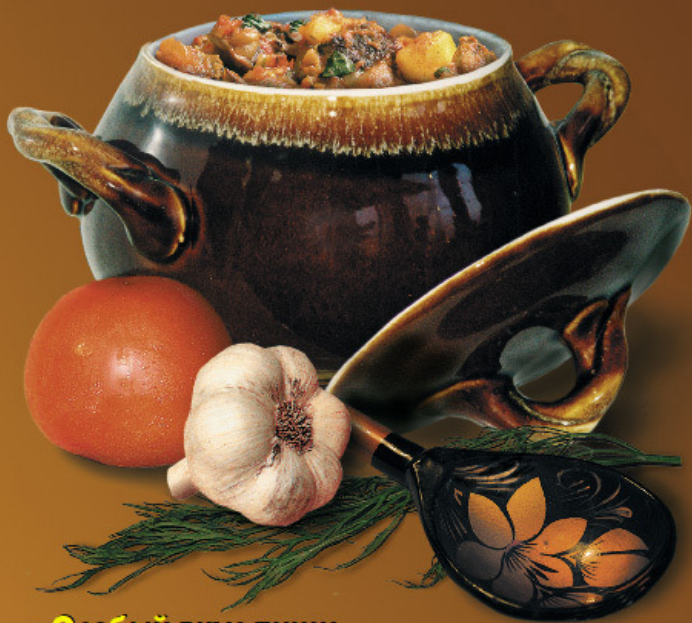


ГОТОВИМ В ГОРШОЧКАХ



- Особый вкус пищи, приготовленной в горшочках
- Различные способы приготовления блюд
- Кулинарные рецепты

Коллектив авторов
Л. А. Калугина
Р. Н. Кожемякин
Готовим в горшочках
Серия «Домашняя
библиотека (Аделант)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8373705

*Готовим в горшочках / Автор-составитель Калугина Л.А. при участии
Кожемякина Р.Н.: Аделант; Москва; 2009
ISBN 978-5-93642-199-0*

Аннотация

Глиняный горшок – самая древняя кухонная посуда. Поэтому, несмотря на огромный арсенал современной посуды, в обществе снова возник интерес к глиняным горшочкам, т. е. интерес к более естественному способу приготовления пищи. Процесс приготовления пищи в горшочках приобретает щадящий режим. Стенки глиняного горшочка, медленно и равномерно прогреваясь, создают мягкие условия тепловой обработки – томление, при котором в наиболее полном объеме сохраняются естественные питательные вещества и витамины, образуются новые вкусовые и ароматические вещества. Процесс

приготовления пищи в порционных горшочках имеет и еще одно немаловажное преимущество – сохраняется энергетическая структура блюда, создавшаяся в результате приготовления, что также крайне важно для организма человека.

Содержание

Введение	6
Раздел 1	10
Суп мясной	15
Суп грибной с крольчатинной	17
Суп гороховый	18
Суп гороховый с фасолью вегетарианский	20
Суп с зеленой фасолью	21
Суп-пюре гороховый на грибном бульоне	23
Суп чечевичный	25
Суп с бараниной	26
Бозбаш	27
Суп-харчо в горшочках	28
Суп-харчо куриный	29
Шурпа	31
Суп с молодой телятиной	32
Кулеш	33
Кулеш грибной	34
Суп прибалтийский	35
Суп с гречневой крупой	36
Суп кукурузный	38
Суп куриный с вермишелью	39
Суп с куриными фрикадельками	41
Суп куриный с рыбой и грибами	42

Суп куриный с шампиньонами	43
Бульон куриный с овощами	44
Суп утиный	45
Суп рисовый с индейкой	46
Суп из рубца	48
Суп с клецками из легкого	50
Суп из кишок	51
Суп картофельный с потрохами	52
Суп картофельный с печенью	53
Суп картофельный с копченой свининой	54
Суп с лисичками	55
Суп с лисичками и кабачками	56
Похлебка с шампиньонами	57
Суп из опят	58
Суп перловый с грибами	59
Суп с груздями	60
Суп овощной сборный	61
Суп из тертого картофеля с ветчиной	63
Суп со щавелем	64
Конец ознакомительного фрагмента.	65

Готовим в горшочках

Автор-составитель

Калугина Л.А. при

участии Кожемякина Р.Н

Введение

Глиняный горшок – самая древняя кухонная посуда. Поэтому, несмотря на огромный арсенал современной посуды, в обществе снова возник интерес к глиняным горшочкам, т. е. интерес к более естественному способу приготовления пищи.

Процесс приготовления пищи в горшочках приобретает щадящий режим. Стенки глиняного горшочка, медленно и равномерно прогреваясь, создают мягкие условия тепловой обработки – томление, при котором в наиболее полном объеме сохраняются естественные питательные вещества и витамины, образуются новые вкусовые и ароматические вещества. Процесс приготовления пищи в порционных горшочках имеет и еще одно немаловажное преимущество – сохраняется энергетическая структура блюда, создавшаяся в результате приготовления, что также крайне важно для орга-

низма человека.

Горшочки бывают разных размеров – на одну или две порции и большие – на несколько порций. Необходимо помнить, что горшочки очень хрупкие и не выносят большого перепада температур, их нельзя ставить горячими на холодную поверхность и холодными – в горячую печь.

Глиняные горшочки подходят для приготовления только в духовке или в печи, их нельзя ставить на открытый огонь или электроконфорку – могут лопнуть. Горшочки с пищей помещают в холодную печь и затем постепенно нагревают. В горячую печь можно ставить только в том случае, если содержимое горшочков тоже горячее. Перед использованием новые горшочки необходимо закалить. Для этого их до краев наполняют холодной водой и выдерживают не менее 1 часа, затем помещают в печь или духовку и нагревают до закипания воды, дают воде прокипеть 5 минут, вынимают из печи и оставляют до полного охлаждения. Если ваши горшочки не покрыты глазурью, то эту процедуру нужно выполнять перед каждым приготовлением. В противном случае многочисленные поры горшочка будут значительно поглощать жидкость блюд и нарушать технологию приготовления.

Сейчас в продаже появились огнеупорные керамические горшочки, они тоже довольно хрупкие, но их можно использовать и в микроволновой печи, только предварительно проверить, как поведет себя пустой горшочек при максимальной мощности микроволновой печи. Если он не будет да-

вать искрений и не лопнет после нагревания в ней – значит, можно использовать. Однако, сочетание глиняного горшочка и микроволновой печи – это взаимно исключаящие вещи, т. к. сам процесс нагревания в них совершенно противоположен. Если глиняные горшочки сохраняют природную энергетическую структуру пищи, то микроволновая печь, наоборот – разрушает, создает деструктуризацию пищи. Поэтому их взаимное сочетание весьма нецелесообразно.

