

КУЛИНАРНЫЕ  
ЭНЦИКЛОПЕДИИ



# РУССКАЯ КУХНЯ

БОЛЬШАЯ КНИГА РЕЦЕПТОВ

665 НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД  
ЗАМЕТКИ ОБ ИСТОРИИ ПОЯВЛЕНИЯ  
ТРАДИЦИИ И ОБЫЧАИ ПОДАЧИ

18+

ЛУЧШАЯ  
КУХНЯ МИРА  
ВСЕГДА  
В МОДЕ!

# КУЛИНАРНЫЕ ЭНЦИКЛОПЕДИИ

---



КУЛИНАРНЫЕ  
ЭНЦИКЛОПЕДИИ

---

# РУССКАЯ КУХНЯ

**БОЛЬШАЯ КНИГА РЕЦЕПТОВ**

665 НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД

ЗАМЕТКИ ОБ ИСТОРИИ ПОЯВЛЕНИЯ

ТРАДИЦИИ И ОБЫЧАИ ПОДАЧИ

хлеб\*соль®

Москва 2024



УДК 641.55  
ББК 36.997  
Р89

Дизайн серийного оформления *Г. Булгаковой*

Р89      **Русская** кухня : большая книга рецептов. — Москва : Эксмо, 2024. — 448 с. : цв. ил. — (Кулинарная энциклопедия).

ISBN 978-5-04-184805-7

Русская кухня — одна из самых ярких, запоминающихся кухонь. Ее достоинствами являются разнообразие, обилие, сытность и аппетитность. Таких соленых закусок, густых супов, насыщенных мясных и рыбных горячих блюд, а в особенности мучных изделий — хлеба, блинов, пирогов, куличей, — не найдешь ни в одной кухне мира. В этой энциклопедии представлены все самые главные ее блюда: закуски и супы, горячее и десерты, выпечка и напитки, соленья и варенья.

УДК 641.55  
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-184805-7

© ИПНоскова, текст. 2023  
© ООО «Издательство «Эксмо», 2024

# ВВЕДЕНИЕ

Рецепты русской кухни самобытны и признаны во всем мире: пироги и кулебяки, блины, оладьи и пышки, квашеная капуста, разнообразные кисели, каши, меды, взвары и сбитни и многие другие блюда, без которых немислим праздничныи и повседневныи стол!

Какие же традиции подачи блюд и кулинарные приемы характерны для русской кухни? Прежде всего это раздельный порядок приготовления и подачи блюд – каждое кушанье подавалось отдельно, а всевозможные салаты и винегреты – изобретение европейских поваров – прижились у нас гораздо позже. Например, рыба готовилась, солилась и вялилась по сортам. Поэтому и названия рыбных блюд говорят сами за себя: щучина, севрюжина. Не допускалось измельчение продуктов, перемалывание и дробление: на русском столе вплоть до XVIII в. не появлялись паштеты, котлеты, зразы и запеканки. Неизменной любовью пользовались жидкие горячие блюда: щи, похлебки, крупеники, солянки, рассольники.

В конце XIX в. на смену русской печи пришла плита с духовкой, кастрюлями и сковородами. Вместо решета начали использовать сито, появились дуршлаг, мясорубки, различные кухонные машинки для перетирания.

Однако, несмотря на новомодные изменения, русская кухня сохранила свой самобытный облик. И русская кухня – это в первую очередь обилие закусок, состоящих в основном из солений, мясных, рыбных и прочих заготовок, всевозможный хлеб, пироги, блины, первые горячие и холодные блюда, изобилие сладкого стола с вареньями, печеньями, пряниками и пр.

*«Чичиков оглянулся и увидел, что на столе стояли уже грибки, пирожки, скородумки, шанишки, пряглы, блины, лепешки со всякими припеками: припекой с лучком, припекой с маком, припекой с творогом, припекой со сняточками, и невесть чего не было».*

**Н. В. Гоголь, «Мертвые души»**

Еще одно явное отличие русской кухни от какой бы то ни было – разделение стола на скоромный и постный. «Уже в раннем Средневековье сложилось четкое или, вернее, резкое разделение русского стола на постный (растительно-рыбно-грибной) и скоромный (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на все дальнейшее разви-

тие русской кухни вплоть до конца XIX в. Это влияние не во всем было положительным и плодотворным. Проведение резкой грани между скоромным и постным столом, отгораживание их друг от друга «китайской стеной», изоляция одних продуктов от других, строгое недопущение их смешения или комбинации – все это лишь частично привело к созданию некоторых оригинальных блюд, но в целом не могло не вызвать известного однообразия меню. Больше всего от этой искусственной изоляции повезло постному столу. Тот факт, что большинство дней в году – от 192 до 216 в разные годы – считались постными, а посты соблюдали весьма строго, способствовал естественному расширению постного стола» – В. В. Похлебкин, «Кухни наших народов».

В русской кухне нет ничего лишнего или случайного. К сожалению, очень многие блюда были потеряны и забыты, некоторые приходилось восстанавливать буквально по крупицам – на основе монастырских записей и старых поваренных книг.

На страницах этой книги собраны щи, похлебки, солянки и кулеши, каши в горшочках, блюда мясные и рыбные – бараний бок с кашей, караси в сметане и тельное – все именно так, как готовили наши предки. Блюда из ягод – пастила, варенье, сбитень, блюда из муки и толокна – лапшевник и кисель, а также выпечка, пироги, калачи, сайки, блины, сочни, шаньги и калитки – какое богатство вкуса! Начинайте готовить, и русские блюда займут достойное место на вашем столе! Приятного аппетита!



