



# ПРАЗДНИЧНЫЕ САЛАТЫ И САЛАТИКИ



**Коллектив авторов**  
**Праздничные**  
**салаты и салатики**  
Серия «Готовим от души»

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=323592](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=323592)*

*Праздничные салаты и салатики: РИПОЛ классик; Москва; 2007*

*ISBN 978-5-7905-4733-1*

**Аннотация**

Салаты – гордость любой хозяйки, и к их приготовлению она подходит особенно тщательно, с выдумкой и импровизацией. И наградой за труд обычно бывает просьба гостей дать рецепт того или иного салата. В этой книге вы найдете сотни новых рецептов салатов, которыми сможете порадовать и удивить как знакомых, так и своих домочадцев.

# Содержание

Вступление	4
Несколько полезных советов	6
Мясные салаты	8
Салат «Дары природы»	8
Салат «Ярославна»	9
Салат «Бон вояж»	10
Овощной салат «Будь здоров»	11
Комбинированный салат по-болгарски	12
Салат «К ужину»	13
Салат «Цюрих»	14
Салат «Фантазия»	15
Салат «Влашский»	16
Салат «Датский»	17
Салат «Виват, король!»	18
Салат мясной	19
Салат мясной по-французски	20
Салат «Искушение»	22
Салат по-таджикски	23
Салат «Лукоморье»	24
Салат «Отрада»	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

# **Праздничные салаты и салатики**

## **Вступление**

Отличительной особенностью русской кухни является обилие и разнообразие закусок. Как на праздничном, так и на будничном столе свое постоянное место занимают всевозможные салаты. Они могут не только предварять обед, но также быть самостоятельным блюдом или подаваться в качестве гарнира.

Многообразие салатов позволяет готовить их во все времена года. Они ежедневно снабжают нас необходимыми витаминами, микроэлементами, минеральными солями и клетчаткой.

Отварные салаты готовят в основном из овощей и различных вкусовых добавок. Но для салата как главного блюда меню можно использовать всевозможные комбинации продуктов. К ним относятся следующие ингредиенты: рис, картофель, макаронные изделия, бобовые, овощи, фрукты, мясо, рыба и птица.

Используя различные составляющие в оригинальных сочетаниях и пропорциях, применяя разнообразные приправы и соусы, можно создать неповторимый вкус этого заме-

чательного блюда. Классические рецепты могут служить настоящим источником творческого вдохновения. На их основе любая хозяйка сможет создать свой кулинарный шедевр.

Готовьте с удовольствием, устраивайте праздничные обеды, радуйте себя и своих близких.

**Приятного вам аппетита!**

# Несколько полезных советов

# Листовой салат надо мыть под струей холодной воды, затем дать стечь воде и обсушить салат полотенцем.

# Чтобы сохранить витамины, которыми богаты салатные листья, нарежьте их непосредственно перед подачей на стол.

# Овощи необходимо тщательно мыть, лучше щеткой.

# Отваривать овощи лучше заранее, из теплых овощей салат получается невкусный и быстро портится.

# Каждый овощ варят отдельно, лучше в эмалированной посуде, обязательно под крышкой.

# Овощи отбирают одного размера, ровные и здоровые.

# Овощи для салата режут мелко, ломтики должны быть тонкими, почти прозрачными.

# Перемешивать салат нужно осторожно двумя ложками снизу вверх, чтобы не поломать ломтики.

# Если вы используете отварные продукты или ингредиенты с твердой консистенцией, оставьте их настаиваться в течение часа в салатном соусе. Картофель, макароны или сладкий перец приобретут за это время особый вкус и аромат.

# Салатную заправку можно приготовить самим. Основу такой заправки составляет растительное масло. Лучше всего – оливковое, имеющее удивительно многогранный вкус, что позволяет использовать его почти для всех салатов.

# Для тех, кто предпочитает легкое диетическое питание,

советуем вместо майонеза использовать сметану с 1 ч. л. горчицы.

# В заправки для фруктовых салатов можно добавить немного ванильного сахара.

# Мясные салаты

## Салат «Дары природы»

### Требуется:

*500 г картофеля, 200 г ветчины, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г соленых огурцов, 2 яйца, 50 г моркови, 150 г майонеза, по 25 г зеленого салата, зелени петрушки или укропа, соль, молотый черный перец.*

### Способ приготовления.

Картофель и морковь, очищенные, отваренные и охлажденные, яйца, сваренные вкрутую, огурцы, ветчину нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, майонез, посолить и перемешать. Выложить в салатницу, украсить листьями зеленого салата, ломтиками ветчины, кружочками огурца и яйца, посыпать зеленью.



# Салат «Ярославна»

## **Требуется:**

*150 г ветчины, по 100 г огурцов, помидоров, яблок, белокочанной капусты и картофеля, 150 г майонеза, 40 г клюквы, зелень петрушки.*

## **Способ приготовления.**

Яблоки очистить от кожицы, удалить семенную коробочку. Картофель отварить в мундире, очистить. Ветчину, картофель, яблоки, свежие огурцы, капусту нашинковать соломкой. Помидоры нарезать кружочками. Все продукты уложить слоями в стеклянную салатницу, полить майонезом, украсить огурцами, помидорами, яблоками, зеленью, клюквой.

