

Аурика Луковкина

# Быстрые и легкие завтраки



# Аурика Луковкина

## Быстрые и легкие завтраки

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8707274](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8707274)*

*Быстрые и легкие завтраки/Аурика Луковкина: Научная книга; 2013*

### **Аннотация**

Повседневная жизнь имеет свойство превращаться в рутину. Повторяя изо дня в день одно и то же на работе, дома, в том числе и на кухне, мы рискуем потерять радость каждого момента, а ведь можно самому что-нибудь изменить. Мы предлагаем вам изменить начало дня: вместо хлопьев в коробке – вкусный завтрак, приготовленный собственными руками. В этой книге вы найдете рецепты на любой вкус, возраст и кошелек. Мы научим вас готовить вкусные и легкие завтраки, которые порадуют даже самого привередливого гурмана. А главное, некоторые наши рецепты настолько просты, что даже ребенок сможет их освоить.

# Содержание

Введение	7
Раздел I. Бутерброды, сэндвичи, тартинки, канапе	10
1. Горячие бутерброды	12
Дружба	12
Гамлет	13
Замки Лауры	14
Бременские музыканты	14
Чудеса Мальты	15
Оранжевые острова	16
Зеленое облако	17
Яблочный Спас	17
Летняя пора	18
Личные страсти	19
Спасение Рима	20
Улочки Парижа	20
Вторая жизнь	21
Волжские просторы	22
Простое удовольствие	22
Курортная жизнь	23
Старичок-боровичок	24
Чукотская сказка	25
Радуга	25

Закуска сумоиста	26
Раковые шейки	27
Красоты Гаваев	27
Творожный десерт	28
Клубничный рай	29
Вишневый сад	30
Полная чаша	30
Сладкая жизнь	31
Украинская закуска	32
Узник замка Иф	32
Курочка Ряба	33
Завтрак в Марселе	34
Кузнечики	34
Джунгли Амазонки	35
Блаженство ночи	36
Фавориты короля	37
Покорение мужчин	37
Женевское озеро	38
Тайна Скандинавии	39
Надежда	39
Серьезное предложение	40
Расплавленное счастье	41
Близнецы	41
Контрасты жизни	42
2. Холодные бутерброды	43
Амстердам	43

Версальское лакомство	43
Шервурдский лес	44
Паштетный	45
Морской	46
Зебра	46
Пастилка	47
Вкусная лужайка	47
Сладкий	48
Весельчак	49
Долгожданная радость	49
Забавы пирата	50
Три поросенка	51
Стройная фигура	52
Подводная лодка	52
Варшавское соглашение	53
Баварский сюрприз	54
Лесные богатыри	55
Рецепт племени майя	55
Золото Атлантики	56
Альпийская тайна	56
Визит в Лозанну	57
Огородный клад	58
Пороссячий восторг	59
Оккупация красных	59
Морское дно	60
Деревенское угощение	60

Прямо с грядки	61
Казацкая пирушка	62
Остатки прошлого	62
Видение	63
Красное море	63
Дары Черного моря	64
Конец ознакомительного фрагмента.	66

# Аурика Луковкина

## Быстрые и легкие завтраки

### Введение

Дорогой читатель!

Вы держите в руках замечательную книгу, которая станет вашим путеводителем по миру вкусной и здоровой пищи. Все знают известную поговорку: «Завтрак съешь сам, обед с другом раздели, а ужин отдай врагу». В бешеном ритме современной жизни мы совершенно забыли эту простую истину. Вспомните, когда в последний раз вы собирались всей семьей за завтраком?

Итак, если ваш малыш снова не по назначению употребил манную кашу, если яичница-глазунья начинает напоминать вам собственное отражение и даже кошка не ест пресловутый бутерброд с колбасой... Не теряйте времени! В этой книге вы найдете рецепты на любой вкус, возраст и кошелек. Мы научим вас готовить вкусные и легкие завтраки, которые порадуют даже самого привередливого гурмана. А главное, некоторые наши рецепты настолько просты, что даже ребенок сможет их освоить и подкрепиться перед школой, если вы торопитесь на работу.

Но и это еще не все! Представленные в книге рецепты на-

столько разнообразны, что, даже если вы придерживаетесь строгой диеты, вы сможете найти подходящее блюдо, которое не испортит фигуру и подарит отличное настроение на весь день!

А может быть, вы гордый обладатель титула «Поварешка года» и искусный кулинар? Тогда эта книга для вас! Вы будете удивлены, что не подозревали о существовании таких замечательных блюд. И если вы бабушка со стажем, то сможете каждым воскресным утром радовать своих внуков чем-нибудь новеньким, неожиданным и вкусеньким.

А знаете ли вы, что путь к сердцу мужчины лежит через его желудок? Фантастические рецепты аппетитных, но низкокалорийных блинчиков и салатов обязательно порадуют вашу вторую половинку. Если же герой вашего романа еще не решился сделать предложение, то, отведав таких вкусностей, он непременно будет у ваших ног!

Дорогие студенты, хватит прогуливать занятия, чтобы в столовой или возле уличного ларька выпить отвратительного кофе с непропеченной булочкой! Приготовьте отличный полезный завтрак у себя дома – ваш желудок до самого обеда не будет напоминать о себе, проявляя высшую степень благодарности за заботу о нем.

Задумайтесь о своем здоровье! Правильное питание – залог отличного самочувствия и хорошего настроения всей семьи. Даже утром, спеша на работу или учебу, уделите 5 мин. себе любимому и шагайте по жизни с улыбкой!

Все ингредиенты указаны для 4 порций.  
Приятного аппетита!

# Раздел I. Бутерброды, сандвичи, тартинки, канапе

Конечно, мы не будем учить вас делать бутерброды – это умение передается, по всей видимости, с молоком матери. Они поражают своей универсальностью и быстротой приготовления, не требуют от вас постоянного присутствия на кухне и не лишают последних припасов. Девиз любителя еды на скорую руку: «Все, что есть в холодильнике, сгодится для бутербродов».