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение .....</b>	<b>5</b>	24. Теплый салат из баклажанов .....	30
<b>Закуски холодные и горячие .....</b>	<b>19</b>	25. Теплый салат из фасоли с луком ....	31
1. Салат Столичный.....	21	26. Салат грибной с зеленью .....	31
2. Оливье советский .....	22	27. Винегрет классический .....	32
3. Яблочный салат с семгой .....	23	28. Винегрет мясной .....	33
4. Салат из копченой рыбы.....	23	29. Винегрет с сельдью .....	33
5. Салат с перепелиными яйцами .....	24	30. Винегрет горячий с подливой .....	34
6. Салат по-деревенски .....	24	31. Картофельный салат со щавелем ...	34
7. Салат из чечевицы с грибами.....	25	32. Картофельный салат с говядиной .....	35
8. Салат из сырой моркови острый .....	25	33. Картофельный салат с селедочной икрой.....	35
9. Салат из моркови с черносливом и курагой .....	26	34. Язык отварной.....	36
10. Салат из тыквы с орехами .....	26	35. Отварной язык с подливой из зеленого горошка .....	37
11. Салат из свеклы с укропом .....	26	36. Мясной хлеб.....	37
12. Салат из краснокочанной капусты с пассерованной свеклой .....	26	37. Праздничный мясной рулет.....	38
13. Салат из капусты с сухофруктами .....	27	38. Холодец .....	39
14. Салат из капусты с зеленью и чесноком.....	27	39. Холодец из петуха .....	40
15. Салат из фасоли с цветной капустой.....	27	40. Курица, фаршированная свиной .....	41
16. Салат из лука с капустой брокколи .....	28	41. Пряженина.....	42
17. Салат из тыквы с хреном .....	28	42. Семга слабого посола.....	42
18. Свекла по-монастырски .....	28	43. Судак под маринадом по-русски ....	43
19. Свекла острая .....	29	44. Фаршированный судак.....	43
20. Салат из редьки .....	29	45. Икра щучья с луком .....	44
21. Салат из редиса с зеленым луком, сметаной и яйцами .....	29	46. Тельное .....	45
22. Салат из хрена с яйцами и зеленью.....	29	47. Тельное из речной рыбы с соленым огурцами.....	46
23. Салат из квашеной капусты с клюквой и сельдереем.....	30	48. Селедка под шубой.....	47
		49. Рулетики из соленой сельди .....	48
		50. Салат «Мимоза» .....	48
		51. Заливное из судака.....	49
		52. Заливное из щуки.....	51

53. Заливное из утки с яблоками .....	51	83. Свекольник с яблоками	
54. Заливные рулетики из ветчины .....	52	и сельдереем.....	77
55. Паштет из куриных потрошков		84. Борщок.....	77
с брусникой .....	53	85. Ботвинья со свекольной ботвой .....	78
56. Паштет из куриных потрошков		86. Ботвинья с квасом и рыбой .....	78
и цветной капусты .....	54	87. Рассольник с куриными	
57. Паштет из куриной, гусиной		желудками .....	79
или утиной печени.....	55	88. Рассольник Московский	
58. Жюльен из кальмаров .....	55	с почками.....	80
59. Жюльен из лесных грибов .....	56	89. Рассольник Ленинградский .....	81
60. Грибы по-деревенски .....	56	90. Рассольник рыбный .....	82
61. Грибы заливные .....	57	91. Рассольник грибной .....	83
62. Творог с морковью и чесноком .....	57	92. Суп гороховый с копченостями.....	83
<b>Первые блюда .....</b>	<b>59</b>	93. Суп гороховый с орехами .....	84
63. Щи суточные старорусские.....	61	94. Суп гороховый с яичной крупой ...	84
64. Щи с говядиной .....	62	95. Грибная похлебка.....	85
65. Щи царские.....	63	96. Классический суп из сухих	
66. Щи богатые.....	64	белых грибов .....	86
67. Щи ленивые из свежей капусты .....	65	97. Ушное в горшочках .....	87
68. Щи из кислой капусты .....	66	98. Куриный суп с фрикадельками .....	88
69. Щи кислые с гречками		99. Суп из гуся с рисом и яблоками .....	89
из гречневой каши.....	66	100. Окрошка на простокваше .....	89
70. Сныттые щи .....	67	101. Окрошка с редисом .....	89
71. Щи летние подмосковные.....	68	102. Окрошка со свеклой .....	90
72. Щи быстрые с крапивой .....	68	103. Окрошка с малосольными	
73. Грибные постные щи с перловой		огурцами.....	90
крупой.....	69	104. Окрошка с морковью и свеклой...90	
74. Похлебка «Старомосковская» .....	69	105. Рыбная окрошка на кефире .....	91
75. Лапша куриная .....	70	106. Тюрю.....	91
76. Лапша куриная с белыми грибами	71	107. Суп холодный из огурцов	
77. Борщ русский .....	72	с простоквашей .....	92
78. Борщ со свиной .....	73	108. Суп молочный с кореньями .....	92
79. Борщ со свекольным квасом.....	74	109. Суп молочный с репой .....	92
80. Грибной борщ с «ушками»		110. Суп молочный с тыквой.....	93
и квашеной капустой.....	74	111. Суп молочный с морковными	
81. Постный борщ с черносливом		клецками .....	93
и фасолью .....	75	112. Суп овощной с сельдереем .....	93
82. Борщ с уткой и белыми грибами....	76	113. Суп овощной с грибами.....	94



114. Суп тыквенный с черносливом ....	94	143. Говядина «Гусарская печень» .....	117
115. Суп тыквенный пряный .....	95	144. Говядина-филе	
116. Суп из лебеды и крапивы.....	95	с маринованными грибами .....	118
117. Суп из лебеды с картофелем.....	95	145. Телятина, запеченная	
118. Суп-крем из моркови .....	96	под белым соусом.....	118
119. Суп-пюре из тыквы и картофеля.....	96	146. Телятина с укропом.....	119
120. Постный и вкусный суп-пюре.....	96	147. Телятина на грибной подушке ...	119
121. Чечевичная похлебка .....	97	148. Телятина жареная со сладким	
122. Суп из белых грибов с перловкой		картофелем.....	120
монастырский .....	98	149. Рулеты из говядины,	
123. Уха классическая .....	99	фаршированные грибами.....	120
124. Уха из ершей и окуней.....	100	150. Поджарка сборная.....	121
125. Уха рядовая из речной рыбы .....	100	151. Мясо, жаренное с черникой	
126. Уха опеканная .....	101	и сельдереем.....	121
127. Уха стерляжья .....	101	152. Буженина .....	122
128. Уха из щуки с пшеном		153. Горячая буженина .....	123
и водкой.....	102	154. Поросенок запеченный .....	124
129. Щучина .....	103	155. Рулет из свинины,	
130. Суп из раков с севрюгой .....	104	фаршированный черносливом .....	125
131. Суп с рыбными		156. Рулет из свинины с зеленью .....	126
фрикадельками .....	105	157. Свинина, тушенная в квасе .....	126
132. Калья рыбная.....	106	158. Праздничная свинина	
133. Солянка мясная сборная.....	107	гармошкой.....	127
134. Солянка рыбная.....	108	159. Свинина в духовке .....	128
135. Суп рыбный со свекольными		160. Свинина, фаршированная	
листьями .....	108	клюквой .....	129
136. Суп «Морской коктейль».....	109	161. Свинина с брусничным соусом ..	129
137. Суп вермишелевый		162. Поросенок фаршированный	
с кальмаром.....	109	холодный .....	130
138. Суп рисовый с кальмаром.....	110	163. Бараний бок с кашей .....	132
139. Суп из кальмара с яйцом .....	110	164. Баранья лопатка запеченная .....	133
140. Суп из креветок с домашней		165. Жаркое из баранины	
лапшой.....	111	в горшочке по-шушенски .....	134
<b>Горячие блюда из мяса, птицы</b>		166. Оленина, шпигованная	
<b>и дичи .....</b>	<b>113</b>	рябиной .....	135
141. Бефстроганов.....	116	167. Мясо с картофелем	
142. Говядина с фруктами		в горшочке.....	135
«Стольная» .....	117	168. Телятина с грибами	
		в горшочке.....	136

