Семейные обеды на каждый день

Лучшие рецепты

Алексей Владимирович Иванов

Семейные обеды на каждый день. Лучшие рецепты

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=303532
Семейные обеды на каждый день. Лучшие рецепты: РИПОЛ Классик; Москва; 2009
ISBN 978-5-386-01529-9

Аннотация

Загляните в гости на часок к хлебосольным хозяевам – из-за стола не выберетесь! Все вкусно, сытно и главное – полезно, и продукты вполне доступные. Никаких заморских устриц и омаров – в ход идет обычно то, что под рукой, к чему мы давным-давно привыкли. А вкусно как! Пальчики оближешь! Итак, открывайте книгу, надевайте фартуки и бегом на кухню: пора, понимаешь, обед готовить.

Содержание

САЛАТЫ 4
Свежие овощи? В салат 4
Без картошки никуда. Картофельные салаты 17
По щучьему велению… Рыбные салаты 21
Лесная сказка. Салаты из грибов 29
Страшный сон вегетарианца. Салаты из мяса и птицы 33
Зимой и летом винегреты! 41
Почти что по Крылову. Салаты из сыра и творога 44
СУПЫ 46
Рассольники, солянки 46
Щи 51
Супы на любой вкус 55
Конец ознакомительного фрагмента. 60

Алексей Владимирович Иванов Семейные обеды на каждый день Лучшие рецепты

САЛАТЫ

Свежие овощи? В салат

САЛАТ ИЗ РИСА С ОГУРЦАМИ

3 столовые ложки риса, 1 стакан воды, 2 свежих огурца, зеленый лук, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Залить рис водой. Когда зерна полностью поглотят воду, сделать в рисе, не перемешивая его, несколько ямок и влить в них масло.

Кастрюлю с рисом закрыть крышкой, поставить на водяную баню на 15–20 минут, охладить.

Вареный рис выложить в салатник, добавить нашинкованные соломкой огурцы, рубленый зеленый лук и посолить.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ

200 г свежей капусты, 2 моркови, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Капусту нашинковать соломкой, кочерыжку пропустить через мясорубку. Морковь натереть на крупной терке. Все соединить и заправить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ОВОЩАМИ

1 стакан квашеной капусты, 4 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, 1 морковь, 2 свеклы, 1 луковица.

Квашеную капусту, не промывая и не отжимая, мелко нарубить, добавить нашинкованные соломкой сырые свеклу, морковь, репчатый лук. Все перемешать и заправить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ ЩАВЕЛЯ И ШПИНАТА

200 г щавеля, 200 г шпината, 1/2 стакана сметаны, 2 редиски с ботвой, зеленый лук, зелень петрушки и укропа.

Мелко нарезать листья щавеля и шпината, редиску вместе с ботвой и смешать со сметаной, солью, измельченным луком, укропом.

ЗЕЛЕНЫЙ САЛАТ С БРЫНЗОЙ

200 г брынзы, 2 столовые ложки зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, 2 столовые ложки майонеза, 50 г рубленого зеленого салата, укроп, соль, перец.

Натертую брынзу соединить с мелко нарезанной зеленью, луком, перцем, солью, майонезом, сметаной и перемешать.

Готовый салат посыпать брынзой и укропом.

САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ ПО-ИСПАНСКИ

200 г сладкого перца, 200 г помидоров, 150 г репчатого лука, 100 г панировочных сухарей, 150 г свежих огурцов, 200 г сметаны.

Из перца удалить зерна и нарезать соломкой. Помидоры и

огурцы нарезать ломтиками, лук нашинковать, сухари поджарить. Все смешать, залить сметаной, добавить соль и перец по вкусу.

САЛАТ ВЕСЕННИЙ

200 г белокочанной капусты, 3 шт. свежеотваренного картофеля, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 свежий огурец, соль по вкусу, 1/2 стакана сметаны, укроп.

Капусту нарезать квадратиками, огурец и картофель – мелкими кубиками, яйцо и укроп мелко нарезать.

Все смешать, заправить сметаной, посолить и посыпать зеленью укропа.

РИСОВЫЙ САЛАТ

1 кислое яблоко, 1 корень сельдерея, 1/2 стакана сливок, 1 столовая ложка лимонного сока, 200 г вареного длинного риса, 1/2 чайной ложки соли, щепотка перца.

Яблоко разрезать на 8 частей и удалить сердцевину, затем нашинковать яблоко и сельдерей. Смешать сельдерей, яблоко и рис. Сливки перемешать с лимонным соком, добавить соль, перец и заправить полученной смесью салат. Перед подачей на стол посыпать нарубленной зеленью сельдерея.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЯЙЦОМ

4 помидора, 4 сваренных вкрутую яйца, 3/4 стакана сметаны, зелень укропа или петрушки, листья зеленого салата, соль.

Помидоры и яйца нарезать дольками и положить в салатник. К сметане добавить мелко нарезанную зелень, соль, перемешать и залить этой смесью помидоры и яйца. Блюдо украсить листьями салата и цветком из помидора.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ, ЯИЦ И СЫРА

4 сваренных вкрутую яйца, 4 помидора, 100 г сыра, 1 стакан сметаны, соль.

Помидоры и яйца нарезать кружочками, положить в салатник, посолить. Сыр натереть на крупной терке, смешать со сметаной и залить полученной смесью помидоры и яйца. Салат украсить кружками помидоров и кубиками сыра.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И СВЕКЛЫ

2 яблока, 2 моркови, 1 свекла, 5 зубчиков чеснока, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Морковь и свеклу очистить, Промыть, натереть на терке.

Яблоки промыть, натереть на крупной терке вместе с кожицей. Все перемешать, посолить, добавить растительное масло и посыпать рубленым чесноком.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ

2 столовые ложки риса, 5 редисок, 2 яблока, 2 столовые ложки рубленых листьев клубники, 4 столовые ложки майонеза, 1/2 стакана воды, соль.

Рис перебрать, промыть, залить горячей соленой водой, довести до кипения, варить 5 минут и настоять при закрытой крышке 20 минут, затем охладить.

Редис и яблоки помыть, нарезать соломкой, добавить к ним отварной рис, осторожно перемешать. Салат посыпать мелко порубленными молодыми листьями клубники и полить майонезом.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЯЙЦОМ

350 г помидоров, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г репчатого лука, 100 г вареного сельдерея, 300 г майонеза, соль, черный молотый перец.

Помидоры и яйца порезать небольшими дольками, сельдерей нашинковать, все смешать с майонезом, добавить соль и перец.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ПОМИДОРАМИ

250 г сладкого перца, 200 г помидоров, 2 головки репчатого лука, 3 столовые ложки растительного масла, 2 дольки чеснока, соль, 1 чайная ложка сока лимона, зелень петрушки.

