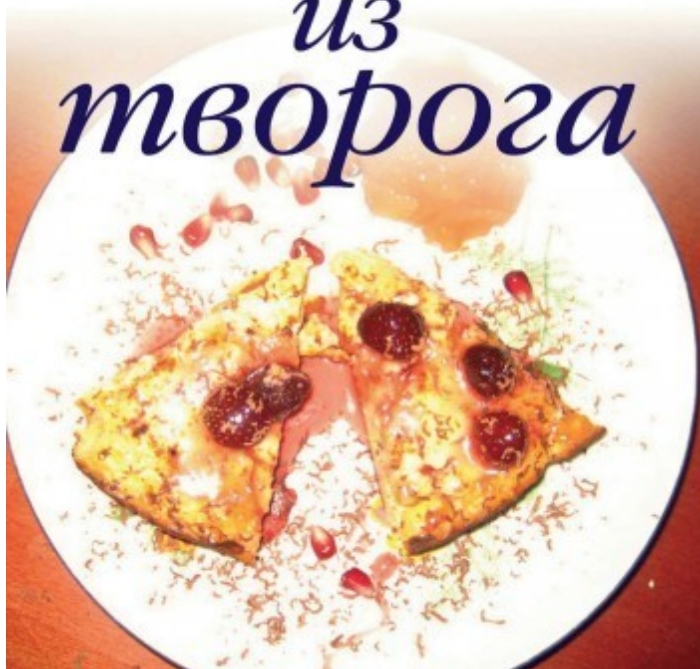




*вкусно и просто*

*лучшие  
рецепты  
блюд  
из  
творога*



**Елена Анатольевна Бойко**  
**Лучшие рецепты**  
**блюд из творога**  
**Серия «Вкусно и просто»**

*Текст предоставлен правообладателем.*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=295822](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=295822)*

*Лучшие рецепты блюд из творога: РИПОЛ классик; Москва; 2010*

*ISBN 978-5-386-00335-7*

**Аннотация**

В этом издании читатель найдет оригинальные рецепты приготовления различных соусов, салатов, закусок, вторых блюд и десертов из творога.

# Содержание

Соусы	4
Творожный соус из жирного творога	4
Творожный соус из обезжиренного творога	5
Творожный соус с томатной пастой	6
Творожный соус с зеленью	7
Острый творожный соус	8
Творожный соус с брусникой	9
Творожный соус с лесными ягодами	10
Салаты и закуски	11
Салат-коктейль из творога с ежевикой и дыней	11
Салат из творога с яблоками и клюквой	12
Салат «Браво»	13
Творожный салат со сливами	14
Салат «Смородинка»	15
Салат из творога с яблоками	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Лучшие рецепты блюд из творога**

## **Составитель Бойко Е. А.**

### **Соусы**

#### **Творожный соус из жирного творога**

*Ингредиенты:*

100 г жирного творога, 250 мл молока, 5 г тмина, сахар и соль по вкусу.

*Способ приготовления:*

Творог тщательно растереть деревянной ложкой, добавить сахар, тмин и соль, перемешать. Влить молоко, растереть до получения однородной сметанообразной массы.

# **Творожный соус из обезжиренного творога**

## *Ингредиенты:*

100 г обезжиренного творога, 100 мл растительного масла, сливок или сметаны, 2 г молотого черного перца, сахар и соль по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Творог тщательно растереть деревянной ложкой, добавить растительное масло, сливки или сметану, сахар, перец и соль, взбить до получения однородной массы.

# Творожный соус с томатной пастой

## *Ингредиенты:*

100 г жирного творога, 250 мл молока, 3 г горчицы, 5 г томатной пасты, сахар и соль по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Для приготовления творожного соуса творог тщательно растереть деревянной ложкой, добавить сахар, горчицу и соль, перемешать. Влить молоко, растереть до получения однородной сметанообразной массы.

В творожный соус положить томатную пасту, тщательно перемешать.

# Творожный соус с зеленью

## *Ингредиенты:*

200 г обезжиренного творога, 200 мл растительного масла, 20 г зелени петрушки, 20 г зелени укропа, 30 г зеленого лука, 20 г кресс-салата, сахар, перец и соль по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Творог тщательно растереть деревянной ложкой, добавить растительное масло, сахар, перец и соль, взбить до получения однородной массы.

Зелень петрушки, укропа, кресс-салат и зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарубить. Подготовленную зелень, тщательно растирая, смешать с творожным соусом.

