



# 200

## лучших рецептов русской кухни



**Дарья Костина**  
**200 лучших рецептов**  
**русской кухни**  
**Серия «Быстро, вкусно, просто»**

*Текст предоставлен правообладателем.*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=5728196](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5728196)*

*200 лучших рецептов русской кухни/Авт.-сост. Д. Костина.: Астрель;*

*Москва; 2010*

*ISBN 978-5-17-064228-1*

### **Аннотация**

Многие поколения наших предков бережно собирали, совершенствовали и донесли до нас поистине национальное богатство – самобытные рецепты русской кухни. Лишь небольшая часть из них предлагается вам.

# Содержание

«Что есть в печи – все на стол мечи!»	4
Первые блюда	6
Бульон из курицы	6
Бульон из телятины	7
Суп из рубцов	8
Кислые щи	9
Щи из маринованного щавеля	10
Борщ со свежими грибами	11
Борщ с белокочанной капустой	12
Борщ с квашеной капустой	14
Щи из квашеной капусты	15
Щи из свежей капусты	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **200 лучших рецептов русской кухни Составитель Костина Дарья**

**«Что есть в печи –  
все на стол мечи!»**

Хлебосольство русского человека ярко выражено в этой общеизвестной пословице. Конечно, русский крестьянский стол не отличался разнообразием блюд, однако все они были сытными и вкусными. Когда же дело доходило до праздничных застолий, то русскому гостеприимству практически не было предела.

Русская кухня давно пользуется широкой известностью во всем мире и отличается особо богатым выбором всевозможных супов, а щи, борщ, рассольник, солянка, уха, окрошка, ботвинья являются исконно русскими блюдами. Супы готовят на мясном, костном, рыбном, грибном бульонах, на овощных и фруктово-ягодных отварах, на молоке и хлебном квасе.

Большое место в меню занимают и разнообразные каши-

цы и каши, считавшиеся первоначально обрядовой, торжественной пищей. Вся эта хлебная, мучная пища разнообразилась чаще всего рыбой, грибами, лесными ягодами, овощами, молоком.

Даже при поверхностном знакомстве с весьма разнообразными и удивительно рациональными русскими кушаньями любая хозяйка сможет легко подобрать блюда для любого случая в будни и праздники.

Уже сами исходные продукты традиционной русской кухни настолько хороши, что им практически требуется самый минимум приправ, а в ряде случаев лучше вообще обойтись без них.

Запеченные в печи (духовке) гусь, утка, индейка, тушеные в сметане и жареные грибы, караси, карпы, речной окунь, лососевые и осетровые, просто обжаренные с растительным маслом, томленный горох, гречневая каша – список таких кушаний можно продолжать бесконечно, только выбирай. Многие поколения наших предков бережно собирали, совершенствовали и донесли до нас поистине национальное богатство – самобытные рецепты русской кухни. Лишь небольшая часть из них предлагается вам.

# Первые блюда

## Бульон из курицы

*1 курица, 300 г белых корней, 400 г телячьих костей, пучок зелени.*

Взять очищенную и выпотрошенную курицу весом 1,2–1,3 кг, срезать с нее филе, которое употребить на куриные котлеты, а бульон сварить из одних костей, лапок, крылышек, белых корней, пучка зелени, можно прибавить к ним телячьи или говяжьи голяшки.

К бульону подать пирожки.

## Бульон из телятины

● 400 г говядины, 300 г основных корней, 800 г костей (от жареной телятины), 2–3 зерна душистого перца, 1/2 лаврового листа, немного мускатного цвета, 1 бутон гвоздики, 4 г кардамона.

Вскипятить 3 раза бульон из 400 г говядины. Снять накипь, процедить. Положить 300 г основных неподжаренных корней, 800 г оставшихся от жареной телятины костей, разрубив их предварительно вдоль и поперек, слегка присолить и варить. Прозрачный мясной бульон приобретает особенно приятный вкус, если при варке в него положить кусочек сухого сыра.