Перец запечь в духовке до получения красивого коричневого цвета, затем очистить от кожицы, нарезать «лапшой», смешать с ломтиками помидоров, нарезанным кольцами луком, толченым чесноком. Салат посолить, заправить соком лимона и растительным маслом и посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ПОМИДОРАМИ И МАЙОНЕЗОМ

500 г сладкого перца, 150 г помидоров, 1 сваренное вкрутую яйцо, 100 г майонеза, 2 столовые ложки кефира, 150 г зеленого лука, соль, зелень петрушки.

Перец и зеленый лук нарезать тонкой соломкой, смешать с рублеными яйцами и ломтиками помидоров, посолить, заправить смесью из майонеза с кефиром, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ РЕВЕНЯ И МОРКОВИ

200 г ревеня, 3 моркови средней величины, 2 луковицы, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки рубленого укропа.

Ревень нарезать кружочками, морковь и репчатый лук – соломкой. Салат полить майонезом и украсить укропом.

САЛАТ ИЗ СПАРЖИ С ЯЙЦОМ

2 яйца, 300 г спаржи, 2 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки майонеза.

Нарезанную спаржу смешать с зеленым горошком, зеленым луком, мелко рубленным яйцом и полить майонезом.

САЛАТ ИЗ СПАРЖИ С РИСОМ

300 г спаржи, 4 столовые ложки риса, 100 г твердого сыра, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки рубленого укропа, соль.

Отварные спаржу и рис смешать, добавить натертый на крупной терке сыр, укроп, полить майонезом и украсить веточками укропа.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МАЙОНЕЗОМ

1/4 небольшого кочана свежей белокочанной капусты, 1–2 моркови, 2–3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 помидора, 1 сваренное вкрутую яйцо, 10 маслин, 2 столовые ложки майонеза, 2 чайные ложки лимонного сока, соль, зелень петрушки.

Очищенную и вымытую капусту нашинковать и слегка растереть с солью, затем добавить натертую морковь и горох. Овощи размешать с лимонным соком и майонезом. Салат украсить кружочками яйца и помидоров, а между ними выложить маслины. Посыпать нарезанной зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ КРАПИВЫ С КИСЛЫМ МОЛОКОМ

2 стакана нарубленных листьев крапивы, 1 стакан кислого молока, 2 столовые ложки рубленого зеленого лука, соль.

Молодые листья крапивы промыть, слегка помять деревянным пестиком, добавить соль, кислое молоко или кефир. Подавать с зеленым луком.

САЛАТ ИЗ СЫРОЙ СВЕКЛЫ С МАЙОНЕЗОМ

1 небольшая сырая свекла, 1–2 кислых яблока, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 1 головка репчатого лука, сок 1 лимона, 3 столовые ложки майонеза, соль.

Вымытые и очищенные свеклу и яблоки натереть на терке. Огурцы нарезать мелкими кубиками, а лук – тонкими полосками. Овощи смешать, прибавить лимонный сок, горошек, майонез, соль.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ

2 вареные свеклы средней величины, 4 дольки чеснока, 1 яблоко, сок 1/2 лимона, 100 г майонеза, сахар и соль по вкусу.

Свеклу очистить, натереть на крупной терке. Промытый, замоченный и очищенный от косточек чернослив нарезать кусочками. Все соединить, перемешать, заправить соком лимона, солью, майонезом, смешанным со сметаной и сахаром.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОРЕХАМИ

4 вареные свеклы, 16 грецких орехов, 4 яблока, 4 столовые ложки майонеза, 4 столовые ложки сметаны, соль и сахар

по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Свеклу и яблоки натереть на крупной терке, смешать с измельченными ядрами грецких орехов, посолить, заправить майонезом, смешанным со сметаной и сахаром, и украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ

1 свекла, горсть чернослива, 2 антоновских яблока, горсть ядер грецких орехов, 2 дольки чеснока, 100 г сметаны, 100 г майонеза, соль, сахар по вкусу, зелень.

Свеклу отварить или испечь в духовке, затем охладить, очистить и натереть на крупной терке. Яблоки также натереть на терке, чеснок растереть. Чернослив вымыть, замочить в холодной кипяченой воде, очистить от косточек и нарезать кусочками. Все компоненты соединить, приправить солью, сахаром, заправить сметаной с майонезом, уложить в салатник и украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

2 небольшие свеклы, 4 яблока, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 соленый огурец, 2 дольки чеснока, хрен, зеленый лук, соль, сахар, 1/2 стакана густой сметаны.

Вареную очищенную свеклу, яблоки, огурец натереть на

терке, добавить рубленое яйцо, натертые чеснок и хрен, нарезанный лук. Все посолить и заправить сметаной. Салат переложить в салатник и украсить цветком из яйца и зеленым луком.

САЛАТ ИЗ ВАРЕНОЙ МОРКОВИ

4 моркови, 175 г консервированного зеленого горошка, 300 г яблок, 2 столовые ложки сметаны или майонеза, соль, зелень.

Вареную морковь и свежие яблоки нарезать мелкими кубиками, добавить зеленый горошек, посолить и заправить сметаной или майонезом. Украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

600 г квашеной капусты, 150 г соленых огурцов, 150 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль, черный молотый перец.

Капусту измельчить, огурцы нарезать кубиками, лук нашинковать. Все перемешать, заправить маслом, посолить.

МОРКОВНЫЙ САЛАТ

500 г моркови, 2 апельсина средней величины, сок 1/2 лимона, 1 столовая ложка сахарной пудры, 1 столовая ложка масла, молотая корица.

Морковь нашинковать. Разделить апельсины на дольки и смешать с морковью. Лимонный сок смешать с сахарной пудрой, корицей и маслом и залить салат.

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ С КОЛБАСОЙ

200 г вареной колбасы, 100 г сыра гауда, 2 небольшие луковицы, 1/2 красного и 1/2 зеленого сладкого перца, 4 помидора, 100 г маринованных огурцов, 300 г консервированной кукурузы, 2 столовые ложки яблочного уксуса, 3 столовые ложки масла, 1/2 чайной ложки горчицы, 1/2 чайной ложки соли, щепотка сахара, 1 горошина черного перца.

Колбасу и сыр нарезать соломкой. Луковицы очистить и нарезать колечками, так же как и помидоры и маринованные огурцы. Из сладкого перца удалить сердцевину и нарезать соломкой. Смешать кукурузу, колбасу и перец в салатнице. Добавить туда уксус, масло, горчицу, соль и щепотку перца. Все перемешать и дать постоять 20 минут при комнатной температуре.

Без картошки никуда. Картофельные салаты

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

400 г отварного картофеля, 200 г вареной или жареной рыбы, 1 помидор, 50 г зеленого лука, 100 г майонеза, 100 г сметаны, зелень укропа.