В горшочках можно готовить мясные, рыбные, овощные и грибные блюда, супы и каши.

Особенно хорошо получаются национальные русские блюда – щи, рассыпчатые воздушные каши, солянки, грибы – рецептура которых изначально сформировалась на приготовлении именно в глиняных горшках. Проявив небольшую изобретательность – вместо глиняной крышки сделать хлебную – и на обед можно получить не только свежие щи «с пылу с жару», но и свежий хлеб.

Для приготовления хлебной крышки подойдут как пресное, так и дрожжевое тесто. Замесив и раскатав тесто, вырезают лепешку, накрывают ею горлышко горшка, а края теста загибают вниз и закрепляют на горлышке. Сверху тесто смазывают растительным маслом. Такую крышку нужно делать не ранее, чем за 30 минут до окончания приготовления основного блюда. Получается необычно и очень красиво, а испеченный хлеб приобретает своеобразный аромат.

Уход за горшочками несложен, они легко моются мягки-

ми моющими средствами для посуды, а подгоревшая пища удаляется с помощью нагревания в духовке горшочка с водой, слегка подкисленной уксусом.

Раздел 1

Бульоны и супы

Супы занимают традиционно важное место в питании человека. Готовят супы на различных бульонах: мясных, костных и мясокостных, рыбных, грибных или на отварах: овощных, крупяных, фруктовых, а также на молоке, кефире, простокваше и квасе. Бульоны мясные, костные и мясокостные, а также рыбные и грибные содержат белковые экстрактивные вещества, повышающие отделение пищеварительных соков и улучшающие аппетит и пищеварение. Причем, самые наваристые бульоны с большим содержанием экстрактивных веществ получаются из мяса и костей взрослых животных. Для этих целей хорошо подходят мясо и кости грудинки, покромки, а также лопаточная и подлопаточная часть.

Для приготовления бульона из птицы используют целые тушки или их субпродукты.

Наиболее вкусные рыбные бульоны получаются из рыб осетровых пород, судака, морского окуня, хека, зубатки, путассу. Перед варкой рыбного бульона из голов удаляют жабры и глаза. Крупные головы осетровых разрубают на части, отделяют плавники, обдают кипятком, затем промывают холодной водой и варят, положив куски головы и плавники в холодную воду. Примерно через час после начала варки го-

ловы вынимают, отделяют мякоть, а хрящи продолжают варить еще некоторое время.

Грибной бульон варят из свежих или сушеных грибов. Свежие грибы перебирают, тщательно промывают, пластинчатые грибы еще и замачивают на 30–40 минут, затем снова промывают, заливают холодной водой и варят. Белые грибы не замачивают, их достаточно промыть и обдать 2–3 раза кипятком, залить холодной водой и варить. Сушеные грибы сначала промывают проточной водой, затем замачивают на 3–4 часа и только после этого варят.

В бульоны кладут разнообразные продукты: овощи, крупы, макаронные изделия, грибы, а мясо или рыбу добавляют соответственно приготовленному бульону. Каждый продукт закладывается в бульон с учетом времени его варки. Супы и бульоны обогащают различными специями, ароматическими кореньями и зелеными приправами, которые хороши не только своими вкусовыми качествами, но и обладают разнообразными комплексами соединений, стоящих на страже здоровья человека. Ароматические коренья, такие как лук, морковь, петрушка, сельдерей, улучшают вкус, аромат и внешний вид блюда. Для сохранения ароматических веществ коренья пассеруют, т. е. слегка обжаривают в масле или жире.

Зеленые приправы используют не только в свежем виде, но и в консервированном или засушенном состоянии, причем правильно высушенные растения полностью сохраня-

ют свои полезные свойства. Наиболее распространенными и ценными зелеными приправами являются петрушка, укроп и сельдерей. Неплохо обогащать первые блюда и дикорастущими растениями, такими как крапива, лебеда, сныть, мята. Зелень петрушки и ее корень обладают очень ценным комплексом биологически активных соединений, способствующих укреплению кровеносных сосудов и улучшающих работу всей эндокринной системы. В народной медицине петрушка широко применяется при воспалительных процессах и камнях в почках и мочевом пузыре.

Укроп оказывает благотворное влияние на весь организм, нормализуя его физиологические процессы. Благодаря разнообразию эфирных соединений он очень полезен для органов пищеварения.

Для современного человека, употребляющего достаточно много очищенных, рафинированных продуктов и в связи с этим накопившего приличные запасы отложений органического кальция в различных местах своего организма, крайне необходим сельдерей, активно способствующий растворению и выводу из организма этих отложений.

Широко применяются такие пряности как лавровый лист, душистый перец, молотый красный и черный перец. Пряности не только придают блюдам приятный вкус и аромат, но и обладают широким спектром противопаразитарного действия. Все они губительно действуют на многие виды опасных для человека микроорганизмов, возбудителей заболева-

ний. Особенно эффективен в этом отношении чеснок. Содержащийся в чесноке микроэлемент селен значительно усиливает работу иммунной системы. Кроме этого, чеснок содержит еще много редчайших микроэлементов, таких как германий, кобальт и ванадий, препятствующих возникновению онкозаболеваний и способствующих очистке организма от опасных токсинов, попавших в организм радионуклидов. Мощные комплексы природных соединений чеснока делают его практически универсальным – всем известны могучие антисклеротические и адаптогенные свойства чеснока, противоглистные и болеутоляющие и т. д.

В супы можно вводить все овощи в любых сочетаниях. Для сохранения витаминов и других полезных веществ необходимо не допускать бурного кипения, а также повторных разогреваний овощных супов.

Щи – национальное русское блюдо. Готовят щи на мясном, рыбном, грибном бульоне или на овощном и крупяном отваре. В качестве основной заправки используется свежая или квашеная белокочанная капуста, можно приготовить щи и из щавеля, крапивы и шпината.