Этот бульон подают: с клецками, вермишелью или домашней лапшой, рисом, перловой крупой.

## Суп из рубцов

● *1/4 говяжьего рубца, 400 г говядины, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1/2 корня сельдерея, 2–3 луковицы, 1/2 шт. лука-порея, 6 картофелин, 1/2 стакана муки, зелень, перец.*

Очистить и сварить четверть говяжьего рубца. Когда рубец станет мягким, вынуть его, очистить от ниток, нарезать кусками или полосками. Белый бульон из 400 г говядины процедить, опустить в него нарезанный рубец, немного корней (по желанию – картофель), сварить, заправить мукой, вскипятить. Всыпать в миску зелень, черный перец, налить в нее суп, подавать.



## Кислые щи

● 1,25 кг говядины, 2–3 гриба, 1 столовая ложка муки, 1 луковица, 5–10 зерен душистого перца, 1–2 лавровых листа, 3 стакана кислой капусты, 1 столовая ложка масла, 1 стакан сметаны.

Сварить белый бульон без соли из одной говядины, процедить 600 г кислой шинкованной капусты, отжать ее. Сок приберечь. Затем капусту обдать кипятком, откинуть на решето. Распустить 1/2 ложки масла, положить мелко нашинкованную луковицу и изрубленную капусту, поджарить, постоянно мешая. Ложку поджаренной муки развести до гладкости стаканом отвара из 2–3 сушеных грибов, влить смесь в капусту, залить процеженным бульоном, кипятить в течение часа на легком огне. Если щи окажутся некислыми, подлить немного капустного сока и 1 1/2 стакана сметаны, вскипятить. Подать с разварной говядиной.

Вкусные щи можно приготовить даже из очень кислой капусты, для этого часть ее заменяют свежей. Тушат только квашеную капусту, а свежую кладут в кипящий бульон.

## **Щи из маринованного щавеля**

● *1–1,2 кг говядины, 2 луковицы, 1/2 стакана маринованного щавеля, 1–2 стакана сметаны, 3–4 сушеных гриба.*

Сварить бульон из говядины, двух печеных луковиц и грибов, процедить, положить 1/2 стакана маринованного щавеля, сметану, но лучше сливки, размешанные с двумя ложками муки, вскипятить, всыпать укроп и зеленую петрушку.

# Борщ со свежими грибами

● 1,5 кг говядины, коренья, 300 г свежих грибов, 6–9 картофелин, горсть нарезанного зеленого лука, 1–2 столовые ложки масла, 1 столовая ложка муки, 1 стакан сметаны или сливок, 1–2 луковицы, зелень, черный перец.

Сварить бульон из говядины и кореньев, процедить. За час до обеда взять полную тарелку очищенных свежих грибов: белых, маслят, рыжиков или груздей, но только не волнушек. Обдать их кипятком, поджарить в масле с луком, обсыпать ложкой муки, залить бульоном, положить 6–9 картофелин, сварить, положить горсть мелко нарезанного зеленого лука, посолить, добавить сметану или сливки, прокипятить, вылить в миску.

подавая, всыпать зелень и черный перец.

# Борщ с белокочанной капустой

● 500 г мяса говядины, 500 г белокочанной капусты, 400 г картофеля, 150 г моркови, 100 г свеклы, 20 г корня пастернака, по 10 г зелени укропа и перца сладкого, 20 г лука репчатого, 15 г томата-пюре, 10 г масла сливочного, сметана диетическая 10 %-ная, 1–2 лавровых листа, соль, хмели-сунели, черный горький перец по вкусу.

Приготовить бульон. Сваренное мясо нарезать порциями, а бульон процедить. Очищенную и промытую свеклу нашинковать соломкой, репчатый лук очистить и нашинковать полукольцами, морковь дольками, болгарский перец брусочками, корень пастернака (сельдерея или петрушки) мелко нарубить. Зелень лука-порея, петрушки и укропа измельчить.