169. Кролик в хлебном соусе.....	136	192. Индейка фаршированная .....	154
170. Кролик, жаренный с пряностями ...	137	193. Индейка с орехами.....	156
171. Заяц шпигованный с яблоками ....	137	194. Гречаники с индейкой .....	157
172. Курица в сливочно-горчичном соусе.....	138	195. Домашняя ветчина из индейки.....	157
173. Курица в сметане .....	139	196. Индейка с овощами на сковороде.....	158
174. Курица, фаршированная грибами .....	140	197. Копченая в духовке голень индейки .....	159
175. Курица фаршированная.....	140	198. Рябчик с орехами в сметане .....	160
176. Куриные шейки фаршированные .....	141	199. Рулет из мясного фарша с зеленью .....	161
177. Курица по-двински в горшочке.....	142	200. Котлеты Пожарские .....	161
178. Томленное в молоке куриное филе.....	143	201. Котлеты классические.....	162
179. Цыпленок на фруктовых веточках.....	143	202. Котлеты с тыквой .....	163
180. Цыпленок с вишневой подливой.....	144	203. Котлеты по-владивостокски.....	164
181. Фаршированные куриные окорочка .....	145	204. Котлеты куриные с подливой из щавеля.....	164
182. Рулет из курицы, запеченный в духовке .....	145	205. Котлеты куриные с грибами.....	165
183. Начинки для рулета из курицы (весом 1–1½ кг) .....	146	206. Котлеты из индейки на сковороде.....	166
184. Шейка куриная фаршированная.....	147	207. Биточки в сметане.....	167
185. Запеканка из птицы с грибами.....	148	208. Черноморские биточки из барашка.....	167
186. Утка запеченная с яблоками.....	149	209. Битки из отварной курицы с грибами со сливочным майонезом .....	168
187. Утка без костей, фаршированная кашей .....	150	210. Битки долгоруковские .....	169
188. Утка в грибном соусе с перловой кашей.....	151	211. Тефтели из птицы в грибной подливе .....	170
189. Фаршированный гусь с яблоками.....	152	212. Жаркое из печени с водкой .....	171
190. Гусь в карамельной глазури .....	153	213. Бефстроганов из печени со сметаной и картофелем .....	172
191. Грудка гусиная с брусничным соусом .....	154	214. Телячьи мозги жареные.....	173
		215. Почки в горчице .....	173
		216. Почки в сметане .....	174
		217. Говяжий рубец отварной.....	174
		218. Вымя жареное.....	175
		219. Сердце, тушенное с овощами .....	176

## Блюда из рыбы ..... 177

220. Семга под соусом из грейпфрута и тыквы.....	179
221. Семга, приготовленная на пару.....	179
222. Осетрина, зажаренная в сухарях.....	179
223. Царский ужин с осетром.....	180
224. Форель речная, приготовленная в пароварке.....	180
225. Фаршированная щука по-суворовски.....	181
226. Щука в молоке.....	182
227. Щука под чесноком.....	182
228. Щука, сваренная кольцом.....	183
229. Лещ золотой с картофелем.....	183
230. Лещ, запеченный в соли.....	184
231. Запеченный карп с гречкой и груздями.....	184
232. Карп в квасе по-русски.....	185
233. Карп в белом вине с овощами....	186
234. Карп по-рыбацки.....	186
235. Шишка из карпа.....	187
236. Скумбрия фаршированная.....	187
237. Скумбрия в горшочке.....	188
238. Треска в горшочке.....	188
239. Рыба фаршированная.....	188
240. Судак по-купечески.....	189
241. Судак отварной с овощами.....	190
242. Филе судака со сладким перцем.....	190
243. Судак с картофелем в сметанном соусе.....	191
244. Майонез из рыбы и раков Старинный русский рецепт.....	192
245. Карась отварной в сметанном соусе.....	193
246. Карась, запеченный с капустой и яблоками.....	193

247. Карась с соусом из хрена и свеклы.....	194
248. Караси, запеченные с грибами и яйцами.....	195
249. Караси, запеченные в сметане с молодым картофелем.....	195
250. Окунь отварной.....	196
251. Рулеты из филе налима, отваренные с укропом.....	196
252. Рыбацкие голубцы с рыбой.....	197
253. Ставрида, запеченная по-русски.....	197
254. Сазан, тушеный с хреном.....	198
255. Сом, тушеный по-волжски.....	198
256. Пескари, тушеные с зеленью....	199
257. Судак, тушеный в огуречном рассоле.....	199
258. Судак по-купечески.....	200
259. Судак, запеченный в соли.....	200
260. Ледяная рыба с картофелем и чесноком.....	201
261. Щука, тушеная с белыми грибами.....	202
262. Рыба, запеченная в слоеном тесте.....	202
263. Рыба в соусе на сковороде.....	203
264. Нарядная запеканка из рыбы.....	204
265. Жареный минтай в орехово-грибной панировке.....	205
266. Котлеты из муксуна.....	205
267. Караси жареные.....	206
268. Корюшка по-господски.....	206
269. Рыбные котлеты.....	207
270. Рыбный рулет.....	207
271. Рулет рыбный с морковью, луком и томатами.....	208
272. Запеканка рыбная слоеная с зеленью и сладким перцем.....	208

<b>Каши и запеканки .....</b>	<b>209</b>
273. Каша пшеничная .....	211
274. Пшеничная каша на молоке с грушами .....	211
275. Каша пшенично-гречневая с овощами .....	212
276. Каша пшенная .....	212
277. Каша пшенная с грибами .....	212
278. Перловая каша на молоке .....	213
279. Каша перловая с кореньями .....	213
280. Каша перловая с грибами и овощами («Русский плов») .....	214
281. Каша перловая с кальмарами и овощами .....	214
282. Каша ячневая с овощами и свежими грибами .....	215
283. Каша кукурузно-ячневая .....	215
284. Каша кукурузная с ягодами .....	216
285. Каша кукурузная с сухофруктами .....	216
286. Каша гречневая .....	217
287. Каша гречневая с грибами .....	217
288. Зразы из гречневой крупы с творогом .....	218
289. Каша манная с сухофруктами ...	218
290. Каша гурьевская, запеченная в тыкве .....	219
291. Каша гурьевская замороженная .....	219
292. Каша тыквенная с манной крупой .....	220
293. Полбяная каша .....	220
294. Каша овсяная с овощами .....	221
295. Рисовая каша с изюмом .....	221
296. Рисовая каша с голубикой .....	222
297. Рис с пассерованными овощами ...	222
298. Каша тыквенная с рисом .....	223
299. Сборная каша с ягодами в горшочке .....	223