# Салат «Бон вояж»

## Требуется:

*150 г ветчины, 150 г соленых грибов, 80 г картофеля, 80 г свежих огурцов, 60 г растительного масла, 60 г консервированной кукурузы, 1 луковица, 20 г зеленого салата, 1 яйцо, зелень, соль, перец.*

## Способ приготовления.

Отварной картофель, огурцы, репчатый лук, ветчину и яйцо нарезать ломтиками. Огурцы перемешать с солью и выдержать 1 час. Кукурузу отцедить. Грибы перебрать, крупные нарезать. Все продукты (кроме грибов) заправить растительным маслом и перцем и выложить в салатник. Мелкие грибы воткнуть в салат, резаные разложить горками. Украсить блюдо листьями салата и зеленью.

# Овощной салат «Будь здоров»

## Требуется:

*150 г ветчины, по 100 г свежих огурцов, помидоров, редиса, сладкого перца, кресс-салата и салатной заправки, 40 г репчатого лука, 40 г маслин, тмин.*

## Способ приготовления.

Красный и зеленый перец, сладкий салатный лук, редис, помидоры и огурцы нарезать кружочками, ветчину – брусочками. Маслины очистить от косточек. Подготовленные продукты перемешать и выложить в стеклянный или хрустальный салатник. Заправку смешать с тмином и подать отдельно.

# Комбинированный салат по-болгарски

## Требуется:

*1 кг картофеля, 500 г моркови, 1 банка консервированного горошка, 7–8 соленых огурчиков, 200 г ветчины, колбасы или жареного мяса, 3 яйца, 450 г растительного масла, 2 лимона (или разведенная лимонная кислота), 1 ст. л. горчицы, черный перец, соль, маслины.*

## Способ приготовления.

Очищенный картофель нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде, после чего выложить в дуршлаг. Затем картофель смешать с отцеженным горошком и отварной морковью, солеными огурчиками, ветчиной или колбасой, нарезав все кубиками. Смесь выдержать в холодном месте. Приготовить майонез из яичных желтков и растительного масла и разделить его на две части. Одну часть заправить горчицей, черным перцем и лимонным соком по вкусу, развести картофельным отваром и осторожно прибавить к нарезанным овощам. Салат распределить на порции, украсить каждую порцию подкисленным и посоленным по вкусу майонезом (другой частью), маслинами без косточек, кружочками лимона и веточками петрушки.

# Салат «К ужину»

## **Требуется:**

*1 крупный кочан свежего зеленого салата, 200 г сыра, 150 г ветчины (или копченой грудинки), 4–5 помидоров, 1 небольшой свежий огурец, 1 головка репчатого лука, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. л. уксуса, ½ ч. л. горчицы, соль и петрушка.*

## **Способ приготовления.**

Листья зеленого салата нарезать тонкими полосками, а остальные продукты кубиками. Хорошо размешать и заправить приготовленной предварительно заправкой из растительного масла, горчицы, уксуса с добавлением соли. Смесь снова размешать и распределить на порции; каждую порцию посыпать мелко нарезанной петрушкой.

# Салат «Цюрих»

## **Требуется:**

*100 г ветчины, 150 г риса, 100 г помидоров, 60 г сыра, 60 г майонеза, 30 г маслин, 30 г зеленого салата, 2 яйца, зелень, горчица.*

## **Способ приготовления.**

Рис отварить и охладить. Ветчину и сыр нарезать соломкой, помидоры – кубиками. Все компоненты перемешать, добавив  $\frac{2}{3}$  части майонеза или горчицу, выложить горкой в салатник на листья салата, полить оставшимся майонезом и украсить маслинами, яйцом и зеленью.

# Салат «Фантазия»

## **Требуется:**

*50 г вареной колбасы, 50 г ветчины, 600 г картофеля, 1 луковица, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 маринованных огурца, растительное масло, 1 ст. ложка майонеза, разбавленного соком лимона, соль, черный молотый перец.*

## **Способ приготовления.**

Отварить картофель в кожуре, остудить, очистить, нарезать кубиками. Добавить ветчину, колбасу, лук, нарезанные тонкими ломтиками, крупно нарезанные яйца с огурцами. Заправить небольшим количеством растительного масла, солью, перцем. Все выложить в салатник, добавить майонез, тщательно перемешать, поставить на 1 час в холодильник.

# Салат «Влашский»

## **Требуется:**

*100 г ветчины, 130 г мяса, 30 г яблок, 50 г картофеля, 40 г огурцов, 20 г зеленого горошка, 1 яйцо, 50 г майонеза, зелень, перец, соль.*

## **Способ приготовления.**

Ветчину, вырезку, отварной картофель, яблоки, соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, нашинковать соломкой, заправить майонезом, выложить в салатницу, украсить вареным яйцом, зеленым горошком, огурцом и зеленью петрушки.