Но, прежде чем вы соберетесь с силами и решите что-нибудь приготовить по нашим рецептам, обратите особое внимание на то, что и бутерброды бывают разными. По правде говоря, они легко видоизменяются, переходя из тартинки в сандвичи, из канапе в горячие бутерброды.

Сандвич – слово всем знакомое, оно обозначает разрезанную булку, в которую накладываются всевозможные продукты (как правило, мясо является их непременным компонентом), а потом уже овощи, зелень, приправы, специи, сыр и т. д.

Тартинка – это небольшая несладкая корзиночка, которую наполняют тем, чем считают нужным, или же поджаренный хлебец с гарниром. Это может быть салат, икра, мясной или овощной фарш и т. д. Дело вкуса.

Канапе – это небольшой фигурный бутерброд, который прокалывают шпажкой. Так удобнее на куске хлеба удержать многослойную пирамиду.

# 1. Горячие бутерброды

*Эти бутерброды, поданные к столу горячими, с хрустящей корочкой и слегка плавящимся от горячего хлеба маслом, безусловно отличаются отменными вкусовыми качествами.*

## Дружба

- 4 ломтика пшеничного хлеба
- 1 яйцо
- 20 г колбасы
- 15 г сыра
- 1 ст. л. майонеза
- 2 ч. л. растительного масла перец
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Растительное масло разогрейте на сковороде и обжарьте на нем ломтики хлеба только с одной стороны.

Яйцо отварите вкрутую. Очистите и мелко нарежьте, также нашинкуйте колбасу. Смешайте нарезанные продукты и заправьте майонезом. Смесь, которая у вас получилась, по-

солите и поперчите по вкусу. На ломтики хлеба с необжаренной стороны выложите массу. Посыпьте бутерброды сыром, натертым на терке. Духовой шкаф разогрейте и запекайте до полного расплавления сыра. После этого выньте бутерброды из духовки и охладите.

## Гамлет

- 4 ломтика ржаного хлеба
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 яйцо
- соль

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Сливочное масло растопите на слабом огне. Ломтики хлеба обжарьте на масле с одной стороны, а затем переверните, не снимая с огня.

Сырое яйцо взбейте с солью и залейте этой смесью поджаренные ломтики. Накройте крышкой сковороду и подержите бутерброды на медленном огне в течение 3–4 мин., после этого содержимое сковороды переверните на тарелку и охладите. Вы можете украсить этот бутерброд зеленью укропа, петрушки.

В приготовлении этого бутерброда вы используете самые доступные продукты. Затраты вашего времени минимальны. Но в итоге вы получили новый вариант бутерброда.

## Замки Лауры

- 4 ломтика хлеба
- 2 яйца
- 5 ст. л. молока
- 1 ч. л. ванилина
- 1 апельсин
- клубника
- 2 ч. л. растительного масла

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* В глубокой тарелке взбейте 1 яйцо, добавьте 1 яичный белок, ванилин, влейте молоко и перемешайте.

Разогретую сковороду смажьте маслом. Обмакните кусочки хлеба в приготовленную жидкость с двух сторон, положите на сковороду и поставьте ее в духовку. Запекайте в течение 5 мин., пока не образуется золотистая корочка.

Украсьте дольками апельсина, клубникой.

## Бременские музыканты

- 4 ломтика хлеба
- 100 г ветчины (или нежирной колбасы)
- 100 г сыра

- 2 яйца, сваренных вкрутую
- 1 ст. л. сметаны
- 1 помидор
- 1 свежий огурец
- 20 г сливочного масла
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб намажьте маслом и слегка поджарьте с обеих сторон. Ветчину, сыр, сваренные вкрутую яйца нарежьте мелкими кубиками или полосками, смешайте со сметаной, посолите, поперчите. Этот салат уложите на бутерброды, украсьте ломтиками огурца, помидора.

## **Чудеса Мальты**

- 4 ломтика хлеба
- 1 ст. л. муки
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 стакан молока
- 50 г сыра
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 50–60 мин.*

*Способ приготовления.* В разогретой сковороде растопите масло и поджарьте муку. Добавьте молоко, соль, доведите до кипения и тушите в течение 5 мин.

Хлеб обжарьте на отдельной сковороде на сливочном масле и залейте приготовленным соусом. Сверху посыпьте сыром и запеките в духовом шкафу.

## **Оранжевые острова**

- 4 ломтика хлеба
- 50 г маргарина
- 1 маленькая морковь
- 50 г сыра
- 2 ст. л. толченых сухарей
- 1 помидор
- 1 огурец зелень

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Хлеб обжарьте на маргарине с обеих сторон. Морковь сварите и нарежьте кружочками. Сыр натрите на терке и разогрейте на маргарине с сухарями.

На каждый ломтик хлеба положите несколько кружочков моркови, сверху на них – сыр с сухарями. Бутерброды поставьте в духовой шкаф на 2–3 мин.

Готовые бутерброды украсьте дольками помидора, огурцов, зеленью.

## Зеленое облако

- 4 ломтика хлеба
- 50 г маргарина
- 200 г шпината
- 50 г ветчины
- 2 ч. л. муки
- 1 яичный белок
- 3 ст. л. майонеза
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Ветчину нарежьте и обжарьте. В отдельной сковороде потушите мелко рубленный шпинат, добавьте к нему муку, соль, перец и тушите в течение 5 мин. Яичный белок взбейте и смешайте с майонезом.

Намажьте хлеб маргарином, затем тушеным шпинатом. Сверху положите ветчину и смесь майонеза с яичным белком. Бутерброды запекайте в духовом шкафу.

