшую миску положить майонез, добавить томатный соус, перец и соль, затем тщательно перемешать. Все подготовленные ингредиенты выложить в глубокую емкость, заправить соусом, перемешать. Салат выложить в салатницу, выстеленную с одной стороны листьями салата, украсить зеленью, сложенными пополам ломтиками огурца и дольками яйца.



Яйца и картофель отварить, охладить, очистить. Картофель и одно яйцо нарезать мелкими кубиками, другое – дольками для украшения.



Один огурец очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками. Другой, не очищая, нарезать длинными тонкими ломтиками.



Свиную ветчину нарезать мелкими кубиками или короткой соломкой.



Несколько листьев салата оставить для украшения блюда, остальные нашинковать.



В небольшую емкость положить майонез, добавить томатный соус, перец, соль, затем перемешать.



Подготовленные компоненты сложить в глубокую посуду и заправить полученным соусом.

«Мимоза»



Продукты:

100 г консервированных в масле сардин, 1 клубень картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 2 яйца, 100 г майонеза, листья салата и зелень петрушки для украшения.

Рыбу выложить из банки в небольшую миску и размять вилкой до образования однородной массы. Картофель и морковь вымыть, отварить, остудить и очистить от кожицы. Отваренные картофель и одну морковь натереть на крупной терке по отдельности. Другую морковь использовать для изготовления украшений: специальным ножом сделать бороздки по всей длине, а затем нарезать кружочками. Луковицу очистить и нашинковать. Сваренные вкрутую яйца очистить и измельчить, при этом белок и желток следует нарезать отдельно. Дно сервировочного блюда выстелить предварительно вымытыми и обсушенными листьями салата. Размятую рыбу выложить ровным тонким слоем поверх листьев салата и смазать майонезом. Далее следует выкладывать слоями все подготовленные ингредиенты в следующем порядке: лук, картофель, яичные белки, морковь. Каждый слой нужно смазывать майонезом. Готовый салат посыпать измельченными яичными желтками, украсить веточками петрушки и вырезанными из моркови цветами, в центр которых можно добавить по капельке майонеза.



Картофель отварить, охладить, очистить и натереть на крупной терке.



Отварную охлажденную морковь очистить и натереть на крупной терке.



Репчатый лук очистить, подержать в холодной воде, затем нашинковать.



Консервированную рыбу выложить в неглубокую миску и тщательно размять вилкой.



Блюдо выстелить листьями салата, сверху тонким слоем выложить рыбу и смазать ее майонезом.



Затем выложить слоями лук, картофель, яичный белок и морковь, смазывая каждый слой майонезом.

«Хуторянка»



Продукты:

1 помидор среднего размера, 1 красный болгарский перец, 1–2 небольших красных яблока, 1/2 стакана пшеничной крупы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 долька чеснока, зелень петрушки и листья салата для украшения, соль.

Пшеничную крупу промыть под проточной водой, затем залить кипяченой водой и оставить на 1 час для набухания, после чего откинуть на решето. Помидор вымыть, удалить плодоножку, нарезать небольшими кубиками. У красного болгарского перца удалить семена и плодоножку и нарезать его небольшими кубиками. Одно красное яблоко очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать мелкими кубиками. Другое яблоко, не очищая от кожицы, нарезать тонкими дольками для украшения салата. Чеснок очистить и измельчить. Нарезанные овощи положить в глубокую емкость, добавить размоченную пшеничную крупу, перемешать. Полученную массу посолить по вкусу, сбрызнуть лимонным соком, заправить растительным маслом и перемешать. Дно сервировочного блюда выстлать предварительно вымытыми и обсушенными листьями салата. Затем выложить салат, украсить дольками яблока и веточками петрушки.



У болгарского перца удалить плодоножку и семена, мякоть нарезать мелкими кубиками.



Чеснок очистить и измельчить с помощью ножа или натереть на мелкой терке.



Яблоко очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать таким же способом, как и остальные овощи.



Подготовленные ингредиенты положить в глубокую емкость и добавить предварительно размоченную пшеничную крупу.