Борщ – суп, в состав которого обязательно входит красная свекла. Это блюдо широко распространено в южных и центральных районах России. Свеклу для борща тушат, пассеруют, варят или запекают. Лучше всего в свекле сохраняются красящие и ароматические вещества при пассеровании в жире или масле. Борщи готовят на таких же бульонах как и

щи, а свекла придает борщу сладковатый вкус. Для сохранения цвета свеклы в процессе ее варки в борщ добавляют кислоту – уксус, лимонную кислоту, томатную пасту или квас; поэтому приготовленный борщ приобретает кисловато-сладкий вкус.

К щам и борщам хорошо подавать ватрушки, пампушки, пирожки, а также свежую зелень, чеснок и сметану.

Рассольники тоже готовят на мясных, рыбных и грибных бульонах, рассольники могут быть и вегетарианскими. Главной составной частью этих вкусных супов являются соленые огурцы и белые корни (петрушки, сельдерея, пастернака). Для остроты вкуса добавляют процеженный и прокипяченный огуречный рассол.

Подают рассольники с ватрушками и пирожками, сметаной и свежим укропом, а для рассольников на рыбном бульоне очень хорошо подойдут пирожки с рыбой.

Суп мясной

Компоненты

*Свинина с косточкой – 200 г Говядина с косточкой – 200 г
Вода – 1,5 л Морковь средняя – 1 шт. Картофель – 200 г
Лук репчатый – 1 шт. Масло сливочное – 50 г Измельченная
зелень петрушки и укропа – по 1 столовой ложке Соль – по
вкусу*

Способ приготовления

Мясо хорошо промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения, снять пену и продолжать варить на слабом огне до полной готовности мяса, примерно за 30 минут до окончания варки бульон необходимо посолить.

Готовый бульон процедить и разлить в горшочки. Остальные компоненты супа нужно равномерно распределить между горшочками.

Картофель и морковь почистить и нарезать небольшими кубиками.

Лук почистить и нарезать полукольцами.

Мясо отделить от костей и сухожилий, нарезать небольшими кубиками.

Морковь и лук пассеровать в сливочном масле до полуготовности.

Горшочки с бульоном поставить в духовку и довести бу-

льон до кипения, в кипящий бульон каждого горшочка положить картофель, кусочки мяса и морковь с луком, довести суп до кипения, убавить температуру до 150 градусов и прогревать 10–15 минут, затем добавить зелень и прогреть еще 10–15 минут.

Подавать в горшочках.

Суп грибной с крольчатиной

Компоненты

Мясо кролика – 500 г Сало свиное – 150 г Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Перец болгарский красный – 2 шт. Грибы белые свежие – 400 г Мука – 2 столовые ложки Вино сухое белое – 0,5 стакана Паста томатная – 2 столовые ложки Перец душистый – 4–5 горошин Лавровый лист – 1 шт. Вода – 1,5 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Грибы почистить, обдать кипятком и нашинковать. Сало нарезать мелкими кубиками, положить на сковороду и растопить.

Крольчатину нарезать небольшими кусочками и обжарить на сале до образования румяной корочки, затем положить нашинкованный лук и морковь и обжарить вместе с мясом, переложить в большой керамический горшок, добавить нашинкованные грибы и перец, муку, растертую с томатной пастой, соль и пряности, залить горячей водой и вином.

Заполненный горшок накрыть, поставить в духовку, довести бульон до кипения и варить суп до готовности мяса.

Подавать со сметаной и свежей зеленью.

Суп гороховый

Компоненты

*Говядина с косточкой – 700 г Вода – 2 л Горох – 1 стакан
Морковь – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Масло топленое –
2 столовые ложки Корень сельдерея – 50 г Петрушка сухая
измельченная – 1 столовая ложка Перец черный горошком –
5–6 шт. Лист лавровый – 2 шт. Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Горох перебрать, промыть, залить холодной водой и замочить на ночь, утром воду слить.

Мясо отварить обычным способом до полной готовности, горячий бульон процедить и разлить в горшочки.

Разогреть духовку, поставить туда горшочки с горячим бульоном и довести до кипения.

Мясо отделить от костей и нарезать небольшими кубиками.

Овощи почистить и нашинковать соломкой, лук почистить и нарезать полукольцами.

Нашинкованные овощи тушить в масле почти до полной готовности.

В кипящий в горшочках бульон равномерно добавить набухший горох, довести до кипения, убавить температуру духовки до 150 градусов и прогревать 25–30 минут, затем до-

бавить тушеные овощи, измельченное мясо, специи и пряности и варить суп еще 10–15 минут.

Подавать в горшочках со свежей зеленью.

Суп гороховый с фасолью вегетарианский

Компоненты

Горох – 1 стакан Фасоль – 1 стакан Вода – 2 л Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 2 шт. Корень сельдерея – 50 г Масло топленое – 3 столовые ложки Капуста белокочанная – 200 г Перец душистый – 5–6 горошин Укроп сухой – 1 столовая ложка Лавровый лист – 2 шт. Соль – по вкусу

Способ приготовления

Горох и фасоль замочить на ночь, утром воду слить, затем горох и фасоль положить в кастрюлю, залить холодной водой и отварить до готовности, откинуть на сито и протереть. Если получилась густая масса – разбавить кипятком, размешать, разлить в горшочки и поставить в духовку.

Морковь, лук и корень сельдерея почистить, измельчить и пассеровать в растительном масле до полуготовности.

Капусту нашинковать соломкой и обдать кипятком. В горшочки с горохово-фасолевым пюре равномерно добавить пассерованные овощи с маслом, капусты, пряности, соль и укроп. Варить 10–15 минут.

Подавать в горшочках с ржаными сухариками, в каждый горшочек можно добавить по кусочку сливочного масла.

Суп с зеленой фасолью

Компоненты

Говядина постная – 500 г Фасоль зеленая стручковая – 300 г Картофель – 3 шт. Лук репчатый – 2 шт. Масло топленое – 1 столовая ложка Зелень петрушки и сельдерея – по 1 пучку Вода – 1,2 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Говядину отварить до полуготовности обычным способом.

Лук почистить, нарезать кольцами и пассеровать в масле.

Говядину вынуть из бульона и острым ножом разрезать на небольшие кусочки, разложить в горшочки, добавить пассерованный лук, нарезанный кубиками картофель, нарезанные стручки фасоли, залить бульоном, посолить. Заполненные горшочки поставить в печь, довести бульон до кипения и варить суп до готовности. Перед окончанием варки в суп положить измельченную зелень.