## Яблочный Спас

- 4 ломтика хлеба
- 50 г маргарина

- 150 г копченой рыбы
- 1 ст. л. муки
- 5 ст. л. сметаны
- 2 кислых яблока
- 1 маленькая головка репчатого лука
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Копченую рыбу мелко порубите и потушите на маргарине. Лук нашинкуйте, яблоки нарежьте соломкой и добавьте к рыбе. Туда же положите муку, влейте сметану. Посолите, поперчите и тушите в течение 2–3 мин. Намажьте хлеб приготовленной смесью и поставьте в горячий духовой шкаф на 5 мин.

## **Летняя пора**

- 4 ломтика хлеба
- 100 г сливочного масла
- 2 огурца
- 2 яйца, сваренных вкрутую
- 3 ч. л. майонеза
- соль
- зелень

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб намажьте маслом и слегка поджарьте с обеих сторон. Огурцы нарежьте ломтиками, яйца кружочками. На приготовленный хлеб сначала положите 2–3 ломтика огурца, посолите, затем – 2–3 кружочка яиц и ложку майонеза. Каждый бутерброд украсьте зеленью.

## **Личные страсти**

- *4 ломтика хлеба*
- *2 яйца*
- *1 маринованный огурец*
- *1 маленькая головка репчатого лука*
- *4 ст. л. майонеза*
- *50 г сыра*
- *соль*
- *перец*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйца сварите вкрутую и мелко порубите. Лук, огурцы порежьте, перемешайте, добавьте яйца, майонез, соль, перец и хорошо перемешайте.

На каждый ломтик хлеба положите приготовленную смесь, сверху посыпьте тертым сыром и запеките в духовом шкафу.

## Спасение Рима

- 4 ломтика хлеба
- 50 г сливочного масла
- 100 г филе маринованной рыбы
- 2 яйца
- 50 г брынзы
- 2 ст. л. крошек белого хлеба
- 1 ч. л. томатного пюре
- 50 г сыра

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб намажьте маслом. Брынзу и сыр натрите на терке, смешайте с яичными желтками и крошками белого хлеба. Эту смесь намажьте на хлеб. Сверху положите филе рыбы и томатное пюре. Бутерброды запекайте в духовке. Готовые бутерброды посыпьте тертым сыром.

## Улочки Парижа

- 4 ломтика хлеба
- 2 яичных желтка
- 1/3 стакана молока
- 100 г тертого сыра
- 1 ст. л. сливочного масла

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* В тарелку вбейте 2 желтка, влейте молоко и размешайте. Сыр натрите на терке.

Ломтики хлеба обмакните в приготовленное молоко и выложите на сковороду, смазанную маслом, а сверху посыпьте тертым сыром. Сковороду накройте крышкой, поставьте на огонь и жарьте до тех пор, пока сыр не расплавится.

## **Вторая жизнь**

- *4 ломтика хлеба*
- *2 яйца*
- *2 ст. л. молока*
- *1 ст. л. сахара*
- *1 ст. л. сливочного масла*
- *2 ст. л. повидла*
- *2 ст. л. измельченных орехов*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Желтки яиц смешайте с сахаром, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную жидкость с двух сторон и поджарьте на сливочном масле.

В повидло всыпьте орехи, перемешайте, намажьте им

хлеб и переложите на противень. Сверху залейте взбитыми яичными белками и поставьте в духовой шкаф на 5 мин.

## Волжские просторы

- 4 ломтика хлеба
- 1 яблоко
- 1/2 стакана молока
- 2 яйца
- сахар
- корица

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яблоки очистите от кожуры, удалите семена, вырежьте сердцевину, нарежьте на небольшие кубики, присыпьте сахаром и корицей.

Яйца взбейте, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную жидкость с двух сторон, посыпьте сахаром и положите на сковороду. Сверху на каждый ломтик положите яблоки и поставьте в духовой шкаф на 5 мин.

## Простое удовольствие

- 4 ломтика батона
- 50 г сливочного масла

- 100 г колбасы
- 1 помидор
- зелень

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Колбасу нарежьте небольшими кусочками, помидоры – дольками. Сковороду смажьте маслом, положите на нее ломтики хлеба и обжарьте с двух сторон.

На готовые ломтики хлеба положите кусочки колбасы, сверху – дольки помидоров. Бутерброды украсьте зеленью.

## **Курортная жизнь**

- 4 ломтика батона
- 2 апельсина
- 2 банана
- 1/2 граната
- 1 ст. л. сметаны
- 1/2 ст. л. сахара
- 1/2 ст. л. ванильного сахара

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Апельсины и бананы очистите и нарежьте небольшими дольками. Нанизывайте на шпажки

поочередно дольки апельсина и банана, разделяя их кусочками хлеба. Шпажки поместите в духовой шкаф и запекайте, пока хлеб не подсохнет.

В это время приготовьте соус. Взбейте сметану с сахаром, ванильным сахаром, добавьте зерна граната. Шпажки выложите на тарелку, рядом поставьте соус и приглашайте всех к столу.

## Старичок-боровичок

- 4 ломтика хлеба
- 50 г свежих грибов
- 1 маленькая головка репчатого лука
- 1 яйцо
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 ч. л. муки
- 1 ст. л. сметаны
- 2 ст. л. толченых сухарей
- перец
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо взбейте, посолите и обмакните в него хлеб. Хлеб обжарьте с обеих сторон на сливочном масле и переложите на противень, смазанный маслом. Грибы мелко порубите и обжарьте на сливочном масле вме-

сте с луком. Добавьте сметану, муку, перец, соль и тушите в течение 20 мин. Этот соус выложите на хлеб, сверху посыпьте толчеными сухарями и поставьте в духовой шкаф на 5 мин.

## Чукотская сказка

- 4 ломтика хлеба
- 2 ст. л. майонеза
- 100 г балыка или лососины
- зелень

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Хлеб подсушите в духовом шкафу. Балык нарежьте маленькими кусочками. Ломтики хлеба намажьте майонезом и положите сверху кусочки балыка. Бутерброды украсьте зеленью.