300. Каша гороховая .....	224
301. Картофельная запеканка с разными начинками .....	224
302. Начинки для картофельной запеканки .....	225
303. Запеканка вермишелевая с яблоками .....	227
304. Запеканка из тыквы и пшена ....	227
305. Постные голубцы с грибами и перловкой .....	228
306. Голубцы морковные в капустных листьях .....	229

## **Гарниры и блюда из овощей .....**

307. Картофель молодой отварной ....	233
308. Картофель разварной рассыпчатый .....	233
309. Картофель, фаршированный грибами .....	233
310. Картофельное пюре с зеленью ...	234
311. Картофельное пюре с белыми кореньями и морковным соком .....	234
312. Картофельные котлеты с грибами .....	234
313. Котлеты картофельные с творогом .....	235
314. Картофельные лепешки с зеленью .....	235
315. Баклажаны в горшочке .....	236
316. Гарнир из капусты с яблоками ...	236
317. Капустная запеканка .....	236
318. Капустные кочаны фаршированные .....	237
319. Фаршированная капуста по-русски .....	237
320. Солянка тушеная из капусты с перцем .....	238
321. Солянка из квашеной капусты в горшочке .....	238
322. Котлеты капустные .....	239

323. Шницель из капусты .....	239	354. Оладьи морковно-яблочные .....	252
324. Зеленая тушеная фасоль .....	240	355. Помидоры, фаршированные овощами и сыром.....	252
325. Свекла вяленая пряная .....	240	356. Пастернак на гарнир.....	252
326. Биточки из свеклы с сыром .....	241	357. Сельдерей жареный .....	253
327. Котлеты свекольные.....	241	358. Топинамбур жареный .....	253
328. Репа со сливками.....	242	359. Топинамбур отварной.....	253
329. Паренки из репы .....	242	360. Оладьи из топинамбура и моркови .....	253
330. Жареная репа с медом .....	242	361. Фасоль отварная с сухофруктами .....	254
331. Жареная репа с луком.....	243	362. Пюре из шпината .....	254
332. Репа фаршированная .....	243	363. Оладьи со шпинатом.....	255
333. Гарнир из репы.....	243	364. Оладьи с крапивой .....	255
334. Гарнир из репы с укропом.....	244		
335. Гарнир овощной с яблоками .....	244	<b>Пельмени, вареники, кундюмы ...</b>	<b>257</b>
336. Тыква, тушенная с луком.....	244	365. Пельмени .....	259
337. Тыква, фаршированная рисом и помидорами .....	245	366. Пельмени с начинкой из крапивы и репчатого лука .....	260
338. Тыква печеная .....	245	367. Пельмени с начинкой из куриного мяса.....	260
339. Тыква, жаренная с чесноком.....	246	368. Пельмени с начинкой из куриного мяса с грибами.....	260
340. Тыква запеченная.....	246	369. Пельмени с начинкой из шпината .....	261
341. Котлеты тыквенные .....	246	370. Пельмени с грибной начинкой .....	261
342. Перец, фаршированный овощами .....	247	371. Пельмени с начинкой из щуки или судака.....	261
343. Кабачки по-киевски .....	247	372. Пельмени с начинкой из трески или пикши .....	262
344. Кабачки, жаренные с белыми грибами .....	248	373. Пельмени с начинкой из осетра или семги с репчатым луком.....	262
345. Нежные котлеты из баклажанов и кабачков с творогом .....	248	374. Пельмени с начинкой из крапивы и репчатого лука .....	262
346. Кабачки, фаршированные мясом и топинамбуром .....	249	375. Пельмени с начинкой из крапивы и черемши .....	262
347. Гарнир из печеного лука и чеснока .....	249	376. Пельмени с начинкой из крапивы, зеленого лука и яиц .....	263
348. Гарнир из моркови.....	250	377. Пельмени с грибами .....	263
349. Морковь с тыквой тушеные.....	250	378. Вареники.....	263
350. Морковь, запеченная со сметаной .....	250		
351. Жареная морковь .....	251		
352. Жареная морковь с яйцами.....	251		
353. Жареная морковная ботва.....	251		



379. Вареники с творогом и вишней.....	264
380. Вареники с вишней .....	265
381. Вареники с капустой .....	266
382. Вареники с тыквой.....	267
383. Вареники с чечевицей.....	268
384. Вареники с картофелем .....	269
385. Ленивые вареники .....	270
386. Вареники из заварного теста с творогом .....	271
387. Кундюмы – постные пельмени ..	272

### **Подливы, соусы и приправы ..... 273**

388. Подлива из чечевицы.....	275
389. Соус морковный .....	275
390. Соус свекольный.....	275
391. Соус или пюре из свежих помидоров .....	276
392. Соус из сладкого перца .....	276
393. Соус из щавеля .....	277
394. Соус из базилика и орехов.....	277
395. Соус из брюквы .....	277
396. Соус из топинамбура.....	278
397. Соус шпинатный с чесноком .....	278
398. Соус сливовый с чесноком.....	278
399. Соус из лесной рябины с яблоками.....	279
400. Соус зеленый из свекольной ботвы.....	279
401. Соус свекольный.....	279
402. Соус морковный .....	280
403. Соус из фасоли с орехами .....	280
404. Соус грибной из вешенок .....	280
405. Соус грибной с кабачками.....	281
406. Соус грибной из опят.....	281
407. Соус сметанный с яблоками и шпинатом .....	281
408. Соус сметанный с крапивой, черемшой и шпинатом .....	282

409. Соус сметанный с луком и свекольным листом.....	282
410. Соус сметанный с ревенем .....	282
411. Томатно-чесночная приправа ....	283
412. Яблочно-чесночная приправа.....	283
413. Чесночная приправа с красной смородиной .....	283
414. Приправа из алычи и чеснока с тмином .....	284
415. Хрен столовый .....	284
416. Хрен со свеклой .....	284
417. Хрен со сливами .....	285
418. Хрен с крыжовником .....	285
419. Хрен с яблоками .....	285
420. Домашний майонез с красной смородиной .....	285
421. Домашний майонез с яблоком ..	286
422. Майонез с цветной капустой .....	286