Картофель нарезать кубиками и отварить. Рыбу отварить в небольшом количестве воды вместе со специями или обжарить в растительном масле и разделить на кусочки.

Зеленый лук мелко нарезать, все компоненты смешать, заправить майонезом, смешанным со сметаной, посыпать зеленью укропа и украсить цветком из помидора.

САЛАТ ИЗ ТВОРОГА С КАРТОФЕЛЕМ

300 г творога, 400 г отварного картофеля, 1 головка репчатого лука, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г кефира, 100 г сметаны, черный молотый перец, соль, зелень укропа.

Картофель нарезать ломтиками и смешать с творогом, мелко нарубленными яйцами, луком. Заправить кефиром, сметаной, солью и перцем. Готовый салат украсить зеленью

укропа.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С ОКОРОКОМ

800 г картофеля, 300 г консервированного зеленого горошка, 300 г нежирного окорока, 50 г сала, 1 луковица, 100 г мясного бульона, 1 столовая ложка виноградного уксуса, 1/2 чайной ложки соли, 2 столовые ложки масла, щепотка перца.

Неочищенный картофель отваривать в подсоленной воде 25–30 минут, затем очистить и порезать ломтиками. Окорок, сало и луковицу нарезать кубиками. Сало обжарить. Разогреть мясной бульон, смешать его с картофелем, виноградным уксусом и посыпать перцем. Добавить окорок, лук и сало. Салат заправить маслом и дать постоять несколько минут.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОРЕХАМИ

5 сваренных в мундире картофелин, 3 кислых яблока, горсть ядер грецких орехов, горсть ядер лесных орехов, 250 г майонеза, сок 1/2 лимона, 1/2 чайной ложки сахара, соль на кончике ножа, перец черный молотый, зелень.

Картофель и яблоки очистить, нарезать кубиками. Яблоки сбрызнуть соком лимона, чтобы не потемнели, орехи мелко

нарезать. Самые красивые ядра оставить для украшения салата. Все компоненты соединить, заправить майонезом, посолить, подсластить, поперчить, перемешать. На дно салатницы уложить зелень, на нее – салат. Сверху украсить ядрами орехов.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВЕКЛОЙ

600 г картофеля, 200 г яблок, 200 г свеклы, 100 г соленых огурцов.

Для заправки: *250 г сметаны, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец, сахар по вкусу, пучок петрушки.*

Вареный очищенный картофель, очищенные яблоки, вареную свеклу и соленые огурцы нарезать соломкой и перемешать.

Сметану смешать с растительным маслом и измельченным яйцом, приправить сахаром, солью, перцем. Полученной смесью заправить салат, посыпать сверху мелко нарезанной петрушкой и украсить кружочками яйца.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЫРОМ И ВЕТЧИНОЙ

800 г картофеля, 200 г ветчины, соль, перец.

Для заправки: *150 г сыра рокфор, 1 столовая ложка столового уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 125 г густой сметаны, зелень петрушки.*

Сваренный в мундире картофель очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить и добавить нарезанную соломкой ветчину.

Уксус и растительное масло смешать, добавить измельченный рокфор и сметану. Полученной смесью заправить салат, перемешать и выложить в салатницу. Украсить мелко порубленной зеленью.

По щучьему велению… Рыбные салаты

САЛАТ «РАССОЛ»

150 г сельди, 430 г говядины, 250 г маринованных огурцов, 70 г свежих яблок, 2–3 яйца, сваренных вкрутую, 20 г горчицы, 220 г сметаны, соль, 30 г зелени.

Вареный картофель, маринованные огурцы, яблоки без кожицы, отварное мясо и сельдь нарезать кубиками, яйца – мелко нашинковать. Все перемешать, заправить сметаной, смешанной с горчицей или майонезом.

При подаче на стол украсить дольками яйца и зеленью.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ

600 г картофеля, 240 г филе сельди, 1 большая луковица, 1 большое кислое яблоко, 200 г консервированной свеклы, 100 г маринованных огурцов, 3 столовые ложки майонеза, 5 столовых ложек йогурта, 1 столовая ложка виноградного уксуса, щепотка перца.

Варить неочищенный картофель в подсоленной воде в течение 25–30 минут. Филе сельди и свеклу порезать кубика-

ми, лук – колечками. Яблоко разрезать на 4 части, удалить сердцевину и мелко порезать. Нашинковать огурцы.

Майонез смешать с йогуртом и виноградным уксусом, добавить 2 столовые ложки сока свеклы. Картофель очистить и нарезать, затем смешать с яблоком, сельдью, огурцами, добавить свеклу и выложить все в салатницу. Салат заправить майонезной смесью и дать постоять несколько минут. Перед подачей на стол немного посолить.

РЫБНЫЙ САЛАТ

200 г отварного филе рыбы, 150 г картофеля, 150 г соленых огурцов, 2 столовые ложки хрена, 1/2 стакана майонеза, пучок зеленого лука, 1 чайная ложка сахара, уксус, соль по вкусу.

Отварить филе в подсоленной воде, картофель отварить в мундире. Хрен смешать с сахаром, солью, добавить уксус, все перемешать, соединить с рыбой и нарезанными овощами, заправить майонезом и посыпать мелко нарезанным луком.

РЫБНЫЙ САЛАТ С ЯБЛОКАМИ

800 г рыбного филе (трески, хека), 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки расти-

тельного масла, 2 головки репчатого лука, 4 яблока, зелень, специи, соль, сахар, уксус по вкусу.

Филе посолить, поперчить, обвалять в муке и жарить до готовности. Охладить, нарезать мелкими ломтиками, сбрызнуть уксусом и выдержать 30 минут на холоде. Затем добавить измельченный лук, яблоки, сметану, сахар, соль и перемешать.

Готовый салат украсить зеленью.

САЛАТ «ВЕСЕННИЙ» С СЕЛЬДЬЮ

1 соленая сельдь, 3 свежих огурца, 3 свежих помидора, 2–3 яйца, 50 г зеленого салата, 50 г лука, 1/3 стакана салатной заправки, зелень укропа и петрушки.

Огурцы, помидоры и сваренные вкрутую яйца нарезать кружочками, листики салата – соломкой. Филе сельди разрезать на равные кусочки. Все перемешать и залить салатной заправкой. Салат уложить горкой, украсить ломтиками сельди, огурцами, помидорами и посыпать зеленью.

САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ

2 стакана маринованной морской капусты, 1 стакан белокочанной квашеной капусты, 3 картофелины, 1 головка репчатого лука, 1/2 стакана растительного масла, соль.

Морскую и квашеную капусту смешать вместе с нарезанным ломтиками отварным картофелем и луком. Все перемешать, посолить, заправить маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И КАЛЬМАРОВ

300 г вареных кальмаров, 2 стакана квашеной капусты, 2 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука или 1/2 головки репчатого, 1/2 стакана растительного масла, 1 столовая ложка сахара, соль.