## Радуга

- 4 ломтика хлеба
- 1 морковь
- 1 средний клубень картофеля
- 100 г цветной капусты
- 1/2 часть кабачка
- 2 яйца

- 3 ст. л. консервированного зеленого горошка
- 1 ст. л. сливочного масла
- 100 г сыра соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Морковь, капусту, кабачок, картофель отварите и нарежьте кубиками. Добавьте зеленый горошек, взбитые яйца, сливочное масло, соль и хорошо перемешайте. Овощи положите на ломтики хлеба, посыпьте тертым сыром и поставьте в духовой шкаф на 5 мин.

## **Закуска сумоиста**

- 4 ломтика хлеба
- 300 г филе соленой сельди
- 1/2 стакана вареного риса
- 1 яйцо
- 1 головка репчатого лука
- 1 ст. л. сливочного масла.

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб подсушите в духовом шкафу. Филе нарежьте. Лук порубите и обжарьте на сливочном масле. Яйцо взбейте.

В кастрюлю положите филе, лук, рис, залейте взбитым яй-

цом, поставьте на огонь и прогрейте. Приготовленную массу намажьте на хлеб и запекайте его в духовом шкафу.

## Раковые шейки

- 4 ломтика хлеба
- 2 ст. л. сливочного масла
- 7–8 раков
- 3 помидора
- 3 яичных белка
- 1 ст. л. майонеза
- зелень

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Хлеб обжарьте на сливочном масле. Раков разделайте и мелко порубите мясо. Яичные белки и помидоры нарежьте маленькими кусочками и смешайте с мясом. Каждый ломтик хлеба намажьте майонезом. Сверху положите приготовленный фарш и украсьте зеленью.

## Красоты Гаваев

- 2 стакана муки
- 100 г сливочного масла
- 1/2 стакана сметаны
- 1 стакан мяса креветок

- 2 яйца, сваренных вкрутую
- 1/2 стакана маслин без косточек
- 2–3 соленых огурца
- 1/2 стакана отварного риса
- 100 г майонеза зелень
- соль

*Время подготовки: 60 мин.*

*Время приготовления: 40–60 мин.*

*Способ приготовления.* Сделайте тесто. Муку порубите с охлажденным маслом, добавьте сметану, соль, замесите тесто и поставьте его в холодильник на 60 мин.

По прошествии времени тесто выньте и испеките из него тарталетки в виде корзиночек.

Яйца, мясо креветок, маслины, огурцы мелко порубите, смешайте, добавьте рис, майонез и перемешайте. Этим фаршем наполните тарталетки и украсьте зеленью.

## **Творожный десерт**

- 4 ломтика хлеба (батона)
- 200 г творога
- 2 яйца
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. толченых сухарей

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 3 мин.*

*Способ приготовления.* Яйца разотрите с сахаром, добавьте творог, сливочное масло, толченые сухари и хорошо перемешайте. Приготовленной массой намажьте хлеб и поставьте противень с бутербродами в духовой шкаф на 3 мин.

## **Клубничный рай**

- *4 ломтика хлеба (батона)*
- *2 стакана клубники*
- *1 стакан яблочного сока*
- *1 ст. л. сахара*
- *2 ст. л. толченых сухарей*
- *2 яйца*
- *1 ст. л. сливочного масла*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Клубнику разомните, добавьте яблочный сок, сахар и взбейте до образования густой массы. Этой массой намажьте хлеб.

Яйца взбейте, обмакните в них приготовленные ломтики хлеба, сверху посыпьте толчеными сухарями и обжарьте на сливочном масле.

## **Вишневый сад**

- 4 ломтика хлеба (батона)
- 1 стакан вишни без косточек
- 1 стакан сахара
- 1 ст. л. молока
- 2 яйца
- 1 ст. л. сливочного масла
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйца взбейте, добавьте сахар, молоко, вишню, сливочное масло и хорошо перемешайте. Этой смесью залейте хлеб и поставьте в духовой шкаф на 5 мин.

## **Полная чаша**

- 4 ломтика хлеба (батона)
- 2 яйца
- 1/2 стакана молока
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. сливочного масла
- консервированные фрукты и ягоды

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте яйца, добавьте молоко, сахар и хорошо перемешайте.

Разогретую сковороду смажьте маслом. Обмакните кусочки хлеба в приготовленную жидкость, положите на сковороду и обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Консервированные ягоды и фрукты прогрейте в сахарном сиропе.

Выложите приготовленные ягоды и фрукты на ломтики хлеба.

## **Сладкая жизнь**

- *4 ломтика хлеба*
- *1 ст. молока*
- *1 яйцо*
- *2 ч. л. сахара*
- *1 ст. л. сливочного масла*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо взбейте, добавьте молоко, сахар и хорошо перемешайте.

Хлеб положите на сковороду, смазанную маслом, залейте приготовленной смесью и жарьте в течение 5 мин.

## Украинская закуска

- 4 ломтика хлеба
- 100 г сала
- 2 яйца
- 1 стакан молока
- 2 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. муки

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйца взбейте, добавьте молоко, сахар и хорошо перемешайте. Обмакните кусочки хлеба в приготовленную жидкость с двух сторон. На каждый ломтик хлеба положите кусочек сала. Хлеб переложите на сковороду, смазанную сливочным маслом, и поджарьте.

## Узник замка Иф

- 4 сладких сухаря
- 2 яйца
- 1 ст. л. сахара
- 1/2 стакана молока
- 2 ст. л. сливочного масла
- зелень

*Время подготовки: 25 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яичные желтки разотрите с сахаром, добавьте молоко и залейте этой смесью сухари на 20 мин. По истечении времени к сухарям добавьте изюм и взбитые яичные белки. Эту массу выложите на противень и запекайте в духовом шкафу. При подаче нарежьте на кусочки и украсьте зеленью.