# Салат «Датский»

## Требуется:

*200 г макарон, 1 небольшой кочан цветной капусты, 1 маленький корень сельдерея, 2 средние моркови, 200 г ветчины или копченой колбасы, 2 ст. ложки уксуса или разведенной лимонной кислоты, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка горчицы, 3 ст. ложки майонеза.*

## Способ приготовления.

Макароны разломать на небольшие кусочки и сварить в подсоленной воде. Подготовленную цветную капусту разделить на кочешки. Морковь и сельдерей нарезать тонкой соломкой. Все эти овощи сварить в слегка подсоленной воде (но не переваривать!), откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Охлажденные овощи и макароны, нарезанную ветчину или колбасу сложить в миску и осторожно перемешать, чтобы не размять кочешки капусты. Взбить вилкой в отдельной посуде уксус, растительное масло и горчицу. Заправить салат этой смесью и майонезом.

# Салат «Виват, король!»

## Требуется:

*½ стакана отварного риса, 100 г зеленого горошка, 50 г ветчины, зелень петрушки, майонез, соль, черный молотый перец.*

*Для украшения: листья зеленого салата, помидоры.*

## Способ приготовления.

Тщательно перемешать рис с отварным зеленым горошком, мелко нарезанной ветчиной, заправить солью, перцем, мелко нарезанной зеленью петрушки, майонезом. Украсить листьями салата и кружочками помидоров.

# Салат мясной

## **Требуется:**

*300 г отварной говядины, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, соль, черный молотый перец.*

*Для соуса: горчица, кусочки анчоусов, очищенные от костей.*

*Для украшения: сваренные вкрутую яйца, маринованные огурцы.*

## **Способ приготовления.**

Мясо нарезать очень тонкими ломтиками. Приготовить маринад из растительного масла, уксуса, соли, перца, опустить в него мясо на 2 часа, процедить. Выложить мясо на блюдо, украсить ломтиками яиц и огурцов. Соус подать отдельно.

# Салат мясной по-французски

## Требуется:

250 г вареного мяса, 400 г картофеля, сваренного в мундире, 400 г свежих помидоров, 1 сваренное вкрутую яйцо.

*Для заправки:* 2 желтка из сваренных вкрутую яиц,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки сухой горчицы,  $\frac{3}{4}$  ч. ложки соли,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки молотого черного перца, 2 ч. ложки мелко рубленного репчатого лука, 2 ч. ложки мелко нарезанной зелени укропа, 2 ч. ложки мелко нарезанных каперсов,  $\frac{1}{2}$  стакана уксуса (или разведенной лимонной кислоты),  $\frac{3}{4}$  стакана растительного масла.

## Способ приготовления.

Картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать вареное мясо и помидоры. В салатник положить ровным слоем помидоры, посолить и поперчить их. Сверху положить слой мяса, на него – слой картофеля, также поперчить и посолить. Полить заправкой и украсить яйцом, разрезанным на 4 части.

## *Приготовление заправки.*

Яичные желтки протереть через сито, смешать с сухой горчицей, солью, перцем, луком, зеленью укропа и каперсами (маринованными или солеными бутонами настурции). Залить смесью уксуса и растительного масла, хорошо взби-

той в отдельной посуде. Перемешать.

# Салат «Искушение»

## Требуется:

*200 г любого вареного мяса или вареной колбасы (ветчины), 200 г вареного картофеля, 200 г соленых огурцов, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г консервированного зеленого горошка, ½–1 банка майонеза. По желанию – 100 г мелко нарезанного зеленого лука, по 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа и петрушки.*

## Способ приготовления.

Охлажденное отварное мясо нарезать поперек волокон на мелкие кубики или ломтики, картофель вареный и соленые огурцы также нарезать кубиками или ломтиками, добавить мелко рубленые яйца, зеленый горошек, майонез, если нужно, соль, все перемешать. Выложить в салатник и посыпать зеленью. При желании можно добавить мелко нарезанный зеленый лук, растолченный с рубленой зеленью укропа и петрушки.

# Салат по-таджикски

## Требуется:

*200 г баранины, 150 г редьки или редиса, 40 г репчатого лука, 40 г сыра, 20 г моркови, 5 долек чеснока, 100 г майонеза, 1 яйцо, маринованный перец или помидоры, зелень, соль.*

## Способ приготовления.

Холодную отварную баранину нарезать соломкой. Сыр, редьку или редис натереть на терке, добавить мелко рубленые чеснок, обжаренный репчатый лук, перемешать все компоненты, посолить и заправить частью майонеза. Выложить горкой в салатницу и полить оставшимся майонезом. Сверху украсить яйцом, вареной морковью, маринованным перцем или свежими помидорами, зеленью.

# Салат «Лукоморье»

## **Требуется:**

*300 г говядины, 100 г белокочанной капусты, 200 г вареного картофеля, 200 г яблок, 3 яйца, 200 г майонеза, соль.*

## **Способ приготовления.**

Капусту нашинковать тонкой соломкой, посолить, прогреть при непрерывном помешивании, охладить. Вареное мясо нарезать соломкой, картофель – кубиками. Подготовленные продукты соединить, добавить нарезанные кубиками свежие яблоки, рубленые яйца, соль, майонез и перемешать. Оформить зеленью.



# **Салат «Отрада»**

# 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.