Квашеную капусту промыть и слегка отжать. Лук мелко нарезать, смешать с капустой, маслом, сахаром и солью. Добавить нарезанные соломкой кальмары и снова перемешать.

САЛАТ ИЗ КОНСЕРВОВ «ИВАСИ»

250 г консервов «Натуральная сельдь иваси», 1 стакан консервированного зеленого горошка без жидкости, 1 сваренное вкрутую яйцо, 4 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки или зеленого лука, 1/2 лимона.

Сельдь измельчить, смешать с горошком, мелко нарубленным яйцом и зеленью. Добавить заливку, в которой находилась рыба, и перемешать. Салат посыпать зеленью, украсить дольками лимона.

САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ С КУРИЦЕЙ

300 г отварных или консервированных кальмаров, 300 г отварного куриного мяса, 400 г сырых яблок или маринованных огурцов, 200 г майонеза.

Все компоненты нарезать очень мелкими кубиками и смешать с майонезом.

САЛАТ ИЗ РЫБЫ С МАРИНОВАННЫМ ПЕРЦЕМ

400 г рыбы, 5 картофелин, 200 г маринованного красного перца, 1 банка майонеза, 4 яйца, соль по вкусу.

Отварную рыбу нарезать не очень мелкими кусками. Отварной картофель и сваренные вкрутую яйца нарезать ломтиками, а маринованный перец – соломкой. Перемешать с рыбой, заправить солью и майонезом. Осторожно перемешать, выложить горкой в салатник, украсить веточками зелени и дольками яйца.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ

300 г отварного картофеля, 500 г филе кальмаров, 1 вареное яйцо, 200 г отварной моркови, 1 стакан консервиро-

ванного зеленого горошка, 1 маринованный огурец или 1–2 яблока, зеленый или репчатый лук, соль, зелень, молотый перец, 1 банка сметаны или майонеза.

Кальмары отварить, остудить и нарезать мелкими кубиками. Вареное яйцо порубить. Картофель, морковь, огурец (яблоко) нарезать мелкими кубиками. Все перемешать, заправить майонезом или сметаной, посолить, поперчить и украсить мелко нарезанной зеленью.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С ХЕКОМ

400 г филе хека, 4 картофелины, 1 морковка, 2 соленых или маринованных огурца, 1/2 стакана майонеза.

Хек, отварные морковь и картофель, а также огурцы нарезать ломтиками или кубиками. Все перемешать и заправить майонезом.

САЛАТ РЫБНЫЙ С МАРИНОВАННЫМ ПЕРЦЕМ

300 г рыбы, 500 г отварного картофеля, 200 г маринованного перца, 5 яиц, 200 г майонеза.

Отварную рыбу нарезать кубиками, картофель и яйца – ломтиками, перец – соломкой. Все осторожно перемешать, посолить, залить майонезом, выложить в салатник и укра-

сить цветком из яйца.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ

1 соленая сельдь, 2–3 картофелины, 2 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 50 г зеленого лука, 2 консервированных красных перца, 1 морковка, 3 столовые ложки зеленого горошка, 2 яйца, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны.

Отварной картофель, морковь, а также соленые огурцы, репчатый лук нарезать ломтиками, сладкий консервированный перец – соломкой, зеленый лук и сваренное вкрутую яйцо мелко нашинковать. Сельдь разделать на филе и нарезать мелкими кусочками. Все смешать, добавить зеленый горошек, заправить сметаной и майонезом. Украсить зеленым луком и морковью.

САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ С ЯЙЦОМ

1 банка печени трески, 5 сваренных вкрутую яиц, 2 крупные луковицы или 150 г зеленого лука, черный молотый перец, соль.

Печень трески нарезать мелкими кусочками, яйца и лук мелко изрубить. Все соединить, посолить, поперчить, добавить жир, оставшийся в банке, и перемешать. Выложить в

салатник, украсить кольцами лука, зеленью.

Лесная сказка. Салаты из грибов

САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

350 г маленьких шампиньонов, 200 г постной ветчины, 2 чайные ложки лимонного сока, 2 столовые ложки майонеза, 4 столовые ложки сливок, 1 столовая ложка виноградного уксуса, щепотка перца, несколько зеленых листьев салата.

Большие грибы разрезать на несколько частей. В салатнице перемешать шампиньоны с мелко нарезанной ветчиной. Смешать сливки и майонез с виноградным уксусом и заправить салат. Салатницу выложить листьями и разложить на них салат. Посыпать перцем.

САЛАТ ИЗ СУШЕНЫХ ГРИБОВ

40 г сушеных белых грибов, 200 г говяжьей печени, 2 соленых огурца, 3 луковицы, 2 сваренных вкрутую яйца, 3/4 стакана майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец, зелень.

Грибы промыть в воде, замочить на 3 часа в холодной воде для набухания, затем опять хорошо промыть и отварить в той же воде, в которой они были замочены, процедив ее

через 2 слоя марли.

Говяжью печень обжарить, охладить, мелко нарезать, соединить с нашинкованными грибами, обжаренным в масле луком, нарезанными дольками солеными огурцами. Все посолить, заправить половиной майонеза, переложить в салатник и залить оставшимся майонезом. Салат украсить зеленью укропа и цветком из яйца.

ВИНДЗОРСКИЙ САЛАТ С ШАМПИНЬОНАМИ

400 г корня сельдерея, 200 г шампиньонов, 500 г курицы, 100 г соленых огурцов, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки тертого хрена, 50 г зеленого салата, соль, сахар.

Сельдерей нашинковать соломкой. Нарезать шампиньоны. Мясо и огурцы нарезать небольшими кусочками. Смешать майонез с лимонным соком и хреном, добавить соль, сахар и перец и заправить полученной смесью салат, после чего дать постоять 20 минут.

Подавать в салатнице, выложенной листьями зеленого салата.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ СО СМЕТАНОЙ

700 г свежих грибов, 100 г репчатого лука, 1 стакан сметаны, соль.

Грибы вымыть, отварить, порезать соломкой. Лук нарезать кольцами. Все перемешать, посолить, заправить сметаной. Салат украсить маленькими грибочками и зеленью укропа.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ С ПОМИДОРАМИ

300 г помидоров, 300 г вареных грибов, 200 г картофеля, сваренного в мундире, 1 луковица, растительное масло.

Грибы нарезать соломкой, очищенный картофель – кубиками, помидоры – ломтиками. Все перемешать, посолить, украсить кольцами лука.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ С КАРТОФЕЛЕМ

350 г соленых или маринованных грибов, 400 г отварного картофеля, 50 г репчатого лука, соль, черный молотый перец, 1 стакан сметаны.