## **Куручка Ряба**

- *4 ломтика хлеба*
- *1 маленькая головка репчатого лука*
- *100 г сливочного масла*
- *4 яйца*
- *соль*
- *зелень*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб обжарьте на сливочном масле.

Добавьте мелко рубленный лук, взбитые яйца, соль и запекайте в духовом шкафу.

При подаче разрежьте на кусочки и украсьте зеленью.

## Завтрак в Марселе

- 4 ломтика хлеба
- 1/2 стакана молока
- 1 ст. л. сливочного масла
- 2 яйца
- 100 г сыра

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйца взбейте, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните кусочки хлеба в приготовленную жидкость с двух сторон, посыпьте тертым сыром, положите на сковороду и поджарьте на сливочном масле.

## Кузнечики

- 4 ломтика хлеба
- 100 г зеленого горошка
- 4 ст. л. сливочного масла
- 1/2 стакана молока
- 1 ст. л. муки
- 1 помидор
- сахар
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Потушите зеленый горошек, затем посолите, добавьте муку, сливочное масло и сахар. Обмакните хлеб с обеих сторон в молоко и обжарьте на сливочном масле.

На готовые ломтики хлеба положите тушеный горошек. Бутерброды украсьте дольками помидора.

## **Джунгли Амазонки**

- *4 ломтика хлеба*
- *150 г отварного мяса*
- *1 маленькая головка репчатого лука*
- *2 ст. л. толченых сухарей*
- *1 яйцо*
- *2 ст. л. сметаны*
- *3 ст. л. сливочного масла соль*

*Время подготовки: 15 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Пропустите через мясорубку мясо и лук. Добавьте к ним толченые сухари и поджарьте на сливочном масле. В мясо вбейте яйцо, положите сметану, соль и жарьте в течение 1–2 мин.

Приготовленным фаршем намажьте хлеб, переложите его на противень, смазанной маслом, и поставьте в духовой шкаф на 10 мин.

## Блаженство ночи

- 4 ломтика хлеба
- 100 г свежих грибов
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1/2 стакана сметаны
- 1 помидор
- 2 ст. л. тертого сыра
- 1 головка репчатого лука
- 1 ст. л. муки
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Грибы мелко порубите и поджарьте. К ним добавьте муку, сметану, соль, перец и, постоянно помешивая, тушите, пока соус не загустеет.

Каждый ломтик хлеба намажьте маслом, затем грибной массой, сверху положите дольки помидора, колечки лука и посыпьте тертым сыром.

Бутерброды уложите на противень или на сковороду, поставьте в духовой шкаф и запекайте, пока верхний слой не подрумянится.

## Фавориты короля

- 4 ломтика хлеба
- 50 г сливочного масла
- 1 ст. л. томатной пасты
- 2 яйца, сваренные вкрутую
- 50 г красной или черной икры
- зеленый лук

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб обжарьте на сливочном масле с обеих сторон. Размягченное сливочное масло смешайте с томатной пастой и намажьте этой смесью хлеб.

Яйца нарежьте кружочками и положите на бутерброды. На яйца уложите икру, сверху посыпьте мелкорубленным зеленым луком.

## Покорение мужчин

- 4 ломтика хлеба
- 4 мясных котлеты
- 2 ст. л. йогурта
- 2 ст. л. майонеза
- 2 ч. л. горчицы
- 1/2 ч. л. сушеного укропа

- 1 огурец
- 1 ст. л. сливочного масла

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Огурец мелко порубите. В глубокой тарелке смешайте йогурт, майонез, горчицу, укроп и огурец. Хлеб поджарьте на сливочном масле. На каждый ломтик положите котлету, а сверху полейте приготовленным соусом.

## **Женевское озеро**

- 4 рогалика
- 100 г сливочного масла
- 1/2 стакана сахара
- 100 г растертого мака
- 1/2 л молока

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Молоко вскипятите и налейте в глубокую тарелку, добавьте сахар, растопленное сливочное масло, мак и хорошо перемешайте.

Рогалики слегка подогрейте на сковороде, переложите на блюдо. Молоко налейте в пиалы и подавайте к столу.

## Тайна Скандинавии

- 4 рогалика
- 1/2 л молока
- 200 г брынзы
- 100 г сливочного масла
- 50 г сахара

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Молоко вскипятите и налейте в глубокую тарелку, добавьте сахар, растопленное сливочное масло, натертую брынзу и хорошо перемешайте.

Рогалики слегка подогрейте на сковороде, переложите на блюдо. Молоко налейте в пиалы и подавайте к столу.

## Надежда

- 4 ломтика хлеба
- 4 яйца
- 2 ст. л. маргарина
- 3 средних баклажана
- перец
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления 5 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте 1 яйцо. Обмакните в него ломтики хлеба и обжарьте их с обеих сторон.

Приготовьте из баклажанов пюре и намажьте им хлеб. Сварите вкрутую 3 яйца, нарежьте кружочками и положите на бутерброды. Для икры запеките баклажаны в духовом шкафу, очистите, истолките, посолите, поперчите.

## **Серьезное предложение**

- *4 ломтика хлеба*
- *2 ст. л. маргарина*
- *8 средних головок репчатого лука*
- *100 г копченой грудинки*
- *2 ч. л. муки*
- *3 ст. л. сметаны*
- *2 помидора*
- *соль*
- *перец*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб обжарьте с обеих сторон. Лук, грудинку мелко порубите и потушите. Добавьте муку, сметану, соль, перец и хорошо перемешайте. Этой смесью намажьте хлеб, сверху положите дольки помидора.

## Расплавленное счастье

- 4 ломтика хлеба
- 4 мясных котлеты
- 50 г любого сыра
- 1 маленькая луковица
- сливочное масло

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Лук мелко порубите и пережарьте. Сыр нарежьте пластинками. Намажьте хлеб маслом. На каждый ломтик положите жареный лук, затем котлету и пластинку сыра. Бутерброды переложите на противень и запекайте в духовом шкафу, пока сыр не расплавится.