«Дыхание моря»



Продукты:

100 г консервированной в масле печени трески, 2 яйца, 50 г консервированного зеленого горошка, 1 клубень картофеля, зеленый лук, соль.

Картофель вымыть, отварить, охладить, очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками. Сваренное вкрутую яйцо очистить от скорлупы, мелко нарезать отдельно желток и белок. Часть измельченного белка оставить для украшения салата. Печень трески вынуть из банки, дать маслу стечь, нарезать мелкими кусочками. Зеленый лук перебрать, промыть, обсушить, нашинковать, предварительно удалив прикорневую часть. В глубокую емкость положить все подготовленные ингредиенты и перемешать. Полученную массу посолить, заправить маслом от консервированной печени трески и еще раз перемешать. Готовый салат выложить на сервировочное блюдо и украсить измельченным белком.

Совет хозяйке:

Для хранения неиспользованную консервированную рыбу нужно перекладывать в стеклянную или керамическую посуду.



Картофель отварить, охладить, очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками.



Предварительно отваренные и очищенные от скорлупы яйца измельчить.



Печень трески нарезать мелкими кусочками. Зеленый лук нашинковать, удалив прикорневую часть.



Положить подготовленные продукты в глубокую емкость, добавить зеленый горошек, затем все перемешать.

«Карибы»



Продукты:

100 г филе белуги, 1 плод манго, 30 г белого вина, 50 г очищенных грецких орехов, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка измельченного хрена, 1/2 моркови, зелень петрушки, сахар, соль.

Рыбу вымыть, опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой, добавив зелень петрушки и моркови. За несколько минут до готовности влить в кастрюлю белое вино и лимонный сок. Готовую рыбу вынуть из бульона, охладить и нарезать небольшими ломтиками. Манго очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить косточку, затем нарезать тонкими ломтиками. Для приготовления соуса в небольшую емкость положить майонез, добавить измельченный хрен, сахар, тщательно перемешать. Часть очищенных грецких орехов нарубить ножом и оставить для украшения, остальные измельчить, пропустив один-два раза через мясорубку, добавить в смесь майонеза и измельченного хрена и еще раз перемешать. На сервировочное плоское блюдо выложить веером слой ломтиков манго, сверху таким же образом разложить ломтики белуги, чтобы они размещались ближе к центру блюда. Полить салат приготовленным соусом и украсить нарубленными орехами.



Рыбу вымыть и сварить в подсоленной воде с добавлением моркови, петрушки и лимонного сока.



Манго очистить от кожицы, удалить косточку, мякоть разрезать пополам, затем нарезать ломтиками.



Отваренную рыбу вынуть из бульона, остудить и нарезать небольшими ломтиками.



В небольшую емкость положить майонез, добавить измельченный хрен, сахар, тщательно перемешать.



Очищенные грецкие орехи измельчить, затем добавить в смесь майонеза и хрена.



На сервировочное блюдо выложить ломтики манго и рыбы, полить соусом и украсить орехами.

«Белочка»



Продукты:

2 моркови среднего размера, 100 г грецких орехов, 2 ст. ложки меда, зелень петрушки для украшения.

Морковь вымыть, очистить от кожицы, часть нарезать тонкими брусочками для украшения салата. Оставшуюся морковь нарезать соломкой. Грецкие орехи очистить от скорлупы, слегка обжарить и измельчить с помощью ножа или терки. Нарезанную морковь положить в глубокую емкость, добавить мед, тщательно перемешать. В ту же емкость добавить орехи, оставив часть для украшения салата, и еще раз перемешать. Салат поставить в прохладное место для пропитывания медом. Перед подачей к столу готовый салат переложить в салатницу, украсить полосками моркови, веточками петрушки и посыпать измельченными орехами.

Совет хозяйке:

Недозрелые грецкие орехи содержат максимальное количество витамина С. Если их предварительно слегка обжарить, то они придадут блюду более тонкий аромат и вкус.



Морковь вымыть и очистить от кожицы. Грецкие орехи очистить от скорлупы и измельчить с помощью ножа.



Предварительно очищенную морковь нарезать недлинной соломкой или тонкими брусочками.