Грибы вымыть, нарезать полосками, картофель – кубиками. Лук мелко нарезать, смешать со сметаной, перцем и со-

лью и полученным соусом заправить грибы с картофелем.

Страшный сон вегетарианца. Салаты из мяса и птицы

САЛАТ ИЗ ВЕРМИШЕЛИ И САЛЯМИ

200 г вермишели (рожков), 100 г эмментальского сыра, 200 г салями, 1 красный и 1 зеленый сладкий перец, 3 л воды, 100 г соленых огурцов, 3 столовые ложки майонеза, 4 столовые ложки сливок, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка соли, щепотка перца, 2–3 столовые ложки молока.

Воду довести до кипения, положить туда вермишель и варить 12 минут так, чтобы она не разварилась. Салями нарезать соломкой. Перец разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Также кубиками нарезать сыр и огурцы. Майонез смешать со сливками и лимонным соком. Если смесь получилась слишком густой, разбавить ее молоком. Все компоненты выложить в салатницу, добавить вермишель и заправить майонезной смесью.

САЛАТ СЛОЕНЫЙ С МЯСОМ

200 г свеклы, 4 моркови, 200 г говядины, 4 яйца, 1 лукови-

ца, 100 г майонеза, соль.

Вареные овощи натереть на терке. Вареное мясо нарезать мелкими кусочками. Крутые яйца (желтки отдельно от белков) и репчатый лук порубить. Каждый компонент салата посолить.

Продукты выкладывать слоями в салатник, промазывая каждый слой майонезом в следующей последовательности: сначала свеклу, морковь, затем мясо, белки, лук и желтки.

РУССКИЙ САЛАТ

0,5 кг картофеля, 5 шт. моркови, 1 печеная красная свекла, 0,5 банки консервированного зеленого горошка, 250–300 г печеного мяса или ветчины, 3–4 сваренных вкрутую яйца, 400 г майонеза, 4 столовые ложки растительного масла, 2 головки репчатого лука, 3–4 соленых огурца, 2 лимона, 1 чайная ложка тмина, свежие помидоры.

Нарезанный кубиками картофель сварить в подсоленной воде, ароматизированной тмином. Морковь нарезать кубиками и тоже сварить в подсоленной воде с 1 столовой ложкой растительного масла и щепоткой цедры. Лук нарезать соломкой, посолить и растереть руками, после чего смешать с 2/3 картофеля. Смесь выложить в глубокую салатницу и залить 3 столовыми ложками растительного масла.

Зеленый горошек смешать с остальной частью картофеля и нарезанными кубиками огурцами, морковью, свеклой, мя-

сом и выложить в салатницу. Все перемешать.

Майонез развести небольшим количеством картофельного отвара, заправить лимонным соком и солью и залить им салат. Готовый салат украсить дольками лимона, зеленью петрушки и кружочками вареных яиц.

СЛОЕНЫЙ САЛАТ ИЗ МЯСА С КАРТОФЕЛЕМ

0,5 кг картофеля, 300 г кусочков жареного или тушеного мяса, 1 свежий огурец, 1 головка репчатого лука, 1 стакан отцеженного кислого молока, 1 сырое яйцо, 5 столовых ложек растительного масла, 2 чайные ложки томата-пюре, молотый перец, тмин, соль.

Картофель очистить от кожуры и сварить в небольшом количестве подсоленной воды. Отцедить и, когда остынет, нарезать ломтиками, смешать с нарезанными соломкой луком, посыпать тмином и залить частью растительного масла.

Мясо и огурцы нарезать кубиками, смешать и оставить в отдельной посуде. В салатник выложить слой картофеля и лука, сверху уложить слой мяса и огурцов, а затем снова слой картофеля. Салат залить заправкой, приготовленной из кислого молока, взбитого с сырым яйцом, растительного масла, перца, томата-пюре и соли.

ОЛИВЬЕ

0,5 кг картофеля, 4–5 моркови, 0,5 банки консервированного зеленого горошка, 7–8 небольших соленых огурцов, 200–250 г вареной колбасы, 3 сваренных вкрутую яйца, 300 г майонеза, 2 лимона, 1 столовая ложка горчицы, черный перец, соль.

Очищенный картофель нарезать мелкими кубиками и сварить в подсоленной воде, затем отцедить. Прибавить отцеженный горошек, нарезанные кубиками вареную морковь, соленые огурцы, мелко нарезанные яйца и колбасу. Смесь поставить в холодное место.

Майонез заправить горчицей, черным перцем, лимонным соком и солью по вкусу, развести небольшим количеством картофельного отвара и прибавить к салату. Салат можно украсить дольками лимона и веточками петрушки.

САЛАТ ИЗ СПАГЕТТИ С КУРИЦЕЙ

200 г спагетти, 400 г вареного куриного мяса, 100 г сыра, 2 стручка сладкого перца, 2 пучка редиса, 4 помидора, 1 упаковка (200 г) йогурта, 3 столовые ложки кетчупа, немного соуса табаско, 1 столовая ложка виноградного уксуса, 1/4 чайной ложки соли, 1/2 чайной ложки перца, 2 столовые

ложки зеленого лука.

В 3 л подсоленной воды варить спагетти в течение 10–12 минут. Куриное мясо нарезать кусочками, а сыр – ломтиками. Перец мелко нашинковать, редис и яйца нарезать кружочками. Помидоры разрезать на 8 частей.

Все компоненты смешать, залить сметаной, йогуртом и кетчупом, добавить перец, уксус, соль и табаско. Перед подачей на стол посыпать измельченным зеленым луком.

САЛАТ С РИСОМ И КОЛБАСОЙ

2 стакана сваренного в подсоленной воде риса, 1 стакан майонеза, 3 сваренных вкрутую яйца, 250 г колбасы, листья зеленого салата, 1–2 стручка красного перца, 1 столовая ложка приправ, щепотка черного перца, лимонный сок, растительное масло и соль по вкусу.

Майонез смешать с приправами, черным перцем и солью и половину смешать с рисом и красным перцем, нарезанным кольцами.

Дно салатницы выстелить листьями зеленого салата, сбрызнуть лимонным соком, посолить и полить растительном маслом, а затем высыпать рисовый салат.

Из яйца вынуть желток, смешать с отделенным майонезом, посолить и поперчить. Полученной смесью заполнить половинки белка и выложить их вокруг салата. Между белками разместить кружочки колбасы.

САЛАТ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

300 г вареного мяса птицы, 200 г отваренных макарон, 100 г вареного окорока, 100 г помидоров, 300 г майонеза.

Мясо птицы, макароны и окорок нарезать кусочками. Помидоры разрезать на 4–8 частей. Все смешать с майонезом, посолить.