## Близнецы

- 4 ломтика хлеба
- 50 г ветчины
- 50 г творога
- 1 яйцо

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте яйцо и смешайте его с

творогом. Ветчину нарежьте ломтиками. На каждый ломтик хлеба положите ветчину, сверху намажьте творогом. Бутерброды переложите на сковороду или противень и запекайте в духовом шкафу, пока хлеб не подрумянится.

## Контрасты жизни

- 4 ломтика хлеба
- 100 г любой колбасы
- 20 г сливочного масла
- 1 помидор
- 1 яблоко
- хрен

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Ломтики хлеба обжарьте на масле с обеих сторон. Колбасу нарежьте кружочками и тоже обжарьте. Яблоки натрите на крупной терке и обжарьте, добавив хрен. На каждый ломтик хлеба положите кусочек колбасы, на него – слой протертых яблок, а сверху – дольку помидора.

## 2. Холодные бутерброды

*Их можно назвать «королями завтрака», потому что именно они эффектно смотрятся на столе, возбуждают аппетит и не требуют больших затрат времени.*

### Амстердам

- 4 ломтика пшеничного хлеба
- 50 г сливочного масла
- 1 яблоко
- 50 г сыра

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Намажьте маслом ломтики хлеба. Яблоки очистите от кожуры и семян, нарежьте тонкими ломтиками и положите на хлеб. Сыр натрите на терке и посыпьте им бутерброд.

### Версальское лакомство

- 4 ломтика хлеба
- 120 г сливочного масла

- 100 г сыра
- 1 ст. л. сметаны
- 1/2 ч. л. соли
- 1/6 ч. л. сахара
- черный перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* В сметану добавьте соль, сахар, перец и тщательно перемешайте.

Сыр натрите на терке и смешайте с мягким маслом. Добавьте приготовленную сметану и взбейте миксером или вручную. Соус намажьте на ломтики хлеба и разложите на тарелке.

## **Шервурдский лес**

- 4 ломтика хлеба
- 100 г сливочного масла
- небольшой пучок петрушки
- укропа или зеленого лука
- 1 ч. л. лимонного сока
- соль
- помидоры (любые другие овощи)

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 30 мин.*

*Способ приготовления.* Зелень тщательно вымойте, мелко нарубите и смешайте с мягким маслом. Добавьте лимонный сок, соль и еще раз перемешайте. Из этой смеси сформируйте колбаски и положите в холодильник на 30 мин. Готовое масло нарежьте кусочками, положите на кусочки хлеба и украсьте дольками помидора.

## **Паштетный**

- *4 ломтика ржаного хлеба*
- *1 яйцо*
- *2 ч. л. сливочного масла*
- *зелень петрушки*
- *соль*
- *перец*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо сварите вкрутую и очистите. Отделите желток от белка и разотрите вилкой. Белок измельчите ножом. Смешайте желток и белок, посолите и добавьте перец по вкусу. Заправьте полученную смесь маслом и хорошенько перемешайте.

Ломтики хлеба намажьте яичным паштетом и посыпьте измельченной петрушкой.

## Морской

- 4 ломтика ржаного хлеба
- 8 килек средней величины
- 2 ч. л. майонеза
- 1 яйцо

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо сварите и нарежьте тонкими кружочками. Ломтик хлеба покройте яичными кольцами. Кильку очистите и положите на бутерброд в свернутом виде. Полейте бутерброд майонезом.

## Зебра

- 4 ломтика ржаного хлеба
- 50 г филе сельди
- 2 ч. л. сливочного масла
- 1 яйцо
- 1 свежий огурец
- петрушка
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Хлеб нарежьте прямоугольными ломтиками и намажьте маслом. Филе сельдки нарежьте тонкими брусочками.

Яйцо сварите вкрутую и отделите желток от белка. Порубите их по отдельности. Нарежьте мелкими кубиками огурец и смешайте его с измельченной петрушкой. Все продукты поочередно выложите по диагонали на хлеб, бутерброд слегка подсолите.

## Пастилка

- 4 ломтика ржаного хлеба
- 3 ст. л. творога
- 2 ст. л. сметаны
- 4–5 веточек петрушки
- соль

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Творог заправьте сметаной и посолите по вкусу. Немного остудите в холодильнике. Творожной смесью намажьте бутерброд. А украсить его вы сможете петрушкой.

## Вкусная лужайка

- 4 ломтика ржаного хлеба

- 1 яйцо
- 60 г вареного мяса
- 2 ч. л. сливочного масла
- зелень
- петрушки
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо сварите вкрутую, очистите от скорлупы. Яйца и мясо пропустите через мясорубку. Разотрите продукты до однородной массы, посолите и смешайте с маслом.

Охладите полученную смесь, после чего ломтики хлеба покройте мясной пастой. Украсьте бутерброды зеленью петрушки.

## **Сладкий**

- 4 ломтика белого хлеба или батона
- 3 ст. л. творога
- 2 ч. л. варенья с ягодами.

*Время подготовки: 5 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Творог смешайте с вареньем и поставьте полученную смесь в холодильник на 5 мин. После

этого намажьте ломтики хлеба сладкой массой.

## Весельчак

- 4 ломтика ржаного хлеба
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 яйцо, сваренное вкрутую
- 50 г вареных мозгов
- 20 г плавленого сыра
- соль

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Сливочное масло тонким слоем нанесите на ломтики хлеба. Вареные мозги нарежьте маленькими кусочками. Обжарьте их на сковороде, затем охладите. В остывшие мозги добавьте мелко нарезанное яйцо.

Полученную смесь нанесите еще одним слоем на бутерброд поверх масляного. Посолите по вкусу. Завершением бутерброда станет сыр, который вы натрете на мелкой терке. Посыпьте им каждый ломтик.