Подготовленную морковь положить в глубокую емкость, добавить мед и тщательно перемешать.



В емкость с морковью и медом добавить орехи, еще раз перемешать и поставить в прохладное место на 1 час.

Винегрет «Дальневосточный»



Продукты:

2 маринованных огурца среднего размера, 50 г консервированной морской капусты, 2 небольшие моркови, 1 небольшая свекла, 1 клубень картофеля среднего размера, 1 луковица, 3 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки для украшения, соль.

Маринованные огурцы нарезать небольшими кубиками. Картофель, морковь и свеклу вымыть, отварить до готовности в подсоленной воде на среднем огне, охладить и очистить от кожицы. Картофель и свеклу нарезать небольшими кубиками, морковь – полукружиями, все положить в глубокую емкость вместе с нарезанными огурцами. Луковицу очистить, подержать несколько минут в холодной воде для удаления горечи, затем нашинковать и добавить в емкость с остальными овощами. Из консервированной морской капусты отцедить рассол и выложить ее в емкость с другими компонентами. Смешать все ингредиенты винегрета, затем посолить по вкусу, заправить растительным маслом и еще раз тщательно перемешать. По желанию можно добавить мелко нарезанную зелень петрушки, а также консервированный зеленый горошек. Дать блюду настояться в прохладном месте в течение 1–2 часов. Готовый винегрет выложить на плоское сервировочное блюдо и украсить веточками петрушки.



Маринованные огурцы нарезать небольшими кубиками, положить в глубокую емкость.



Луковицу очистить, подержать в холодной воде для удаления горечи и нашинковать. Предварительно отваренную и очищенную морковь нарезать тонкими полукружиями.



Отваренный и очищенный картофель нарезать небольшими кубиками, добавить к остальным компонентам.



Подготовленную свеклу нарезать небольшими кубиками и положить в емкость с остальными овощами.



В емкость с подготовленными ингредиентами добавить морскую капусту и все перемешать.

«Дар лета»



Продукты:

1 свежий огурец, 1 помидор, 1 красный болгарский перец, 60 г сыра твердых сортов, 1 луковица, 1 ч. ложка уксусной эссенции, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, соль.

Свежий огурец вымыть, очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками. Помидор вымыть, удалить плодоножку, нарезать кубиками. У красного болгарского перца удалить плодоножку и семена и нарезать мелкими кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Для приготовления этого салата можно использовать соленую брынзу, уменьшив при этом количество соли.

Луковицу очистить, подержать несколько минут в холодной воде для уменьшения горечи, нашинковать. Зелень петрушки перебрать, вымыть, обсушить, отложить несколько веточек для украшения, остальные нарубить. Подготовленные овощи и зелень выложить во вместительную емкость, чтобы было удобнее их перемешивать. Для приготовления соуса в небольшую миску влить уксусную эссенцию и растительное масло, добавить соль, все тщательно перемешать. Приготовленным соусом заправить салат, все еще раз перемешать. Готовый салат выложить в салатницу, посыпать тертым сыром, украсить веточками петрушки и подать к столу.



Огурец очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками.



У помидора удалить плодоножку, нарезать его небольшими кубиками.



У болгарского перца удалить плодоножку и семена и нарезать его кубиками.



Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки нашинковать.



В небольшой миске смешать уксусную эссенцию, растительное масло и соль.



Салат заправить приготовленным соусом и тщательно перемешать.

«Волшебное зернышко»



Продукты:

100 г риса, 1 красный болгарский перец, 70 г зеленого горошка, 2 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка столового уксуса, зелень петрушки для украшения, 2 ч. ложки сахара, соль.

Красный болгарский перец вымыть, обсушить, удалить плодоножку и семена, нарезать соломкой и положить в глубокую емкость, оставив небольшое количество для украшения салата. Рис перебрать, промыть, опустить в кастрюлю с кипящей водой, перемешать, еще раз довести до кипения, уменьшить огонь и варить до готовности. После того как рис будет готов, отвар слить, рис промыть кипяченой водой и остудить. Отваренный рис добавить к нарезанному красному перцу, перемешать. Из консервированного зеленого горошка слить жидкость и добавить горошек в емкость с рисом и перцем. Для приготовления соуса в небольшую емкость налить растительное масло, добавить столовый уксус, сахар и соль, тщательно перемешать. Приготовленным соусом заправить салат, перемешать. Готовый салат выложить на сервировочное блюдо, украсить веточками петрушки и болгарским перцем. Сваренные вкрутую и очищенные яйца разрезать вдоль на две части и выложить на салат желтками вверх.