В кастрюлю налить по 350 мл бульона на каждую порцию в том случае, если борщ готовите с томатом, а если из свежих помидоров, то по 400 мл бульона (воды, кваса). Вложить свежие помидоры, закрыть крышкой и поставить на огонь.

Затем взять полуторалитровую алюминиевую кастрюлю, по дну которой разбросать кусочки сливочного масла. Сверху разложить репчатый лук, свеклу, крупно нарезанный картофель, болгарский перец, пастернак, зеленый лук, петрушку и укроп. Сверху слегка присолить, немного посыпать перцем, добавить лавровый лист, закрыть плотно крышкой и поставить на сильный огонь. За это время открыть свежий то-

мат (если варились помидоры, то отжать их на дуршлаг) и нарезать кубиками белокочанную капусту. На 8-й минуте пассерования овощи полить горячим бульоном и высыпать в кастрюлю. Приготовленную капусту и разведенный бульоном томат (сок, пасту или пюре) добавить в борщ. С момента его закипания капусту варить не более 3–5 минут.

# Борщ с квашеной капустой

● 500 г говядины, 500 г капусты квашеной, 400 г картофеля, 200 г моркови, 150 г свеклы, 50 г корня пастернака, зелень петрушки и укропа, лук репчатый, растительное масло для пассерования, 60 г консервированного зеленого горошка, 50 г фасоли, сметана, томат-пюре, соль, лавровый лист, 6–8 горошин горького и душистого перца.

В трехлитровую кастрюлю (на 4 порции) налить готовый бульон или воду по 350 мл на порцию. Закрыть крышкой и поставить на огонь. Затем приготовить пассеровку из овощей по рецепту и по способу, указанному выше (если у хозяйки имеются квашеные овощи, то их надо подготовить вместе с консервированным зеленым горошком и фасолью в стручках и опустить в бульон за 2 минуты до введения пассерующихся овощей). На 8-й минуте пассерования овощей добавить в них разливную ложку бульона и вылить в кастрюлю, добавить капусту и томат. С момента закипания варить борщ еще 3–5 мин.

К этому блюду можно подать гренки из гречневой каши.

*Приготовление гренков.* Сварить густую вязкую гречневую кашу, выложить на смоченный холодной водой противень слоем в 1,5–2 см и охладить. Нарезать на небольшие ломтики в форме квадратов, загарнировать и поджарить на масле до золотистого цвета.

## Щи из квашеной капусты

● 100 г капусты квашеной, 20 г моркови, корень петрушки, 20 г лука репчатого, 20 г томата-пасты, 10 г жира свиного, 10 г сметаны, соль, специи, зелень.

Эти щи можно готовить с говядиной, бараниной, свиной, а также с осетриной, треской, тюлькой, салакой.

Капусту перебрать, очень кислую промыть холодной водой, сок отжать. Крупные кусочки измельчить. Подготовленную капусту стушить в бульоне или воде с добавлением жира, периодически помешивая. Коренья и лук спассеровать с добавлением томата. В кипящий бульон положить капусту, прокипятить в течение 15–20 минут. По желанию можно заправить чесноком, растертым с солью (1 зубок на порцию). Перед подачей к столу заправить сметаной и мелко нарезанной зеленью.

## Щи из свежей капусты

● 160 г капусты свежей, 15 г репы, 20 г моркови, корень петрушки, 20 г лука репчатого, 40 г помидоров или 10 г томата-пасты, специи, 10 г сметаны, зелень, соль.

Эти щи лучше готовить мясными (с говядиной, свининой и т. п.). Капусту нарезать шашками или лапшой, репу – дольками. Коренья и лук нарезать брусочками, спассеровать, а затем добавить помидоры или томат и продолжить обжаривание. В кипящий бульон положить капусту и репу. Доведя до кипения, добавить пассерованные коренья, соль. За 5–10 минут до окончания варки ввести специи, по желанию – мучную пассеровку (5 г муки на порцию). Перед подачей к столу в тарелку положить сметану и зелень.



# 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.