### **Блины, блинчики и оладьи ..... 287**

423. Ржаные блины .....	289
424. Гречневые блины .....	290
425. Овсяные блины.....	291
426. Блины пшеничные .....	292
427. Блины кукурузные.....	293
428. Блины скороспелые.....	294
429. Блины заварные .....	295
430. Царские блины .....	296
431. Блины с припеком из яиц и зеленого лука .....	297
432. Постные блины с припеком из картофеля.....	298
433. Постные блины с припеком из тыквы .....	299
434. Тонкие творожные блинчики.....	300
435. Оладьи на пахте .....	301
436. Оладушки с яблоками .....	302
437. Овсяные оладьи.....	303
438. Оладьи с яблоками и грушами ..	304

439. Оладьи гречневые .....	304	467. Пироги с вишней.....	334
440. Оладьи со шпинатом.....	305	468. Пирожки постные с яблоками и грушами.....	335
441. Блинчики .....	305	469. Пирожки со щавелем жареные...	336
442. Блинчики с курицей.....	306	470. Пирожки с яйцом и зеленым луком жареные.....	337
443. Блинчики с грибами .....	307	471. Пирожки с рисом и рыбой жареные.....	338
444. Блинчики с горбушей.....	308	472. Шаньги с картофелем и грибами .....	339
445. Блинный пирог с творогом.....	309	473. Уральские шаньги со сметаной....	341
446. Блинный пирог с белыми грибами .....	310	474. Дрожжевой пирог с клубникой ....	342
447. Блинный пирог пикантный с сельдью, яблоками и шпинатом.....	311	475. Пирог с ягодами «Дачный» .....	343
<b>Выпечка.....</b>	<b>313</b>	476. «Бабушкин пирог» .....	344
448. Расстегаи с щукой и семгой.....	316	477. Классическая шарлотка с яблоками.....	345
449. Расстегаи с мясной начинкой....	317	478. Пирог с ревенем .....	346
450. Расстегаи с грибной начинкой...	318	479. Медовый домашний пирог .....	347
451. Расстегаи с начинкой из куриного мяса.....	319	480. Сахарный рулет с маком.....	347
452. Расстегаи с начинкой из зелени.....	320	481. Струдель с творогом (яблоками) .....	348
453. Кулебяка с двумя начинками ....	321	482. Бабка морковная с корицей .....	348
454. Кулебяка благовещенская с рыбой .....	322	483. Ромовая баба с цукатами.....	349
455. Кулебяка со сложной мясной начинкой .....	324	484. Постная медовая коврижка .....	350
456. Кулебяка открытая с лососем и грибами .....	325	485. Яблочная коврижка по старинному рецепту.....	351
457. Кулебяка с капустной начинкой .....	326	486. Булочки морковные .....	352
458. Курник .....	327	487. Булочки с медом.....	352
459. Мини-курники с курицей, картофелем и луком.....	328	488. Лакомые рогалики к чаю .....	353
460. Пирог луковый открытый.....	329	489. Ленивая слойка.....	354
461. Рыбный пирог.....	329	490. Пирожные из заварного теста с разными начинками.....	354
462. Пироги с капустой.....	330	491. Ореховые корзиночки.....	356
463. Пироги с зеленью .....	331	492. Печенье деревенское.....	356
464. Пироги с рисом и грибами .....	331	493. Печенье из овсяных хлопьев и морковных цукатов.....	357
465. Пироги с мясом и рисом.....	332	494. Печенье из ржаной муки .....	357
466. Пироги с яблоками.....	333	495. Печенье лакомое .....	357

496. Крендельки с маком, кунжутом ....	358
497. Сахарные пряники с орехами.....	359
498. Ржаные медовые пряники с черносливом .....	360
499. Хворост.....	360
500. Медовые квадратики.....	361
501. Фаршированные яблоки .....	362
502. Тыквенный десерт.....	362

## **Питье ..... 363**

503. Варенец .....	365
504. Варенец с серебряной закваской .....	365
505. Гоголь-моголь лимонный .....	365
506. Гоголь-моголь фруктовый.....	366
507. Кисель молочный с ягодами.....	366
508. Тыквенный кисель .....	366
509. Кисель из черники и брусники...367	
510. Морс клюквенный.....	367
511. Морс калиновый.....	367
512. Морс из ягод черники .....	368
513. Взвар .....	368
514. Чай витаминный из ягод .....	369
515. Чай витаминный из листьев.....	369
516. Чай из цветков ежевики .....	369
517. Чай из рябины.....	370
518. Квас старинный.....	370
519. Муромский квас .....	371
520. Квас «Антоновка» .....	371
521. Квас белый окрошечный.....	372
522. Квас из свежих ягод .....	372
523. Грушевый квас.....	373
524. Квас брусничный.....	373
525. Квас лимонный.....	374
526. Квас свекольно-яблочный.....	374
527. Жженка купеческая.....	374
528. Сбитень.....	375
529. Сбитень с вином.....	375

530. Медовуха.....	375
531. Настойка на базилике .....	376
532. Настойка чесночная на семенах укропа.....	376
533. Настойка с эстрагоном.....	376
534. Настойка тминная.....	376
535. Настойка на семенах кориандра .....	376
536. Наливка малиновая.....	377
537. Вишневая наливка .....	377
538. Черносмородиновая наливка ....	377
539. Вино из березового сока .....	378
540. Вино из голубики медовое.....	380
541. Вино из груш .....	381
542. Вино из ежевики .....	381
543. Вино из черноплодной рябины.....	382
544. Вино из шиповника.....	382

## **Моченья, соленья и квашенья..... 383**

Как приготовить идеальные заготовки .....	385
545. Моченые яблоки с брусникой.....	386
546. Моченые яблоки с вишней .....	386
547. Моченые яблоки с вишневыми листьями.....	386
548. Моченые яблоки с крыжовником .....	387
549. Моченые яблоки с рябиной .....	387
550. Брусника моченая .....	387
551. Брусника, маринованная горячим способом.....	388
552. Быстрая маринованная капуста «Провансаль».....	388
553. Квашеная капуста с клюквой ....	389
554. Быстроквашеная капуста с луком .....	390
555. Квашеная капуста без соли.....	391
556. Капуста в медовой заливке.....	391
557. Капуста в свекольном соке .....	392