У красного болгарского перца удалить плодоножку и семена, нарезать соломкой.



Предварительно отваренный рис добавить к нарезанному красному перцу.



Для приготовления соуса в небольшой емкости смешать растительное масло, уксус, сахар и соль.



Добавить в емкость с рисом и перцем зеленый горошек, заправить приготовленным соусом, перемешать.

«Волжский берег»



Продукты:

150 г филе судака, 1 красное яблоко, 50 г очищенных грецких орехов, 2 ст. ложки майонеза, 50 г риса, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 пучок листового салата, соль.

Филе судака отварить в подсоленной воде, остудить. Яблоко вымыть, не очищая от кожицы, нарезать ломтиками, предварительно удалив сердцевину. Нарезанное яблоко положить в глубокую емкость и, чтобы оно не потемнело, сбрызнуть лимонным соком. Отваренное филе судака измельчить руками, положить в емкость с нарезанным яблоком. Очищенные грецкие орехи мелко нарезать, оставив несколько штук для украшения готового салата. Листья салата перебрать, промыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками, оставив несколько листьев для украшения. Рис перебрать, промыть холодной водой, опустить в кастрюлю с кипятком, помешать, довести до кипения, убавить огонь и варить до готовности.

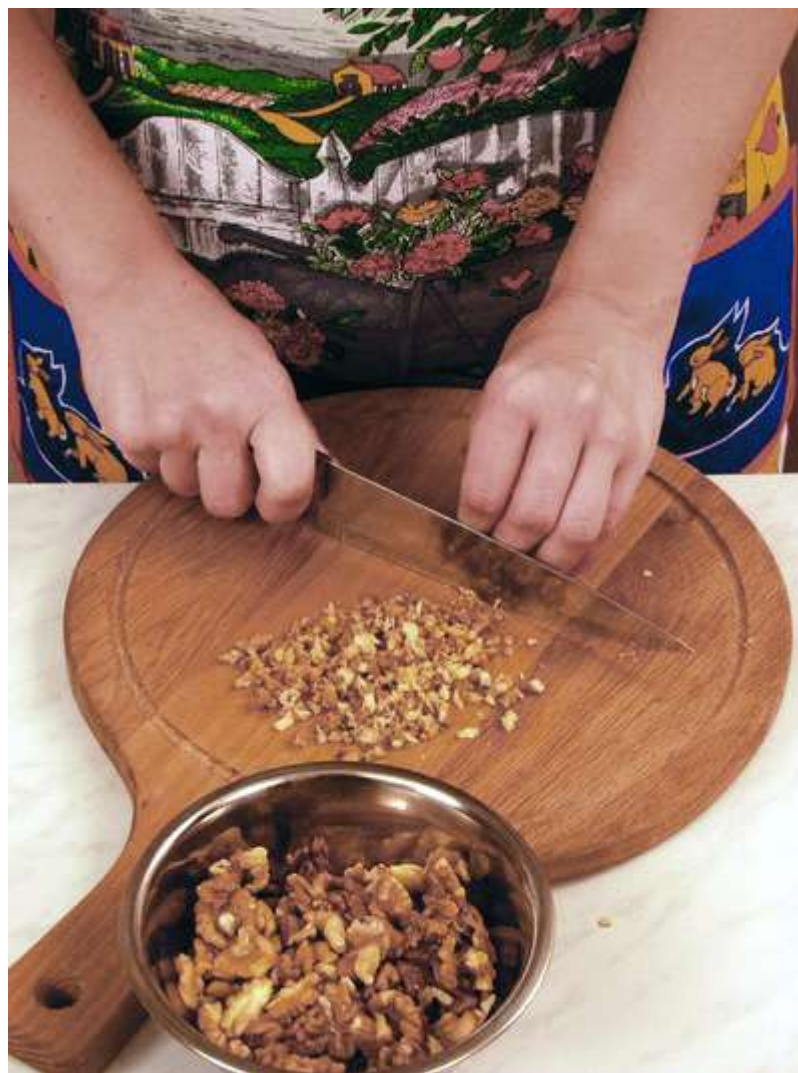
Затем слить отвар, рис промыть кипяченой водой, охладить и добавить к яблоку и рыбе. К содержимому емкости добавить измельченные грецкие орехи и нарезанные листья салата, посолить, заправить майонезом и все перемешать. Дно салатницы выстелить листьями салата, сверху выложить готовый салат и украсить его грецкими орехами.