Суп с фасолью по болгарски

Компоненты

Фасоль белая – 1 стакан Вода – 1,5 л Лук репчатый – 1 шт. Корешок сельдерея – 1 шт. Морковь – 1 шт. Помидоры – 2 шт. Масло растительное – 3 столовые ложки Мята – 2 веточки Соль – по вкусу

Способ приготовления

Фасоль предварительно замочить в подсоленной воде на 7–8 часов. Затем воду слить, фасоль положить в большой глиняный горшок, залить холодной водой. Заполненный горшок накрыть и поставить в духовку, довести фасоль до кипения.

Лук, морковь и корешки почистить, мелко нарезать и добавить в кипящую фасоль вместе с растительным маслом. Варить до полуготовности фасоли.

Помидоры очистить от кожицы, нарезать дольками и в конце варки добавить в суп. Варить еще 10–15 минут.

Готовый суп посолить и заправить измельченной мятой.

Суп-пюре гороховый на грибном бульоне

Компоненты

Грибы сушеные – 30 г Горох – 0,5 стакана Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Корейки петрушки и сельдерея – по 3 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Горох хорошо промыть и замочить в холодной воде на ночь, утром воду слить, залить холодной водой и отварить до готовности обычным способом в небольшом количестве воды.

Грибы предварительно размочить и отварить также до готовности в небольшом количестве воды обычным способом.

Овощи почистить, мелко нарезать и потушить в масле до готовности.

Гороховый и грибной бульоны слить в одну кастрюлю и размешать, а горох, грибы и овощи соединить вместе и размешать блендером до пюреобразного состояния.

В порционные горшочки налить бульон и равномерно добавить овощное пюре, посолить и поперчить, заполненные горшочки поставить в духовку, постепенно нагревая, довести суп до кипения и проварить 5 минут. Подавать со свежей

зеленью.

Суп чечевичный

Компоненты

Картофель – 2 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 2 шт. Чечевица – 1 стакан Вода – 1,5 л Масло растительное – 1 столовая ложка Зелень петрушки и укропа измельченная – по 2 столовые ложки Соль – по вкусу

Способ приготовления

Чечевицу промыть и замочить на 1–2 часа в 1 л воды. Лук и морковь почистить, нарезать и пассеровать в масле до полуготовности.

С чечевицы слить воду, в большой глиняный горшок налить 1,5 л свежей воды, поставить его в духовку, довести до кипения.

В кипящую воду положить чечевицу, нарезанный кубиками картофель, пассерованные лук и морковь, посолить и варить 15–20 минут.

Подавать со сливочным маслом и свежей зеленью.

Суп с бараниной

Компоненты

*Бараньи ребрышки – 700 г Вода – 2 л Рис – 0,5 стакана
Лук репчатый – 1 шт. Морковь среднего размера – 1 шт.
Картофель – 2 шт. Перец черный – 5–6 горошин Лист лавровый – 2 шт. Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Баранину, предварительно обжарив в собственном жире, отварить обычным способом до полной готовности.

Бульон процедить и разлить в горшочки, поставить в духовку и довести до кипения.

Баранину отделить от костей и мелко нарезать. Овощи помыть, морковь и картофель нашинковать соломкой, лук нарезать полукольцами.

Морковь и лук пассеровать в жире, полученном при обжаривании баранины.

В кипящий в горшочках бульон равномерно добавить картофель, перебранный и промытый рис, пассерованные овощи и измельченную баранину, варить 15–20 минут, понизив температуру духовки до 150 градусов, за 5 минут до окончания варки добавить специи и пряности.

Подавать в горшочках со свежей зеленью.

Бозбаш

Компоненты

Баранина – 500 г Горох луцный – 1 стакан Картофель – 500 г Яблоки – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Паста томатная – 2 столовые ложки Масло сливочное – 2 столовые ложки Мясной бульон – 1,5 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Баранину нарубить на небольшие кусочки, залить холодной водой и отварить до готовности, периодически снимая пену.

Лук почистить, нашинковать и пассеровать в масле. Горох предварительно замочить в холодной воде, лучше на ночь, затем воду слить, налить свежую и отварить до полуготовности, горох вместе с отваром перелить в керамический горшок, положить кусочки отварной баранины, добавить процеженный мясной бульон, пассерованный лук, нарезанный кубиками картофель и яблоки, томатную пасту, соль и перец. Заполненный горшок накрыть крышкой, поставить в духовку и варить суп 25–30 минут.

Подавать со свежей зеленью.

Суп-харчо в горшочках

Компоненты

Грудинка баранья – 500 г Лук репчатый – 2 шт. Чеснок – 3 зубчика Паста томатная – 2 столовые ложки Масло сливочное – 2 столовые ложки Помидоры свежие – 3 шт. Рис – 0,5 стакана Сливы маринованные – 0,5 стакана Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Грудинку нарезать небольшими кусочками, примерно по 3–4 куска на порцию, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и варить обычным способом 1–1,5 часа, периодически снимая пену.

Затем мясо вынуть, бульон процедить. В большой глиняный горшок положить куски мяса, мелко нарезанный репчатый лук, толченый чеснок, промытый рис, кислые сливы, соль и перец, залить горячим бульоном. Заполненный горшок накрыть, поставить в духовку, довести суп до кипения и варить 30 минут.

Помидоры очистить от кожицы, нарезать дольками, положить на сковороду с растопленным маслом, добавить томатную пасту и обжарить.

За 10 минут до окончания варки супа добавить в него обжаренные с томатной пастой помидоры.

Подавать со свежей зеленью.

Суп-харчо куриный

Компоненты

Курица – 1 кг Лук репчатый – 3 шт. Помидоры – 500 г Масло сливочное – 3 столовые ложки Мука – 1 столовая ложка Грецкие орехи – 1,5 стакана Чеснок – 3 зубчика Лавровый лист – 1 шт. Кинза – 4 веточки Корица – 0,5 чайной ложки Лавровый лист – 1 шт. Вода – 2 л Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Курицу нарубить небольшими кусочками, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и отварить до полуготовности, периодически снимая пену. Затем бульон слить, а кусочки курицы переложить в керамический горшок.

Лук почистить и нашинковать, добавить к кусочкам курицы, положить масло и налить немного бульона. Горшок накрыть крышкой, поставить в духовку и тушить курицу 15 минут. Затем, при помешивании всыпать муку и продолжить тушение еще 10 минут.

Помидоры отварить в небольшом количестве воды и протереть через сито вместе с отваром. Грецкие орехи растолочь в ступке, добавляя понемногу теплый бульон.