558. Капуста, квашенная и маринованная с укропом и хреном .....	392	584. Репа, маринованная с медом.....	404
559. Капуста с медом «Лимонная» .....	393	585. Икра овощная с репой и петрушкой .....	404
560. Капуста с грушами .....	393	586. Свекла пряная.....	405
561. Капуста с кабачками .....	393	587. Морковь соленая .....	405
562. Огурцы, квашенные в капусте....	394	588. Морковь маринованная .....	405
563. Огурцы крепкого засола .....	394	589. Лук-севок в маринаде с медом .....	405
564. Огурцы малосольные ускоренного засола .....	395	590. Лук зеленый квашеный.....	406
565. Огурцы малосольные «на белом хлебе» .....	395	591. Чеснок сухого засола.....	406
566. Огурцы, засоленные в тыкке .....	396	592. Чеснок соленный в заливке .....	407
567. Огурцы, консервированные с овощами.....	397	593. Хрен столовый .....	407
568. Рулетики из огурцов с зеленью .....	397	594. Хрен с крыжовником .....	407
569. Томаты с вишневым ароматом .....	398	595. Заправка для щавелевых щей....	408
570. Томаты, маринованные с луком и сельдереем.....	398	596. Грибы белые маринованные .....	408
571. Томаты и перец с репчатым луком в медовой заливке.....	399	597. Вешенки маринованные .....	408
572. Томаты в разных соках .....	399	<b>Варенья, цукаты, пастила и смоква .....</b>	<b>409</b>
573. Томаты фаршированные пряного сухого засола.....	400	598. Варенье абрикосовое .....	411
574. Томаты с гроздьями рябины.....	400	599. Варенье из айвы .....	412
575. Томаты квашенные .....	400	600. Варенье вишневое .....	412
576. Томаты, квашенные в капусте....	401	601. Вишня «пятиминутка» .....	413
577. Баклажаны маринованные .....	401	602. Варенье грушевое с лимоном ....	413
578. Овощное ассорти с баклажанами в медовом маринаде .....	402	603. Варенье из ежевики .....	414
579. Кабачки или патиссоны, моченные с яблоками .....	402	604. Варенье из земляники садовой (клубники).....	414
580. Кабачки или патиссоны чесночные с укропом .....	402	605. Варенье «Изумруд» из крыжовника.....	415
581. Кабачки квашенные .....	403	606. Варенье из малины .....	415
582. Патиссоны, консервированные с укропом.....	403	607. Варенье из гранатной рябины....	416
583. Тыква маринованная .....	404	608. Варенье из клюквы с грецкими орехами.....	416
		609. Варенье из алычи .....	416
		610. Варенье из слив .....	417
		611. Варенье из ревеня .....	417
		612. Варенье из лепестков розы (шиповника).....	418
		613. Варенье из цветов одуванчика ...	418

614. Брусника в калиновом желе .....418
  615. Сливы в желе .....418
  616. Крыжовник в желе .....419
  617. Повидло из малины .....419
  618. Повидло из земляники .....420
  619. Джем морковно-апельсиновый ..420
  620. Джем из тыквы с калиной .....421
  621. Мармелад из ирги и черной смородины .....421
  622. Мармелад из крыжовника и красной смородины (двухслойный) .....422
  623. Мармелад из сахарной свеклы и яблок .....423
  624. Мармелад из ревеня .....423
  625. Сливовый мармелад .....424
  626. Пастила из абрикосов .....424
  627. Пастила брусничная .....424
  628. Пастила из клюквы .....425
  629. Пастила сливовая .....425
  630. Пастила яблочная .....425
  631. Рулет из спелого крыжовника ....426
  632. Рулет из слив .....426
  633. Рулет из красной, белой или черной смородины .....427
  634. Рулет из яблок .....427
  635. Вишня в сахаре .....428
  636. Рябина в сахаре .....428
  637. Клюква в сахаре .....429
  638. Конфеты из абрикосов .....429
  639. Конфеты из слив .....429
  640. Конфеты «Яблочко» .....430
  641. Рябина в карамели .....430
  642. Цукаты из кабачков с медом и лимоном .....431
  643. Цукаты из слив .....432
  644. Цукаты из тыквы .....432
  645. Цукаты из яблок .....433
  646. Цукаты из огурцов медовые .....433
  647. Ревень вяленый .....434
  648. Тыква, вяленая с яблоками .....434
  649. Яблоки вяленые .....434
  650. Морковь вяленая .....435
  651. Козинаки из ирги .....435
  652. Козинаки из рябины .....435
  653. Халва из моркови .....436
  654. Халва яблочная .....436
  655. Халва тыквенно-яблочная .....437
  656. Халва сливовая .....437
- Рецепты пасхальные и рождественские..... 439**
- Пасхальный стол .....440
657. Пасха творожная обыкновенная .....441
658. Пасха с цукатами .....442
659. Кулич пасхальный .....443
660. Кулич с облепиховым соком .....444
661. Кулич морковный .....445
662. Бабка творожная с яйцами .....445
- Рождественский стол ..... 446**
663. Колядки-преснушки .....446
664. Коливо рождественское .....457
665. Кутья настоящая .....447



# **ЗАКУСКИ ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ**



Слово «закуска» в словаре В. Даля имеет два значения – собственно еда и то, что подается вместе с крепкими напитками, и, как кажется, эти два значения в полной мере выражают наше отношение к понятию закусок. В русской кухне закуски занимают почетное место и поражают разнообразием – это соленья и моченья, квашеная капуста, грибы и прочие вкуснейшие заготовки. Позднее иностранная кухня также оказала влияние на русский стол – в XIX веке можно было выписывать поваров из-за границы. Вот и появились у нас всевозможные винегреты, салаты, заливное. Но и русские мастера поварского искусства не ударили в грязь лицом, так возникали интересные блюда – например, салат оливье, названный по имени известного ресторатора.

Время вносит свои коррективы, и последние сто лет – так называемый советский период – повлияли на рецепты русской кухни. Расширился перечень любимых народом салатов – мы научились смешивать всевозможные продукты, пользуясь их доступностью. Но все-таки главное осталось неизменным – хлебосольность русского стола.

*Багряна ветчина, зелены щи с желтком,  
Румяно-желт пирог, сыр белый, раки красны,  
Что смоль, янтарь – икра, и с голубым пером  
Там щука пестрая – прекрасны!  
Прекрасны потому, что взор манят мой, вкус;  
Но не обилием иль чуждых стран приправой,  
А что опрятно все и представляет Русь:  
Припас домашний, свежий, здоровой.*

Г. Р. Державин, «Евгению. Жизнь Званская»

На страницах этой книги мы постараемся придерживаться традиционных рецептов, не обойдем вниманием и самые любимые и популярные блюда. Посмотрим, как изменились с течением времени холодец, заливное и винегреты.

## 1. Салат Столичный

Салат Столичный классический – упрощенная версия оливье, которая была впервые представлена шеф-поваром ресторана «Москва» в 1939 году. Рецепт оригинального салата был безвозвратно утерян – ресторатор не оставил точных записей и унес его в могилу. Владимир Гиляровский в книге «Москва и москвичи» пишет, что безуспешно пытался найти салат оливье в других ресторанах. «То, да не то», – так говорил писатель о тщетных попытках кулинаров воссоздать оригинальный рецепт салата.