МЯСНОЙ САЛАТ «ПИКАНТНЫЙ»

800 г говядины, 300 г маринованных огурцов, 100 г шампиньонов, 1 пучок зелени, 1,5 л воды, 1,5 чайной ложки соли, 2 луковицы, 1 яблоко, 2 столовые ложки маринада от огурцов, 2 столовые ложки виноградного уксуса, 2 столовые ложки масла, щепотка перца.

Воду вскипятить, посолить и добавить в нее зелень. Одну луковицу разрезать на 2 части (не очищая ее) и обжарить половинки со стороны разреза. В кипящую воду положить мясо, половинки луковицы и варить в течение часа.

Вторую луковицу нарезать колечками. Порезать огурцы. Мясо и перец нарезать соломкой. Грибы и яблоко разрезать на 4 части, из яблока удалить косточки, затем порезать его на небольшие ломтики. Все перемешать. Вскипятить мясной бульон в открытой посуде. Залить салат 4 столовыми ложка-

ми бульона и дать постоять 20 минут.

САЛАТ ИЗ ЦЫПЛЕНКА С РИСОМ

2 стакана риса, сваренного в подсоленной воде, 150 г маринованных грибов, 1 головка репчатого лука, 2 соленых огурца, 1 стакан майонеза, мясо 1 сваренного цыпленка, листья сельдерея и петрушки, соль, черный молотый перец.

Для украшения: *1 сваренное вкрутую яйцо, помидоры, листья зеленого салата.*

Рис смешать с нарезанными грибами, луком, цыплячьим мясом, солеными огурцами, нарезанными кубиками, а также с мелко нарезанными листьями сельдерея и петрушки. Все перемешать, добавить соль и перец. Смесь выложить на листья салата и украсить дольками помидоров и кружочками вареных яиц.

РИСОВЫЙ САЛАТ ПО-ИНДИЙСКИ

2 стакана риса, сваренного в подсоленной воде, белое мясо 1 цыпленка, 3–4 моркови, 2 стакана консервированного зеленого горошка, приправы.

Для заливки: *лимонный сок, растительное масло, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка томата-пюре, соль, черный перец.*

Мясо цыпленка (отварное, печеное или тушеное) нарезать кусочками. Морковь нарезать кубиками и припустить в 1 столовой ложке растительного масла. Горошек отцедить. Все перемешать, добавить приправы по вкусу и заправить заливкой.

Зимой и летом винегреты!

ЛЕТНИЙ ВИНЕГРЕТ

2 моркови, 2 картофелины, 100 г цветной капусты, 1 свекла, 1 вареное яйцо, 50 г свежего зеленого горошка, 100 г сметаны, зеленый салат, зелень укропа и петрушки, соль, сахар.

Картофель, свеклу и морковь отварить, охладить и нарезать кубиками. Цветную капусту отварить, разделить на мелкие соцветия. Все перемешать, приправить сахаром, солью, мелко нарезанной зеленью и сметаной.

Винегрет украсить цветком из яйца и листьями зеленого салата.

ОВОЩНОЙ ВИНЕГРЕТ

300 г картофеля, 150 г свеклы, 300 г соленых огурцов или квашеной капусты (можно и того и другого поровну), 100 г моркови, 150 г репчатого или зеленого лука, 100 г растительного масла, сметана или майонез.

Морковь, картофель и свеклу отварить, остудить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Свеклу отдельно запра-

вить растительным маслом. Соленые огурцы и репчатый лук также нарезать кубиками. Квашеную капусту перебрать, и крупные куски нарезать.

Все овощи соединить, заправить майонезом или сметаной, посолить. При подаче на стол украсить зеленью.

ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ

3 картофелины, 1 сельдь, 1 морковь, 1 свекла, 2 соленых огурца, 1 сваренное вкрутую яйцо, 150 г майонеза, листья зеленого салата, соль, уксус по вкусу.

Сельдь вымочить, снять филе с костей. Свеклу и морковь отварить и охладить. Овощи нарезать мелкими кубиками, соединить, заправить уксусом, посолить и перемешать. Сверху на винегрет положить кусочки сельди и украсить листьями салата и цветком из яйца.

ВИНЕГРЕТ С МЯСОМ

100 г вареного мяса, 2 картофелины, 1 свекла, 2 моркови, 2 соленых огурца, 1 вареное яйцо, зеленый салат, 150 г майонеза, зелень укропа или петрушки, соль и перец по вкусу.

Мясо нарезать тонкими ломтиками. Картофель, свеклу и морковь отварить, охладить, нарезать небольшими кубиками. Огурец порезать мелкой соломкой. Овощи перемешать

вместе с рубленым яйцом, огурцом и мясом, посолить, поперчить, заправить майонезом. Винегрет посыпать зеленью и украсить листьями зеленого салата.

Почти что по Крылову. Салаты из сыра и творога

СЫРНЫЙ САЛАТ

200 г эмментальского сыра, 400 г вареной колбасы без жира, 200 г маринованных огурцов, 1 яблоко, 200 г консервированной кукурузы, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки виноградного уксуса, 1 чайная ложка горчицы, щепотка красного перца, 3 столовые ложки масла, щепотка соли, небольшой пучок зеленого лука.

Порезать сыр и колбасу тонкой соломкой. Яблоко разрезать на 4 дольки, удалить косточки и порезать каждую дольку на мелкие кусочки. Так же нарезать и огурцы.

Смешать виноградный уксус, масло, лук, добавить перец, соль, горчицу и чеснок и залить салат полученной смесью. Перед подачей на стол салат посыпать зеленым луком.

САЛАТ ИЗ ПЛАВЛЕНОГО СЫРА

300 г плавленого сыра, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 головка чеснока, 3 столовые ложки майонеза, черный молотый перец.

Плавленый сыр натереть на крупной терке, чеснок натереть на мелкой терке или истолочь. Яйца мелко порубить. Все смешать, заправить майонезом, добавить перец. Готовый салат украсить зеленью.

СЫРНЫЙ САЛАТ С ЧЕСНОКОМ И ЛУКОМ

200 г сыра, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г зеленого лука, 100 г майонеза, 2 дольки чеснока, соль, черный молотый перец.

Сыр нарезать кубиками, яйца – ломтиками, зеленый лук нашинковать, чеснок истолочь или натереть на мелкой терке. Все перемешать, приправить солью, перцем и майонезом. Салат переложить в салатницу, украсить дольками яйца и поставить на полчаса в холодильник.

СУПЫ

Рассольники, солянки

РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ

500 г говядины с костями, 400 г почек, 1 морковь, 2 корня петрушки, 2 корня сельдерея, 2 соленых огурца, 1 луковица, 120–150 г перловой или ячневой крупы или риса, 5–6 картофелин, 1 столовая ложка жира, 0,5 стакана сметаны, зелень, соль.