В горшок с тушеной курицей добавить протертые помидоры, толченые орехи, растертый чеснок, корицу, перец и соль, лавровый лист и зелень, залить процеженным бульоном.

Горшок с супом накрыть, поставить в духовку и варить блюдо еще 10–15 минут.

Шурпа

Компоненты

Говядина – 500 г Картофель – 750 г Лук репчатый – 2 шт. Морковь – 2 шт. Паста томатная – 2 столовые ложки Масло сливочное – 4 столовые ложки Мясной бульон – 2 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Отдельно сварить мясной бульон. Лук почистить, нашинковать и пассеровать в масле.

Сырое мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить в масле, добавить очищенную и натертую на крупной терке морковь, томатную пасту и прожарить все вместе 5 минут.

Подготовленное мясо с морковью и луком сложить в большой глиняный горшок, залить мясным бульоном. Заполненный горшок накрыть крышкой, поставить в духовку и довести бульон до кипения.

Картофель почистить, нарезать соломкой, положить в кипящий бульон, посолить, поперчить и продолжать варить суп еще 20 минут.

Суп с молодой телятиной

Компоненты

Телятина – 500 г Картофель – 3 шт. Лук репчатый – 2 шт. Перец болгарский – 2 шт. Вода – 1,5 л Зелень петрушки и укропа – по 1 пучку Соль – по вкусу

Способ приготовления

Телятину положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения, снять пену и немного проварить. Мясо вынуть из бульона, остудить и нарезать маленькими кусочками, разложить в горшочки, добавить нарезанный кольцами лук, нарезанный кубиками картофель, измельченный перец и зелень, залить горячим процеженным мясным бульоном, посолить, поставить в печь и варить до готовности.

Кулеш

Компоненты

*Свинина с косточкой – 700 г Вода – 2 л Сало свиное – 100 г
Лук репчатый – 2 шт. Картофель – 200 г Корень петрушки
и сельдерея – по 50 г Пшено – 0,75 стакана Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Свинину отварить обычным способом, посолив перед окончанием варки. Мясо вынуть из бульона, отделить от костей и нарезать соломкой.

На всем количестве бульона сварить пшено до полной готовности и разлить по горшочкам, равномерно распределяя сваренное пшено.

Картофель почистить, нарезать мелкими кубиками и тоже положить в горшочки, заполненные горшочки поместить в духовку, прогреть и варить содержимое 30 минут, убавив температуру.

Отдельно на сковороде поджарить измельченное сало, положить в него лук, нарезанный полукольцами и измельченные корни и пассеровать до полуготовности.

В каждый горшочек равномерно выложить пассерованные овощи с салом и отварное мясо, варить суп еще 5–7 минут.

Подавать в горшочках с измельченной свежей зеленью.

Кулеш грибной

Компоненты

Грибы свежие белые – 500 г Пшено – 250 г Картофель – 500 г Лук репчатый – 3 шт. Масло растительное – 4 столовые ложки Вода – 2 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Грибы почистить, ошпарить кипятком, затем отварить, готовые грибы вынуть из отвара и нашинковать. Отвар процедить и довести до кипения.

В большой керамический горшок положить промытое пшено, залить кипящим грибным отваром, поставить в духовку и варить 15–20 минут. Затем добавить мелко нарезанный картофель и продолжать варить.

Лук почистить, нашинковать, вместе с грибами обжарить в растительном масле и положить в кулеш, помешать и проварить еще 5–7 минут.

Суп прибалтийский

Компоненты

Свинина постная – 500 г Вода – 1 л Сыворотка молочная – 0,5 л Картофель – 4 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Сало свиное топленое – 2 столовые ложки Измельченная зелень петрушки и сельдерея – по 2 столовые ложки Лист лавровый – 2 шт. Перец черный молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Свинину мелко нарезать и отварить в 1 л воды почти до готовности обычным способом.

Лук и морковь почистить и мелко нарезать, пассеровать в свином жире.

Картофель почистить и нарезать мелкими кубиками. Отварную свинину разложить в горшочки, залить горячим процеженным бульоном, равномерно добавить горячую сыворотку, картофель, пассерованные овощи, пряности и соль.

Горшочки поставить в духовку и варить суп до готовности овощей. Незадолго до окончания варки добавить в каждый горшочек зелень.

Подавать с гренками из ржаного хлеба.

Суп с гречневой крупой

Компоненты

Говядина с косточкой – 500–600 г Вода – 1,5 л Картофель – 2 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Корень петрушки – 3 шт. Масло топленое – 1 столовая ложка Чеснок – 3 зубчика Гречка – 0,5 стакана Зелень укропа – 1 пучок Лист лавровый – 2 шт. Перец душистый – 5–6 горошин Соль – по вкусу

Способ приготовления

Мясо промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и на сильном огне довести до кипения, убавить огонь, снять пену и варить до полной готовности, за 20 минут до окончания варки бульон посолить.

Готовое мясо вынуть, бульон процедить и разлить в горшочки.

Горшочки с бульоном поставить в духовку и довести бульон до кипения.

В горшочки с кипящим бульоном равномерно положить промытую гречку и нарезанный кубиками картофель, варить 10–15 минут.

Лук, морковь и корень петрушки почистить и измельчить, пассеровать в масле до полуготовности. Отварное мясо отделить от костей и нарезать соломкой.

В горшочки с проваренной гречкой и картофелем поло-

жить пассерованные овощи, мясо, пряности, измельченную зелень и растертый чеснок. Варить 5-10 минут.

Подавать в горшочках со свежей зеленью.

Суп кукурузный

Компоненты

Бульон говяжий – 1,5 л Зерна кукурузы – 0,5 стакана Картофель – 2 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Корешки петрушки – 4 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Бульон разлить в порционные горшочки, поставить в печь и довести до кипения.

Овощи и корешки почистить, измельчить и пассеровать на сковороде в масле.

Горячий бульон в горшочках заправить пассерованными овощами, всыпать равномерно в каждый горшочек кукурузу, поперчить и посолить, поставить в горячую печь и варить 15–20 минут. Картофель почистить, нарезать кубиками и добавить в суп, варить еще 15–20 минут.

Суп куриный с вермишелью

Компоненты

Курица – 500–600 г Вода – 1,5 л Картофель – 2 шт. Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Вермишель – 50 г Масло сливочное – 50 г Зелень петрушки и укропа измельченная – по 1 столовой ложке Лист лавровый – 2 шт. Перец душистый – 5–6 горошин Соль – по вкусу

Способ приготовления

Курицу промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на плиту и довести до кипения на сильном огне, огонь убавить, снять пену и варить до полной готовности, за несколько минут до окончания варки бульон посолить.