## Долгожданная радость

- 4 ломтика черного хлеба
- 2 ст. л. сливочного масла
- 50 г балыка

- *1 лимон соль*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Ломтики хлеба поджарьте с обеих сторон на сковороде. Для этого вы можете использовать 1 ст.л. сливочного масла. Балык нарежьте тонкими продолговатыми пластинами.

Поджаренные ломтики хлеба намажьте оставшимся маслом и уложите на каждый из них по несколько кусочков балыка.

Бутерброд сверху посолите и украсьте лимоном, который следует предварительно очистить от кожуры и нарезать тонкими кружками.

## **Забавы пирата**

- *4 ломтика черного хлеба*
- *40 г копченой грудинки*
- *1 баклажан*
- *1 свежий огурец*
- *2 ст. л. растительного масла*
- *1 ст. л. майонеза*
- *соль*

*Время подготовки: 15 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Черный хлеб обжарьте с обеих сторон на растительном масле. Баклажан нарежьте тонкими кружочками и замочите в соленой воде на 10 мин. А после этого также обжарьте до коричневатой корочки.

Копченую грудинку нарежьте тонкими, в 1 см шириной пластинками. Огурец нарежьте тонкими кружочками. Ломтики хлеба смажьте майонезом и положите на бутерброды первый уровень – жареные баклажаны. На них положите ломтики грудинки. Кружочки огурцов положите на верх сэндвича.

## Три поросенка

- 4 ломтика пшеничного хлеба
- 50 г жареной свинины
- 30 г сыра
- 2 ч. л. горчицы
- 1 помидор
- 1 ст. л. растительного масла

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* На растительном масле обжарьте ломтики хлеба. Жареную свинину измельчите ножом и нанесите на ломтики хлеба, которые вы смазали горчицей.

Помидоры нарежьте кружочками средней толщины и разместите их на сэндвиче. Все приготовленное вами посыпьте

сверху сыром, натертым на крупной терке.

## Стройная фигура

- 4 ломтика черного хлеба
- 50 г сыра
- 50 г отваренной говяжьей грудинки
- зелень петрушки
- укроп
- соль

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 5 мин.

*Способ приготовления.* Отваренную говяжью грудинку посолите по вкусу и нарежьте тонкими ломтиками. На ломтики хлеба положите несколько веточек петрушки. На нее – ломтики мяса, посыпьте их сыром. Веточки укропа завершат эту «строгую конструкцию».

## Подводная лодка

- 1 батон
- 200 г мясного фарша
- 1 яйцо
- 1 лимон
- 50 г плавленого сыра
- соль

- *перец по вкусу*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 30 мин.*

*Способ приготовления.* У белого батона средней величины срежьте верх и удалите большую часть хлебного мякиша. Таким образом, батон будет напоминать по виду плоскодонную лодку.

Возьмите половину крошеного мякиша и смешайте его с мясным фаршем. Вбейте туда сырое яйцо. Посолите и поперчите полученную смесь. Заполните фаршем батон.

Лимон очистите от кожуры и нарежьте тонкими колечками. Уложите лимонные кружочки на отверстие в батоне. Оберните батон в фольгу и запекайте в духовом шкафу при средней температуре.

Через 30 мин бутерброд будет готов. Освободите его от фольги, но оставьте на противне. Посыпьте «лодку» плавленым сыром, натертым на мелкой терке. Поставьте снова в духовой шкаф, чтобы сыр расплавился. После этого охладите бутерброд. Перед подачей к столу нарежьте его ломтиками.

## **Варшавское соглашение**

- *4 ломтика хлеба*
- *100 г сливочного масла*
- *1 яйцо*
- *несколько веточек укропа (или перьев лука)*

- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Яйцо сварите вкрутую, отделите белок от желтка и мелко их порубите. Масло смешайте с желтком, добавьте белок, нарубленную зелень, соль и еще раз хорошо перемешайте.

Готовое масло намажьте на ломтики хлеба.

## **Баварский сюрприз**

- 4 ломтика хлеба
- 100 г сливочного масла
- 50 г ветчины
- 1 ст. л. сметаны
- 1/2 ч. л. горчицы
- зелень петрушки
- укроп

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Пропустите через мясорубку ветчину и смешайте ее с мягким маслом. Добавьте сметану, горчицу и все хорошо перемешайте.

Готовое масло намажьте на ломтики хлеба, разложите на тарелке и украсьте зеленью.

## Лесные богатыри

- 4 ломтика хлеба
- 8 маринованных или вареных грибов
- 1 головка репчатого лука
- 50 г сливочного масла
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Грибы и лук мелко порубите. Масло взбейте и добавьте в него грибы, лук, соль, перец. Хорошо перемешайте.

Готовое масло намажьте на ломтики хлеба.

## Рецепт племени майя

- 4 ломтика хлеба
- 100 г сливочного масла
- 1 ст. л. творога
- 1 ст. л. томатной пасты
- соль
- щепотка молотого красного перца

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте масло и добавьте к нему томатную пасту, творог, соль, перец. Перемешайте так, чтобы не осталось комочков творога.

Готовое масло намажьте на ломтики хлеба.

## **Золото Атлантики**

- *4 ломтика хлеба*
- *300 г отварной рыбы*
- *2 головки репчатого лука*
- *3 ст. л. растительного масла*
- *1 ст. л. толченых сухарей*

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Рыбу и лук пропустите через мясорубку, добавьте толченые сухари и поджарьте на растительном масле.

Приготовленный фарш выложите на ломтики хлеба и поставьте в духовой шкаф на 10 мин.

## **Альпийская тайна**

- *4 ломтика хлеба*
- *300 г творога*
- *пучок укропа*

- 1 яйцо
- 1/2 стакана сметаны
- 3 зубчика чеснока
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Творог положите в миску, вбейте яйцо. Чеснок истолките с солью и добавьте в творог. Влейте сметану и хорошо перемешайте. Зелень мелко порубите и добавьте в паштет.