Почки освободить от пленок, разрезать пополам вдоль, залить холодной водой, оставить на 2–3 часа, затем воду слить, почки промыть, снова залить холодной водой и довести до кипения. Воду слить, снова залить почки холодной водой и варить 1,5 часа до готовности.

Из мяса сварить бульон, процедить, опустить в него нарезанный кубиками картофель и крупу. Очищенные и вымытые сельдерей, петрушку, морковь, лук нарезать, спассеровать на жире и добавить в бульон.

Огурцы очистить от кожицы и зерен, нарезать кубиками, залить бульоном, немного проварить, добавить в суп. В рас-

сольник можно также добавить процеженный и прокипяченный огуречный рассол. Мясо и почки из готового рассольника вынуть и нарезать на небольшие кусочки. Подавать со сметаной и мелко нарубленной зеленью.

РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ

1 небольшая курица (примерно на 800 г), 2 луковицы, 2 моркови, корень петрушки и сельдерея, 5 картофелин, 2 соленых огурца, пучок зелени, 1,5 столовой ложки топленого масла, 4 столовые ложки сметаны, соль.

Отварить курицу, добавить пассерованные коренья, нарезанный кубиками картофель, припущенные огурцы, 1 лавровый лист, 5–6 горошин перца, 1 стакан огуречного рассола и довести до готовности.

Из готового рассольника вынуть курицу, разрезать ее сначала вдоль, а затем – поперек на несколько частей. При подаче на стол в каждую тарелку положить по куску курицы, сметану, мелко нарезанную зелень.

СБОРНАЯ МЯСНАЯ СОЛЯНКА

500 г костей, 200 г мяса, 100 г вареной ветчины, 70 г сосисок, 120 г вареных почек, 200 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 180 г каперсов, 80 г маслин, 80 г томата-пюре,

50 г сливочного масла, 100 г сметаны, зелень.

Из мяса и костей сварить бульон, добавить в него нарезанный соломкой, пассерованный с томатом репчатый лук, очищенные и нарезанные кубиками соленые огурцы и варить 5 минут, затем добавить черный перец горошком, лавровый лист, все мясные продукты (предварительно отваренные и нарезанные ломтиками толщиной 2–3 мм и длиной 2–2,5 см), каперсы, немного маслин без косточек. При подаче на стол положить в солянку маслины, сметану и кусочек лимона без цедры.

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ

100 г картофеля, 20 г моркови, 30 г перловой крупы, 5 г петрушки, 10 г репчатого лука, 10 г лука-порея, 30 г соленых огурцов, 10 г столового маргарина, сметана, лавровый лист, соль, перец.

Перловую крупу перебрать и промыть, затем всыпать в кастрюлю, залить кипятком или горячим бульоном, закрыть кастрюлю крышкой и распаривать крупу в течение 40–60 минут. Картофель нарезать брусочками, коренья – крупной соломкой, лук нашинковать. Коренья и репчатый лук спассеровать на жире. Соленые огурцы нарезать соломкой или ромбиками и припустить в отдельной посуде.

В кипящий бульон положить распаренную перловую крупу и варить 30 минут. Добавить пассерованные коренья, кар-

тофель, пучок нарезанной зелени, огурцы, лавровый лист, перец. В конце варки заправить рассольник кипяченым процеженным огуречным рассолом. Подавать со сметаной и зеленью.

СОЛЯНКА СТАРОМОСКОВСКАЯ

20 г телятины, 20 г ветчины, 20 г любительской или докторской колбасы, 20 г жареных грибов, 20 г репчатого лука, 1 соленый огурец, 5 шт. каперсов, 5 шт. оливок или маслин, 100 г говяжьих костей, 30 г сметаны, 15 г сливочного масла, 8 г томата-пасты, зелень, 1 помидор, 1 долька лимона.

Сваренный из костей бульон налить в кастрюльку, положить туда нарезанные на кусочки и слегка поджаренные с обеих сторон телятину, ветчину, колбасу, добавить обжаренные лук и грибы, затем добавить мелко нарезанные соленые огурцы и довести бульон до кипения. Перед подачей на стол в солянку положить маслины без косточек, каперсы, томат, сметану, свежие помидоры, мелко нарубленную зелень и лимон.

СОЛЯНКА МЯСНАЯ

200 г говядины, 200 г репчатого лука, 200 г соленых огурцов, 30 г томатной пасты, 50 г жира, 1,5 л бульона или во-

ды.

Репчатый лук нарезать соломкой, спассеровать с маслом или жиром в течение 10 минут, добавить томат-пасту и вновь пассеровать еще 5 минут. Соленые огурцы очистить от грубой кожицы и крупных семян, нарезать ломтиками, положить в сотейник, прибавить к ним немного бульона и припустить.

В кастрюлю положить нарезанное ломтиками отварное мясо, припущенные огурцы, лук, пассерованный с томатом, залить все бульоном, добавить специи, довести до кипения и посолить. Для придания острого вкуса в конце варки в солянку можно добавить процеженный огуречный рассол. Готовую солянку подавать к столу со сметаной.

Щи

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГРИБАМИ

800 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, 40–50 г сушеных грибов, соль и сахар по вкусу, зелень.

Сушеные грибы перебрать, промыть, залить холодной водой, поставить на 3–4 часа для набухания и отварить до готовности в той же воде. Квашеную капусту перебрать, промыть, отжать, мелко нарезать и тушить под крышкой в масле, периодически помешивая. Отваренные грибы вынуть шумовкой, перебрать, промыть, нашинковать, обжарить в масле.

В кастрюлю с тушенной капустой влить процеженный грибной отвар, добавить обжаренные отдельно лук и грибы, довести до кипения, добавить мучную пассеровку, посолить, добавить по вкусу сахар.

Мучная пассеровка: в сковороде растопить жир, всыпать просеянную муку и, непрерывно помешивая, обжарить, не доводя до изменения цвета, добавить в несколько приемов бульон, непрерывно помешивая, чтобы не образовались

комки.

При подаче щи заправить сметаной и посыпать зеленью.

ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ С МЯСОМ

160 г говядины, 150 г щавеля, 150 г шпината, 80 г зеленого лука, 100 г свежих огурцов, 1 яйцо, 10 г сахара, 750 г воды, 80 г сметаны, соль, зелень петрушки и укропа, 200 г картофеля.

Говядину отварить, охладить и нарезать на порции. Щавель и шпинат припустить отдельно, протереть, смешать, развести горячей водой, добавить сахар, соль, довести до кипения и охладить. Картофель отварить, охладить и нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук, огурцы, яйца нарезать небольшими кубиками.