Курицу вынуть, отделить от костей и мелко нарезать. Бульон процедить и разлить в горшочки, поставить в духовку и довести до кипения.

Морковь и лук почистить, измельчить и пассеровать в масле до полуготовности.

Картофель почистить и нарезать кубиками. В кипящий в каждом горшочке бульон равномерно положить картофель, пассерованные овощи и вермишель, варить 15 минут, немного убавив температуру, затем добавить измельченное мясо и зелень со специями и пряностями и варить еще 5-10 минут.

Подавать в горшочках со свежей зеленью.

Суп с куриными фрикадельками

Компоненты

Филе курицы – 300 г Бульон куриный – 1,5 л Морковь – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Перец болгарский – 1 шт. Помидоры – 2 шт. Крупа манная – 1 столовая ложка Масло сливочное – 2 столовые ложки Измельченная зелень петрушки и укропа – по 2 столовые ложки Лавровый лист – 2 шт. Соль – по вкусу

Способ приготовления

Куриное филе пропустить через мясорубку, добавить манную крупу, посолить, перемешать и сформировать маленькие фрикадельки.

Морковь и лук почистить, измельчить и пассеровать в масле.

Болгарский перец и помидоры мелко нарезать. В горшочки налить процеженный бульон, поставить в духовку и довести до кипения.

В кипящий бульон положить фрикадельки, перец, помидоры, пассерованные овощи, зелень и пряности, посолить.

Горшочки поставить в духовку и варить фрикадельки, как только они всплывут, проварить еще некоторое время.

Суп куриный с рыбой и грибами

Компоненты

Филе окуня – 300 г Бульон куриный – 1 л Шампиньоны – 300 г Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Сметана – 0,5 стакана Измельченная зелень петрушки – 2 столовые ложки Соль – по вкусу

Способ приготовления

Морковь и лук почистить, измельчить и пассеровать в масле.

Филе рыбы и грибы нарезать небольшими кусочками.

В горшочки разлить горячий куриный бульон, равномерно добавить кусочки рыбы и грибов, пассерованные овощи, посолить.

Заполненные горшочки поставить в духовку и варить суп до готовности рыбы и грибов.

Незадолго до окончания варки в каждый горшочек добавить сметану и немного зелени.

Суп куриный с шампиньонами

Компоненты

Курица – 400 г Шампиньоны – 200 г Вода – 1,5 л Картофель – 2 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Яйцо сырое – 1 шт. Масло топленое – 2 столовые ложки Мука пшеничная – 2 столовые ложки Укроп зеленый – 1 пучок Сметана – 4 столовые ложки Соль и перец молотый – по вкусу

Способ приготовления

Курицу отварить обычным способом до готовности, мясо вынуть из бульона, отделить от костей и нарезать небольшими кусочками, разложить в горшочки.

Шампиньоны мелко нарезать и обжарить в масле, добавить измельченные морковь и лук и еще раз прожарить в масле, грибы с овощами разложить в горшочки, добавить нарезанный мелкими кубиками картофель, залить процеженным бульоном, поперчить и посолить.

Смешать муку со сметаной и яичным желтком, полученную смесь разложить в горшочки, посыпать измельченным укропом. Заполненные горшочки поставить в печь, довести суп до кипения и варить до готовности всех компонентов.

Подавать с гренками из белого хлеба.

Бульон куриный с овощами

Компоненты

Цыпленок – 400 г Лук репчатый – 1 шт. Репка – 2 шт. Морковь – 2 шт. Капуста савойская – 300 г Масло топленое – 2 столовые ложки Куриный бульон – 1,5 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Овощи почистить и нарезать кружочками, савойскую капусту бланшировать в кипятке.

Цыпленка разрезать на куски и положить в большой глиняный горшок, добавить нарезанные овощи, бланшированную капусту, посолить и залить горячим процеженным бульоном, добавить топленое масло. Горшок закрыть крышкой и поставить в духовку на 35–40 минут.

Суп утиный

Компоненты

Утка – 0,5 тушки Корешки петрушки и сельдерея – по 2 шт. Грибы сушеные – 3–4 шт. Крупа перловая – 0,5 стакана Сметана – 1 стакан Лимонный сок – 2 столовые ложки Лавровый лист – 2 шт. Перец душистый – 4–5 горошин Соль – по вкусу

Способ приготовления

Грибы предварительно замочить в воде. Утку разрубить на куски, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену и варить на медленном огне 15–20 минут, периодически снимая пену.

Затем куски утки вынуть и положить в большой глиняный горшок, туда же добавить измельченные корешки петрушки и сельдерея, размоченные нарезанные грибы, промытую перловую крупу, пряности, добавить для остроты лимонный сок, посолить, залить процеженным горячим бульоном, в котором варились утка.

Заполненный горшок накрыть, поставить в духовку, довести суп до кипения и варить до готовности.

Затем влить сметану и довести до кипения.

Суп рисовый с индейкой

Компоненты

*Окорочок индейки – 500 г Вода – 2 л Рис – 0,5 стакана
Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Масло топленое
– 1 столовая ложка Лист лавровый – 2 шт. Измельченная
зелень петрушки и сельдерея – по 1 столовой ложке Перец
красный молотый и соль – по вкусу*

Способ приготовления

Рис промыть и замочить в горячей воде на 1 час.

Окорочок индейки положить в кастрюлю, залить холодной водой и на сильном огне довести до кипения, огонь убавить, пену снять и варить на слабом огне до готовности.

Отваренный окорочок вынуть из бульона, разделить от костей и нарезать небольшими кусочками.

Бульон процедить и разлить в горшочки. Горшочки с бульоном поставить в духовку и довести бульон до кипения.

Овощи почистить, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, картофель нарезать небольшими кубиками.

Морковь и лук пассеровать в масле 2–3 минуты. В кипящий бульон равномерно добавить картофель, отварное мясо, пассерованные овощи, пряности, рис, посолить.

Горшочки с супом поставить в горячую духовку и варить суп до готовности риса, за несколько минут до окончания

варки добавить в каждый горшочек немного зелени.