По воспоминаниям современников, в первоначальный состав салата входили жареные рябчики, вареные раковые шейки, домашний соус провансаль, рассыпчатый отварной картофель, листья зеленого салата, оливки, свежие огурцы, трюфели, нарезанные тонкими пластинками, а также кубики ланспика – густого мясного бульона желеобразной консистенции.

В советское время рябчики были заменены отварным языком, трюфели и раковые шейки исчезли совсем, появились и новшества – зеленый горошек, яйца, морковь. Более демократичные варианты готовятся с отварной курицей или докторской колбасой. Но, как бы то ни было, этот салат снискал всенародную любовь и готовится неизменно ко всем праздникам тазиками, ведрами и мисками.

Ниже приводится версия салата Столичный, объединившая классический и современный подходы.

- Куриное филе – 250 г
- картофель крупный – 1 шт.
- яйца – 2 шт.
- огурец маринованный – 2 шт.
- горошек зеленый консервированный – 50 г
- майонез – 80 г
- петрушка – 1 веточка
- мясо крабовое – 30 г
- соль, молотый черный перец – по вкусу

1. Куриное филе залить горячей водой и довести до кипения. Снять пену и варить на маленьком огне 45 мин. Картофель для салата тщательно вымыть щеткой, залить горячей водой. Довести до кипения и варить до готовности. Дать остыть. Яйца для салата залить водой, поставить на огонь и довести до кипения. Варить 10 мин, затем охладить проточной водой и дать остыть.
2. Картофель очистить, нарезать маленькими кубиками. Куриное филе и маринованные огурцы для салата также нарезать маленькими кубиками. Добавить к картофелю. В миску ко всем подготовленным ингредиентам добавить консервированный горошек и майонез. Посолить, поперчить по вкусу и перемешать. Переложить в салатник. Поверх салата выложить отваренные яйца. Украсить крабовым мясом и листочками петрушки с веточки.

## 2. Оливье советский

- Картофель – 3 шт.
- морковь – 3–4 шт.
- яйца – 4 шт.
- горошек зеленый консервированный – 450 г
- огурцы соленые – 5–6 шт.
- ветчина или докторская колбаса – 350 г
- веточка зеленого лука
- укроп – 1 пучок
- майонез – 250 г
- соль, черный молотый перец – по вкусу

1. Картофель и морковь вымыть и отварить в подсоленной воде до готовности. Яйца отварить отдельно. Очистить и нарезать кубиками. Такими же кубиками нарезать ветчину или докторскую колбасу.
2. Смешать все ингредиенты в салатнике, добавить мелко нарезанный зеленый лук и укроп. Приправить черным перцем, заправить майонезом и поставить в холодильник.
3. Если соленые огурцы с крупными семенами – удалить их. Затем нарезать кубиками такого же размера. Сложить в отдельный контейнер. Слить жидкость с горошка, горошек переложить в отдельный контейнер.
4. Перед подачей к столу добавить в салат соленые огурцы и зеленый горошек. Еще раз перемешать салат, попробовать и при необходимости добавить соль и черный перец.

### 3. Яблочный салат с семгой

- Салат зеленый – 250 г
- яблоки – 2 шт.
- семга копченая – 300 г
- сливки – 350 мл
- лук зеленый рубленый – 1 ст. ложка
- сок 1 лимона
- соль, перец – по вкусу

1. Яблоки вымыть, очистить от кожуры, разрезать пополам, удалить сердцевину и косточки, нарезать тонкими ломтиками толщиной 2–3 мм.
2. Салат хорошо промыть, обсушить на полотенце или салфетке. Самые крупные листья порвать на 2–3 части. Выложить салат в салатницу. Добавить нарезанные ломтиками яблоки.
3. Копченую семгу аккуратно нарезать тонкими ломтиками и выложить сверху в салатницу на яблоки.
4. В отдельной посуде смешать сливки с лимонным соком и рубленым зеленым луком. Посолить и поперчить по вкусу. Вылить заправку в салат, перемешать перед самой подачей.

### 4. Салат из копченой рыбы

- Рыба копченая (зубатка, палтус, треска) – 500 г
- яблоки – 2 шт.
- огурцы соленые – 2 шт.
- огурцы свежие – 2 шт.
- помидоры – 3 шт.
- лук зеленый рубленый – 2 ст. ложки
- масло растительное – 125 мл
- горчица – 1 ч. ложка
- сахар – 1 ч. ложка
- уксус столовый – 2 ст. ложки
- соль, перец – по вкусу

1. Очищенную от кожи и костей рыбу, яблоки, огурцы, помидоры (зерна из помидоров удалить) нарезать кубиками, все перемешать, добавить рубленый зеленый лук и залить острым соусом.
2. **Приготовление соуса.** Горчицу и сахар хорошо растереть, прибавляя понемногу растительное масло. Когда получится однородная масса, всыпать в нее перец, влить постепенно уксус и посолить по вкусу.



## 5. Салат с перепелиными яйцами

- Яйца перепелиные – 10 шт.
- салат зеленый – 200 г
- лук зеленый – 100 г
- укроп – 50 г
- кинза – 50 г
- сметана – 100 г
- орехи кедровые очищенные – 25 г
- соль – по вкусу

Салат и зелень промыть, нарезать. Укроп и кинзу нарезать отдельно и смешать со сметаной. Яйца отварить вкрутую, очистить и разрезать пополам. Салат и зеленый лук выложить на тарелку, сверху положить половинки перепелиных яиц и заправить сметаной с зеленью, посолить по вкусу. Посыпать кедровыми орешками.

## 6. Салат по-деревенски

- Картофель – 10 шт.
- соленые грибы –  $\frac{1}{2}$  стакана
- соленые огурцы – 4 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- нерафинированное растительное масло
- укроп – 2 веточки
- соль

1. Картофель вымыть, сварить «в мундире», охладить, очистить, нарезать крупными ломтиками.
2. Соленые огурцы нарезать ломтиками. Репчатый лук очистить и нарезать соломкой.
3. Соленые грибы откинуть на дуршлаг, дать стечь рассолу. Если грибы мелкие – использовать целиком, если крупные – нарезать ломтиками.
4. Укроп вымыть, обсушить и порубить. Картофель, грибы, огурцы и лук смешать, подсолить, заправить маслом. При подаче посыпать салат рубленым укропом.