В охлажденный отвар щавеля и шпината положить подготовленные продукты. При подаче заправить сметаной и мелко нарубленной зеленью.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

1 кг мяса с костью, 4 л воды, 1,2 кг свежей капусты, 1 морковь, 2 луковицы, корень сельдерея и петрушки, 0,5 стакана сметаны, 2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка томата-пюре или 2 свежих помидора, 3 лавровых листа,

3 горошины душистого перца, пучок зеленого лука, укропа, соль.

Подготовленное мясо залить холодной водой, варить до полуготовности при слабом кипении 1,5–2 часа, после чего положить очищенную и нарезанную квадратиками примерно 1 х 1 см свежую белокочанную капусту. Через полчаса добавить слегка обжаренные лук, коренья и пряности и все довести до готовности.

В конце варки щи посолить. Из готовых щей вынуть мясо, нарезать его небольшими кусочками в виде кубиков, и положить обратно в щи. Щи подавать со сметаной, посыпав мелко нарезанной зеленью.

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ УРАЛЬСКИЕ

1,5 л воды или бульона, 500 г квашеной капусты, 1 морковь, 0,5 корня петрушки, 1 головка лука, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 столовая ложка томатной пасты, 1,5 столовой ложки перловой крупы.

В кипящий бульон положить проваренную перловую крупу, довести до кипения, после чего добавить тушеную капусту, пассерованные с томатом овощи и варить до готовности.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ

1,3 л воды, 500 г свежей белокочанной капусты, 3 картофелины, 0,5 репы, 1 морковь, 0,5 корня петрушки, 0,5 головки лука, 3 столовые ложки масла, маргарин.

Капусту нарезать квадратиками размером около 2 х 2 см, а картофель, морковь, репу и корень петрушки – дольками. Если капуста и репа горчат, их надо ошпарить в дуршлаге с холодной водой. Репчатый лук и коренья спассеровать с жиром.

В кипящую жидкость (воду или бульон) положить нарезанную капусту и варить 10–15 минут, после чего добавить картофель и пассерованные овощи и варить до готовности, затем посолить. При подаче на стол в щи положить сметану, зелень петрушки или укропа.

Супы на любой вкус

ГУСТОЙ СУП-ГУЛЯШ

200 г баранины, 300 г свиного сала, 2 луковицы, 100 г моркови, 1 зеленый перец, 4 помидора, 2 столовые ложки масла, 1 л горячей воды, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка красного сладкого перца, 1/4 л сливок, несколько горошин черного перца.

Мясо промыть и разрезать на маленькие кусочки, лук нарезать колечками, каждое из которых разрезать пополам. Морковь нашинковать, зеленый перец разрезать пополам, удалить зерна и нашинковать соломкой. Разогреть масло и обжарить на нем лук, добавить кусочки баранины и равномерно обжаривать со всех сторон в течение 5 минут. Добавить морковь, перец и нарезанные помидоры. Блюдо залить горячей водой, посолить, поперчить, прикрыть суп крышкой и варить в течение 1 часа на слабом огне. Перед подачей к столу добавить в суп сливки.

ХАРЧО

160 г репчатого лука, 140 г риса, 80 г маргарина, 60 г

томата-пасты, 60 г соуса ткемали, 12 г чеснока, кориандр (кинза), 60 г зелени петрушки, 2 л воды, 320 г баранины (грудинка).

Баранью грудинку нарезать на кусочки по 25–30 г и варить до готовности. Репчатый лук мелко нарубить и пассеровать с добавлением томат-пасты. В кипящий бульон положить промытый рис, лук, томат-пасту и варить до готовности. За 5 минут до окончания варки заправить соусом ткемали, толченым чесноком, кориандром, перцем, солью и зеленью.

МАСТАВА

320 г баранины, 200 г риса, 250 г картофеля, 60 г моркови, 60 г репчатого лука, 60 г репы, 1 столовая ложка томата-пасты, 40 г жира, 160 г кислого молока, 1,5 л бульона.

Баранину нарезать кусочками по 20–25 г, обжарить до образования поджаристой корочки, добавить репчатый лук, через 5 минут – нарезанные мелкими кубиками морковь, репу, томат-пасту и обжаривать все вместе еще 5 минут. Овощи и мясо залить водой, довести до кипения, положить рис, нарезанный крупными кубиками картофель и варить до готовности. Суп заправить солью, красным и черным перцем, кислым молоком и посыпать зеленью.

СУП ПО-КАЗАХСКИ

165 г говядины, 25 г курдючного сала или говяжьего жира, 25 г редьки, 50 г репчатого лука, 15 г винного уксуса, 100 г костей для бульона, 20 г кореньев, 1 долька чеснока, 1 яйцо, перец, соль, зелень.

Говяжье мясо нарезать кусочками по 10–15 г, посолить, поперчить и обжарить на сале до образования корочки, затем, продолжая жарку, добавить к мясу мелко нарезанные лук и редьку. Когда мясо, лук и редька поджарятся, влить уксус, немного воды, добавить рубленый чеснок и тушить до готовности мяса.

Отдельно сварить костный бульон с кореньями, процедить, положить в него тушеное мясо с луком и редькой, свежие нарезанные дольками помидоры, яичный омлет, нарезанный кубиками, и все это варить 10 минут. При подаче на стол посыпать суп рубленой зеленью.

СУП ИЗ КУРИЦЫ С ОРЕХАМИ

260 г курицы, 20 г сливочного масла, 30 г репчатого лука, 20 г зеленого лука, 60 г грецких орехов, 20 г винного уксуса, 20 г зелени петрушки, соль, корица.

В куриный бульон с луком добавить толченые орехи, ко-

рицу, уксус, зелень петрушки и вскипятить.

СУП С КНЕДЛИКАМИ ИЗ ПЕЧЕНИ

0,5 стакана теплого молока, 2 булочки, 2 яйца, 1 луковица, 400 г печени, 1 столовая ложка зелени петрушки, 0,5 чайной ложки лимонной цедры, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 0,5 л бульона, майоран, черный молотый перец, соль.

Разрезать булочки на маленькие кусочки и вымочить их в воде, затем отжать, положить в миску, залить молоком и разбить туда 2 яйца. Очень тонко нашинковать лук, добавить печень, лимонную цедру, майоран, панировочные сухари и перемешать до получения однородной массы. Из полученной массы сформовать 12 кнедликов размером с большой грецкий орех, варить их в 1,5 л подсоленной воды в течение 20 минут на малом огне. Разогреть бульон, налить его в тарелки и положить кнедлики.

СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

120 г говядины, 20 г маргарина, 60 г риса, 150 г картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 яйцо, 60 г кислого молока, соль, перец, зелень.

В бульон положить сырой картофель, нарезанный неболь-

шими кубиками, и варить до полуготовности, затем заправить мелко нарезанным пассерованным луком и морковью. В этом супе сварить фрикадельки.

Фрикадельки: мясо дважды пропустить через мясорубку, добавить сырое яйцо, заправить солью и перцем.

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.