# Острый творожный соус

## *Ингредиенты:*

100 г зернистого творога, 250 мл молока, 10 г корня хрена, 3 г горчицы, 5 мл лукового сока, сахар и соль по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Творог пропустить через мясорубку, добавить сахар, горчицу и соль, перемешать. Влить молоко, растереть до получения однородной сметанообразной массы.

Корень хрена очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. В творожный соус добавить хрен и луковый сок, взбить до образования однородной массы.



# Творожный соус с брусникой

## *Ингредиенты:*

100 г обезжиренного творога, 100 г сметаны, 50 г брусники, сахар по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Творог протереть через сито, добавить сметану и сахар, взбить до образования однородной массы.

Бруснику перебрать, вымыть, обсушить, размять, смешать с творожным соусом, взбить до сметанообразной консистенции.

# Творожный соус с лесными ягодами

## *Ингредиенты:*

100 г жирного творога, 250 мл молока, 50 г ежевики, 50 г малины, 50 г черники, 40 г сахара.

## *Способ приготовления:*

Творог тщательно растереть деревянной ложкой, добавить сахар, перемешать.

Ягоды ежевики, малины и черники перебрать, вымыть, обсушить и протереть через сито. Полученный сок смешать с творожным соусом и взбить до образования однородной массы.

# Салаты и закуски

## Салат-коктейль из творога с ежевикой и дыней

### *Ингредиенты:*

100 г обезжиренного творога, 300 г ежевики, 1 некрупная дыня, 1 лимон, 10 г сахарной пудры, корица на кончике ножа.

### *Способ приготовления:*

Ежевику перебрать, вымыть, обсушить. Дыню вымыть, срезать корку, удалить семена, мякоть нарезать мелкими кубиками. Лимон вымыть, половину нарезать ломтиками, из оставшейся выжать сок. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить творог, перемешать и выложить в креманки, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахарной пудрой и корицей.

При подаче к столу края креманки украсить ломтиками лимона.

# **Салат из творога с яблоками и клюквой**

## *Ингредиенты:*

200 г обезжиренного творога, 2 яблока, 50 г клюквы, 40 г жидкого меда, 2 г корицы.

## *Способ приготовления:*

Яблоки вымыть, аккуратно очистить от кожицы, удалить сердцевину, мякоть нарезать тонкой соломкой. Клюкву перебрать, вымыть и обсушить. Творог смешать с яблоками и клюквой, полить медом и посыпать корицей.

При подаче к столу украсить кожицей яблок, свернутой в виде розочек.

# Салат «Браво»

## *Ингредиенты:*

100 г обезжиренного творога, 2 яблока, 2 груши, 250 г слив, 50 г корня сельдерея, 100 г сыра, 250 г нежирной сметаны, 5 г горчицы, 15 мл лимонного сока, 3 г сахара, соль и перец по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Груши вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Сливы разрезать по бороздке, удалить косточки. Корень сельдерея очистить, вымыть, мелко нарезать. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить творог, тщательно перемешать.

Для приготовления соуса сметану взбить с горчицей, лимонным соком, сахаром, солью и перцем.

Салат полить соусом и посыпать сыром, натертым на крупной терке.

# Творожный салат со сливами

## *Ингредиенты:*

100 г обезжиренного творога, 300 г слив, 2 кислых яблока, 40 г красной смородины, 2 яичных желтка, 100 мл сливок, 5 г тертой лимонной цедры, 5 мл коньяка, 5 г сахара.

## *Способ приготовления:*

Сливы вымыть, разрезать по бороздке, удалить косточки, затем каждую половинку разрезать на 2 части. Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Красную смородину перебрать, ягоды снять с веточек, вымыть и обсушить. Подготовленные ингредиенты соединить с творогом, перемешать.

Для приготовления соуса желтки растереть с сахаром, добавить сливки и коньяк, тщательно взбить.

Салат полить соусом, украсить лимонной цедрой.

# Салат «Смородинка»

## *Ингредиенты:*

500 г красной или белой смородины, 50 г сухого творога, 60 г орехов кешью, 100 г сметаны, 40 г сахара.

## *Способ приготовления:*

Смородину перебрать, вымыть, обсушить, ягоды снять с веточек. Орехи кешью мелко нарубить. Смородину смешать с творогом и сахаром, заправить сметаной и посыпать орехами.

# Салат из творога с яблоками

## *Ингредиенты:*

70 г сухого творога, 3—4 крупных кислых яблока, 1 крупная морковь, 50 г зеленого лука, 100 мл растительного масла, 15 мл яблочного уксуса, 3 г сахара, 3 г соли, перец по вкусу.

## *Способ приготовления:*

Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Морковь очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Зеленый лук мелко нарубить. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить творог и тщательно перемешать.



# 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.