Приготовленным паштетом намажьте хлеб.

## **Визит в Лозанну**

- 4 ломтика хлеба
- 300 г брынзы
- 150 г сливочного масла
- 3 зубчика чеснока
- пучок укропа или петрушки
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 60 мин.*

*Способ приготовления.* Брынзу нарежьте кусочками и залейте кипятком на 10 мин. Затем откиньте на сито и переложите на тарелку. Добавьте взбитое масло, мелко рубленый

чеснок, перец и хорошо перемешайте. Паштет поставьте в холодильник на 60 мин.

Приготовленным паштетом намажьте хлеб, украсьте зеленью.

## Огородный клад

- 4 ломтика хлеба
- 2 небольшие брюквы
- 200 г филе консервированной кильки
- 1 головка репчатого лука
- 1/2 стакана отварного риса
- 1 ст. л. томатного соуса
- 1 яблоко
- 1 ст. л. сметаны
- 1 ст. л. тертого хрена
- соль
- сахар

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 5 мин.*

*Способ приготовления.* Брюкву отварите и пропустите через мясорубку вместе с килькой. Яблоко натрите на терке, добавьте рис, томатный соус, хрен, соль, мелко рубленый лук, сметану, брюкву с килькой и хорошо перемешайте. Приготовленной смесью намажьте хлеб.

## Поросячий восторг

- 4 ломтика хлеба
- 200 г свиной печени
- 1 небольшая головка репчатого лука
- 1 корень петрушки
- 150 г сливочного масла
- 50 г шпика
- 1 ст. л. лимонного сока
- 1 ч. л. сахара
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Печень и шпик разрежьте на маленькие кусочки, переложите в кастрюлю, добавьте воду, соль, перец, мелко рубленые петрушку, лук и тушите до готовности. Остывшую массу пропустите через мясорубку, влейте лимонный сок, добавьте сахар, взбитое масло и хорошо перемешайте. Приготовленным паштетом намажьте хлеб.

## Оккупация красных

- 4 ломтика хлеба

- 100 г сливочного масла
- 1 ч. л. лимонного сока
- 1 ст. л. свекольного сока
- 1/2 ч. л. ванили
- 1/2 ч. л. мускатного ореха

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте масло и добавьте в него лимонный сок, ваниль, мускатный орех, свекольный сок. Перемешайте и намажьте на ломтики хлеба.

## **Морское дно**

- 4 ломтика хлеба
- 4 соленые кильки
- 20 г сливочного масла
- зеленый лук

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Масло намажьте на хлеб, на каждый ломтик положите кильку, сверху посыпьте луком.

## **Деревенское угощение**

- 4 ломтика хлеба

- 20 г сливочного масла
- 4 ломтика ветчины
- 1 редька
- 3 ст. л. сметаны

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления 10 мин.*

*Способ приготовления.* Редьку вымойте, очистите, натрите на терке и смешайте со сметаной. Хлеб намажьте маслом, затем на каждый ломтик положите ветчину и редьку со сметаной.

## **Прямо с грядки**

- 4 ломтика хлеба
- 20 г сливочного масла
- 100 г ветчины (или колбасы)
- 2–3 помидора
- соль
- перец

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления 10 мин.*

*Способ приготовления.* Нарезьте ветчину, помидоры нарежьте кольцами. Хлеб намажьте маслом, на каждый ломтик положите кусочек ветчины, затем помидор, посолите и поперчите.

## Казацкая пирушка

- 4 ломтика хлеба
- 20 г сливочного масла
- 100 г жареной свинины зелень

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 10 мин.

*Способ приготовления.* Хлеб намажьте маслом, сверху на каждый ломтик положите кусочек свинины и посыпьте мелко рубленой зеленью.

## Остатки прошлого

- 4 ломтика хлеба
- 20 г сливочного масла
- 100 г любого сыра
- 100 г студня
- 2 помидора
- горчица
- соль

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 10 мин.

*Способ приготовления.* Хлеб намажьте маслом. На каждый ломтик положите кусочек сыра, затем слой горчицы, ку-

сочек студня, помидора, посолите.

## Видение

- 4 ломтика хлеба
- 20 г сливочного масла
- 100 г творога
- 3 рыбки консервированных шпрот
- соль
- перец
- зелень

*Время подготовки:* 10 мин.

*Время приготовления:* 10 мин.

*Способ приготовления.* Разотрите творог с маслом до получения однородной массы. Шпроты измельчите и добавьте в масло, поперчите, посолите и хорошо перемешайте.

Намажьте полученной смесью ломтики хлеба и украсьте их зеленью.

## Красное море

- 8 ломтиков хлеба
- 3 маленькие головки репчатого лука
- 2 помидора
- 2 ст. л. томатной пасты
- 100 г сливочного масла

- горчица
- зелень
- соль

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Взбейте масло. Добавьте мелко-рубленный лук, горчицу, соль, томатную пасту и хорошо перемешайте. Полученную смесь намажьте на 4 ломтика хлеба, а сверху положите оставшиеся ломтики. Украсьте сэндвичи зеленью и дольками помидора.

## **Дары Черного моря**

- 4 ломтика хлеба
- 200 г соленой сельди
- 200 г сливочного масла
- 25 г любых грибов
- 1 помидор
- 1 яйцо, сваренное вкрутую
- зелень

*Время подготовки: 10 мин.*

*Время приготовления: 10 мин.*

*Способ приготовления.* Разделайте рыбу и нарежьте маленькими кусочками. Грибы поджарьте и добавьте в рыбу. Туда же положите сливочное масло и хорошо перемешайте.

Яйцо и помидор нарежьте кружочками.

Приготовленной селедочной массой намажьте ломтики хлеба.

Сверху положите дольки помидора и яйца. Бутерброды украсьте зеленью.

# 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.