Суп из рубца

Компоненты

Рубец – 500 г Вода – 1,5 л Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Мука пшеничная – 50 г Масло топленое – 1 столовая ложка Чеснок – 4 зубчика Зелень петрушки – 1 пучок Соль – по вкусу

Способ приготовления

Рубец хорошо зачистить и промыть, выдержать в холодной воде 7–8 часов, меняя воду 2–3 раза, затем снова промыть. Положить рубец в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на плиту и довести до кипения на медленном огне, затем воду слить, снова залить рубец холодной водой, посолить и на медленном огне продолжать варить 4–5 часов. По мере упаривания воды необходимо периодически подливать кипятка.

Отваренный рубец нарезать соломкой. Бульон процедить и разлить в горшочки.

Горшочки с бульоном поставить в духовку и довести бульон до кипения.

Морковь и лук почистить и измельчить, пассеровать в масле до полуготовности.

Отдельно прожарить муку до золотистого цвета. В кипящий бульон равномерно положить пассерованные овощи, кусочки рубца, пассерованную муку и варить 15–20 минут.

Подавать в горшочках с зеленью и растертым с солью чесноком.

Суп с клецками из легкого

Компоненты

Бульон говяжий – 1,5 л Легкое – 200 г Яйцо – 1 шт. Мука пшеничная – 2 столовые ложки Лук репчатый – 2 шт. Лимонный сок – 1 столовая ложка Масло сливочное – 2 столовые ложки Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Легкое отварить в подсоленной воде обычным способом, пропустить через мясорубку, к фаршу добавить яйцо, поперчить и посолить, перемешать и вылепить клецки, обвалять в муке и слегка обжарить в масле на сковороде.

Лук почистить и нарезать полукольцами, пассеровать в масле.

Бульон разлить в горшочки, добавить пассерованный лук, перец, соль, немного лимонного сока, положить клецки и варить до готовности.

Суп из кишок

Компоненты

Кишки говяжьи – 150 г Картофель – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Вода – 1,5 л Сок лимонный – 1 столовая ложка Мука пшеничная – 2 столовые ложки Лавровый лист – 2 шт. Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

В горшочки налить кипящую воду, поставить в подогретую печь и довести до кипения.

Обработанные и подготовленные кишки нарезать тонкими полосками, положить в каждый горшочек с кипящей водой, поставить в печь и варить.

Почистить картофель и лук, нарезать небольшими кубиками.

Лук пассеровать в масле. В горшочки положить пассерованный лук и картофель, посолить и поперчить, добавить лавровый лист и поставить в печь.

Муку развести в небольшом количестве воды, добавить лимонный сок и хорошо размешать. За 15–20 минут до окончания варки в суп равномерно добавить разведенную муку и варить до готовности мяса.

Подавать со свежей зеленью.

Суп картофельный с потрохами

Компоненты

Потроха (кроме печени) – 600 г Картофель – 5–6 шт. Морковь – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Корень петрушки и сельдерея – по 1 шт. Сало свиное – 50 г Лавровый лист – 2 шт. Перец душистый горошком – 6–7 горошин Вода – 1,5 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Отварить потроха обычным способом, вынуть из бульона, охладить и нарезать на кусочки. Бульон процедить. Морковь и коренья почистить, измельчить и положить в большой глиняный горшок, добавить нарезанный кубиками картофель, пряности, посолить и залить горячим процеженным бульоном, горшок с супом поставить в печь, довести суп до кипения и варить его до готовности овощей.

Лук мелко нарезать и пассеровать на сковороде в растопленном сале.

Перед окончанием варки суп заправить обжаренным в сале луком.

Подавать со сметаной и свежей зеленью.

Суп картофельный с печенью

Компоненты

Печень говяжья – 500 г Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Картофель – 4 шт. Вода – 1,5 л Сало свиное – 100 г Мука – 1 столовая ложка Сметана – 0,25 стакана Соль – по вкусу

Способ приготовления

С печени удалить пленки, промыть и нарезать небольшими кусочками, обвалять в муке.

Сало мелко нарезать и растопить на сковороде, добавить печень и обжарить ее со всех сторон, добавить натертую на крупной терке морковь и нарезанный кольцами лук, перемешать и еще раз обжарить.

В большой глиняный горшок положить прожаренную печень с морковью и луком, нарезанный кубиками картофель, посолить, залить горячей водой. Горшок с супом поставить в печь, довести суп до кипения и варить до готовности.

Суп картофельный с копченой свиной

Компоненты

*Свиная грудинка копченая – 600 г Картофель – 8-10 шт.
Лук репчатый – 3 шт. Репка – 3 шт. Фасоль – 400 г Зеленый
горошек в стручках – 400 г Капуста белокочанная – 400 г
Вода – 2 л Лавровый лист – 2 шт. Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Фасоль предварительно замочить на 6–8 часов. Грудинку отварить обычным способом до полуготовности, вынуть из бульона и острым ножом нарезать на куски, бульон процедить.

Овощи почистить и нарезать кубиками. В большой глиняный горшок положить подготовленные овощи – картофель, лук и репу, фасоль, куски грудинки, залить процеженным горячим мясным бульоном, добавить пряности, посолить. Горшок с супом поставить в духовку, довести суп до кипения и варить 1,5–2 часа.

За 30 минут до окончания варки в суп положить горошек, а за 10 минут – нашинкованную капусту.

Суп с лисичками

Компоненты

Лисички – 500 г Картофель – 4 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 2 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Вода – 2 л Зелень укропа – 2 пучка Лист лавровый – 2 шт. Перец душистый – 5–6 горошин Соль по вкусу

Способ приготовления

Грибы перебрать, промыть, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения, снять пену и варить на небольшом огне до полной готовности, за 15–20 минут до окончания варки положить соль по вкусу. Затем бульон слить, процедить и разлить в горшочки.

Горшочки с бульоном поставить в духовку, довести бульон до кипения.

Лук и морковь почистить, измельчить и жарить в растительном масле до полуготовности.

В горшочки с кипящим бульоном равномерно положить нарезанный кубиками картофель, пассерованные овощи и грибы. Варить 15–20 минут. Перед окончанием варки в каждый горшочек добавить измельченную зелень и пряности. Выдержать 5–7 минут в выключенной горячей духовке.

Подавать в горшочках со сметаной.

Суп с лисичками и кабачками

Компоненты

*Лисички – 500 г Кабачок небольшой – 1 шт. Вода – 1 л
Масло топленое – 2 столовые ложки Лук репчатый – 1 шт.
Корешки петрушки и сельдерея – по 4–5 шт. Зелень петрушки и укропа измельченная – по 1 столовой ложке Лавровый лист – 1 шт. Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Лисички хорошо промыть, нарезать, положить в сковороду, добавить 1 столовую ложку масла и тушить до готовности в собственном соку.