Красное яблоко нарезать ломтиками, предварительно удалив сердцевину.



Отваренное филе судака остудить, затем измельчить руками.



Орехи измельчить, оставив несколько штук для украшения салата.



Смешать в глубокой емкости измельченную рыбу, ломтики яблока, рис и грецкие орехи.



Листья салата нарезать небольшими кусочками, оставив несколько штук для украшения.



Добавить к содержимому емкости листья салата, посолить, заправить майонезом и перемешать.

Салат из креветок



Продукты:

100 г очищенных креветок, 2 свежих огурца среднего размера, 2 яйца, 2 ст. ложки майонеза, зелень укропа, соль.

Огурцы вымыть, очистить от кожицы, разрезать пополам, затем из каждой половинки удалить сердцевину. Очищенные половинки огурцов нарезать тонкими полукольцами.

Зелень укропа промыть, обсушить и нашинковать, оставив несколько веточек для украшения готового салата. Креветки отварить в подсоленной воде, отвар слить. Нарезанные полукольцами огурцы и нашинкованную зелень положить в глубокую емкость, добавить отваренные и охлажденные креветки. Несколько наиболее крупных креветок и кусочков огурца оставить для украшения. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить от скорлупы, белки отделить от желтков, нарезать мелкими кусочками и положить в емкость с огурцами и укропом. Желтки натереть на терке, часть оставить для украшения, остальные положить в небольшую миску, добавить майонез и растереть для приготовления соуса. Содержимое глубокой емкости посолить, заправить приготовленным соусом, перемешать. Готовый салат выложить на сервировочное блюдо, в центр горкой положить креветки и украсить его веточками укропа, измельченными желтками и полукольцами огурца.



Огурцы очистить от кожицы, разрезать пополам и удалить сердцевину.



Очищенные половинки огурцов нарезать полукольцами.



Зелень укропа вымыть, обсушить, нашинковать и положить в глубокую емкость с нарезанными огурцами.



Белки сваренных вкрутую и очищенных яиц нарезать кусочками, желтки измельчить с помощью терки.

«Розовый бархат»



Продукты:

200 г филе речной рыбы, 1 клубень картофеля, 2 яйца, 2 свежих огурца, 2 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки томатного соуса, зеленый лук для украшения, соль.

Филе речной рыбы отварить в подсоленной воде, остудить и нарезать соломкой. Картофель вымыть, отварить, остудить, очистить от кожицы и нарезать тонкими брусочками. Свежие огурцы вымыть, очистить, разрезать вдоль на две части, удалить сердцевину и нарезать недлинной соломкой. Яйца отварить, остудить, очистить от скорлупы, разделить белки от желтков и нарезать соломкой. Желтки измельчить с помощью ножа или терки. Зеленый лук перебрать, промыть, обсушить, удалить прикорневую часть и нашинковать. Для приготовления соуса в небольшую емкость положить майонез, добавить томатный соус и соль, тщательно перемешать. На сервировочное блюдо выложить слой нарезанного картофеля и полить его приготовленным соусом. Сверху уложить огурцы, также полить соусом. Следующим слоем выложить нарезанные рыбу и яичные белки, сверху посыпать измельченными яичными желтками и полить соусом. Салат поставить в прохладное место на 1 час, чтобы он пропитался соусом. Перед подачей к столу украсить готовый салат нашинкованным зеленым луком.

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.