Отдельно в сковороде пассеровать очищенные и измельченные лук и корешки.

В большой глиняный горшок налить воду, поставить в духовку и довести до кипения.

В кипящую подсоленную воду добавить очищенный и нарезанный кубиками кабачок, тушеные грибы и пассерованные овощи, положить лавровый лист и зелень и варить 10 минут.

Подавать со сметаной.

Похлебка с шампиньонами

Компоненты

Шампиньоны – 500 г Бульон куриный – 1,5 л Картофель – 3 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 2 шт. Зелень петрушки измельченная – 2 столовые ложки Масло топленое – 1 столовая ложка Перец душистый – 5 горошин Соль – по вкусу

Способ приготовления

Шампиньоны хорошо промыть, нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить куриным бульоном и отварить на небольшом огне. Шампиньоны вынуть, бульон процедить и разлить в горшочки.

Горшочки поместить в духовку и довести бульон до кипения.

Морковь и лук пассеровать в масле до полуготовности.

В кипящий бульон равномерно положить нарезанный кубиками картофель, пассерованные овощи, шампиньоны и добавить соль.

Варить 15–20 минут, за 5 минут до окончания варки положить приправы и зелень.

Подавать в горшочках.

Суп из опят

Компоненты

*Опята – 500 г Вода – 1,5 л Мука – 2 столовые ложки
Масло сливочное – 2 столовые ложки Зелень укропа и петрушки – по 1 пучку Соль – по вкусу*

Способ приготовления

Грибы перебрать, хорошо промыть и нарезать, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль и отварить до готовности.

Грибы вынуть, бульон процедить и налить в большой глиняный горшок.

Горшок с грибным бульоном поставить в духовку, довести бульон до кипения.

В кипящий бульон положить отваренные грибы, муку, разведенную горячим грибным бульоном и пучки зелени. Варить 10–15 минут, затем духовку выключить, а суп выдерживать еще 10 минут.

Перед подачей горячий суп заправить сливочным маслом. Подавать со сметаной.

Суп перловый с грибами

Компоненты

Грибы сушеные – 30 г Вода – 1,5 л Крупа перловая – 0,5 стакана Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Корейки петрушки – 3 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Лавровый лист – 2 шт. Перец молотый и соль – по вкусу

Способ приготовления

Крупу хорошо промыть, залить 1 стаканом кипятка и поставить в открытой посуде на небольшой огонь для набухания.

Грибы предварительно размочить и сварить обычным способом, добавив во время варки к грибам разбухшую крупу, варить до полуготовности крупы.

Овощи и корни почистить, мелко нарезать и пассеровать на сковороде в масле.

В горшочки равномерно разложить крупу, пассерованные овощи, залить грибным бульоном, посолить и поперчить и варить в печи до готовности.

Подавать со сметаной.

Суп с груздями

Компоненты

Грузди свежие – 600 г Картофель – 6 шт. Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 2 шт. Крупа манная – 4 столовые ложки Зелень укропа и петрушки – по 2 столовые ложки Перец душистый – 4–5 горошин Лавровый лист – 1 шт. Вода – 1,5 л Соль – по вкусу

Способ приготовления

Свежие грузди почистить, мелко нашинковать, сложить в большой керамический горшок, залить водой, поставить в духовку, довести до кипения и варить 25–30 минут.

Почистить морковь, лук и картофель, мелко нашинковать и добавить к грибам.

Незадолго до окончания варки в суп добавить измельченную зелень, пряности, соль и всыпать тонкой струйкой манную крупу, все тщательно перемешать и проварить еще несколько минут.

Подавать со сметаной.

Суп овощной сборный

Компоненты

Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Капуста белокочанная – 200 г Капуста цветная – 200 г Болгарский перец – 1 шт. Помидоры – 2 шт. Картофель – 2 шт. Кабачок молодой маленький – 1 шт. Огурцы свежие – 2 шт. Консервированный зеленый горошек – 3 столовые ложки Небольшие корешки сельдерея и петрушки – по 2 шт. Зелень петрушки и укропа измельченная – по 1 столовой ложке Чеснок – 3 зубчика Бульон куриный – 2 л Масло сливочное – 2 столовые ложки Соль – по вкусу

Способ приготовления

В большой глиняный горшок налить процеженный куриный бульон, поставить в духовку и довести до кипения.

Морковь, лук и коренья почистить, нарезать и пассеровать в масле до полуготовности.

Белокочанную капусту нашинковать соломкой, цветную капусту разобрать на соцветия и нарезать.

Почистить картофель и кабачок и нарезать кубиками. Помидоры положить на 1–2 минуты в кипяток, вынуть, очистить от кожицы и нарезать тонкими дольками.

Болгарский перец разрезать вдоль, очистить от семян и нарезать соломкой.

В кипящий куриный бульон положить белокочанную и

цветную капусту, картофель, помидоры, пассерованные овощи и варить 10 минут, затем добавить болгарский перец, кабачок и зелень и варить еще 10 минут.

Свежие огурцы очистить от кожицы, нарезать кубиками и добавить в кипящий суп, туда же положить консервированный зеленый горошек и растертый с солью чеснок.

Довести до кипения, духовку выключить и выдержать суп еще 10 минут.

Подавать со сметаной.

Суп из тертого картофеля с ветчиной

Компоненты

Ветчина – 400 г Картофель – 10 шт. Яйца – 3 шт. Масло топленое – 2 столовые ложки Вода – 1,5 л Лавровый лист – 2 шт. Соль – по вкусу

Способ приготовления

Ветчину разрезать на куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на плиту и на сильном огне довести до кипения. Затем огонь убавить, пену снять, ветчину вынуть из бульона, а горячий бульон процедить и перелить в большой глиняный горшок, туда же положить куски ветчины, пряности и соль, заполненный горшок поставить в печь и продолжать варить мясо.

Картофель почистить, натереть на крупной терке, смешать с сырыми яичными желтками и осторожно положить в горшок с кипящим бульоном, добавить масло, продолжать варить суп до полной готовности. Подавать со свежей зеленью.

Суп со щавелем

Компоненты

*Картофель – 5 шт. Щавель – 300 г Лук репчатый – 2 шт.
Морковь – 1 шт. Корень петрушки – 1 шт. Масло топленое
– 2 столовые ложки Вода – 1,5 л Соль – по вкусу*

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.