## 7. Салат из чечевицы с грибами

- Зеленая чечевица – 1 стакан
- свежие шампиньоны – 8 шт.
- морковь (средняя) – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- укроп – 2 веточки
- соевый соус –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- растительное масло
- соль
- молотый черный перец

1. Чечевицу перебрать, промыть в холодной воде. Засыпать чечевицу в кипящую подсоленную воду и варить до готовности – 15–20 мин. Готовую чечевицу откинуть на дуршлаг, охладить.
2. Шампиньоны нарезать дольками, обжарить почти до готовности на растительном масле. В конце добавить соевый соус, быстро обжарить, снять с огня и охладить.
3. Лук и морковь вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками. Обжарить на растительном масле до готовности, охладить.
4. Укроп вымыть и мелко порубить.
5. Смешать чечевицу, грибы, лук и морковь, зелень. Салат посолить, поперчить, заправить растительным маслом и перемешать. Салат можно подавать как охлажденным, так и теплым.

## 8. Салат из сырой моркови острый

- Морковь – 500 г
- кориандр молотый – 1 ч. ложка
- перец горький стручковый –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- масло растительное – 4 ст. ложки
- соль – по вкусу

Морковь нашинковать на крупной терке, добавить молотый кориандр, горький перец, чуть-чуть посолить, полить растительным маслом, все хорошо перемешать, охладить.

## 9. Салат из моркови с черносливом и курагой

- Морковь – 500 г
- чернослив – 150 г
- курага – 150 г
- масло растительное – 50 мл
- укроп (семена) – 5 г
- соль – по вкусу

Морковь вымыть, нашинковать на крупной терке. Чернослив и курагу вымыть, залить кипятком и выдерживать в нем до остывания, затем вынуть из воды, очень мелко нарезать, смешать с морковью, добавить размолотые семена укропа, подсолить.

## 10. Салат из тыквы с орехами

- Тыква – 500 г
- ядра орехов (лещина, грецкие) – 100 г
- лимон – 1 шт.
- сахар – 50 г

Тыкву натереть на крупной терке. Лимон вымыть, обтереть, снять цедру теркой, выжать сок. Ядра орехов измельчить в кофемолке, смешать с тыквой, добавить лимонную цедру и сок, сахар, перемешать.

## 11. Салат из свеклы с укропом

- Свекла столовая – 500 г
- семена укропа молотые – 1 ст. ложка
- растительное масло – 50 мл
- соль – по вкусу

Сырую свеклу нашинковать на крупной терке, добавить семена укропа, соль, растительное масло. Хорошо размешать.

## 12. Салат из краснокочанной капусты с пассерованной свеклой

- Капуста краснокочанная – 300 г
- свекла столовая – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- кориандр молотый – 1 ч. ложка
- орехи грецкие – 50 г
- соль – по вкусу

Свеклу вымыть, очистить, нашинковать тонкой соломкой. Спассеровать на растительном масле и перемешать с измельченной таким же способом краснокочанной капустой. Посолить, добавить кориандр и измельченные ядра грецких орехов. Вместо кориандра можно использовать листья базилика.

### 13. Салат из капусты с сухофруктами

- Капуста белокочанная – 400 г
- морковь – 200 г
- курага – 200 г
- чернослив – 200 г
- сметана – по вкусу

Кочан капусты разрезать поперек, верхнюю часть кочана (без кочерыжки) нашинковать очень тонко, как кружево, обдать кипятком, выдержать до остывания и отжать. Морковь вымыть, очистить и нашинковать. Курагу и чернослив вымыть и отварить до размягчения в небольшом количестве воды, измельчить, удалив косточки. Смешать подготовленные овощи и фрукты, заправив сметаной либо сметаной и майонезом, взятыми в пропорции 1:1.

### 14. Салат из капусты с зеленью и чесноком

- Капуста – 400 г
- лук репчатый – 300 г
- морковь – 200 г
- петрушка – 50 г
- чеснок – 50 г
- масло растительное – 50 мл

Капусту (нижнюю часть кочана) порубить очень мелко сечкой, добиваясь, чтобы кусочки были размером с рисовое зерно, залить кипятком, выдержать до остывания, затем отжать. Измельченные лук, морковь и зелень петрушки спассеровать на растительном масле, соединить с отжатой капустой, добавить очищенный и размятый чеснок, тщательно перемешать.

### 15. Салат из фасоли с цветной капустой

- Фасоль отварная – 500 г
- лук репчатый – 100 г
- капуста цветная – 200 г
- чеснок – 1 головка
- укроп – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Фасоль темных сортов отварить до готовности. Лук очистить, мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле. Капусту промыть, разобрать на букетики и проварить 5 мин. Овощи смешать, добавив растолченный чеснок и мелко нарезанную зелень укропа. Посолить по вкусу.

Вместо цветной можно взять капусту брокколи.

## 16. Салат из лука с капустой брокколи

- Лук репчатый фиолетовый – 200 г
- капуста брокколи – 400 г
- масло растительное – 50 мл
- лимонный сок – 50 г
- соль – по вкусу

Капуста брокколи – самая богатая витаминами из всех видов капусты. При этом еще необыкновенно вкусная. Годится она для любых блюд. Для салата ее готовят следующим образом: капусту обварить кипятком, охладить и разобрать на букетики. Отдельные букетики нарезать ножом на кусочки и смешать с мелко нашинкованным луком. Заправить смесь растительным маслом и лимонным соком, посолить по вкусу. Стебли капусты брокколи можно затем отварить отдельно и использовать в качестве гарнира.

## 17. Салат из тыквы с хреном

- Тыква – 500 г
- масло растительное – 50 мл
- хрен готовый – 1 ст. ложка
- семена тмина – 1 ст. ложка

Тыкву очистить от кожуры и семян, нашинковать на крупной терке, добавить тертый хрен, размолотые семена тмина, заправить маслом, посолить и перемешать.

## 18. Свекла по-монастырски

- Свекла столовая – 1 кг
- лук репчатый – 200 г
- ядра орехов (любые) – 200 г
- чернослив – 300 г
- масло растительное – 100 мл
- кориандр молотый/орех мускатный – 2 ст. ложки
- мед – 2 ст. ложки

Свеклу вымыть, залить кипятком, отварить до готовности, очистить и нарезать кусочками. Чернослив отварить и нарезать кусочками. Лук очистить, мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле. Ядра орехов растолочь, соединить с медом и пассерованным луком, затем – с подготовленной свеклой. Все тщательно перемешать, добавив для ароматизации размолотые семена кориандра или мускатного ореха. Подавать как самостоятельное блюдо.

## 19. Свекла острая

- Свекла столовая – 500 г
- кориандр (семена) – 1 ч. ложка
- перец красный жгучий молотый –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Свеклу тщательно вымыть, очистить и нарезать тонкой соломкой. Семена кориандра размолоть в кофемолке. В измельченную свеклу добавить соль, молотый кориандр, перец и растительное масло. Тщательно перемешать.

## 20. Салат из редьки

- Редька – 250 г
- морковь – 250 г
- масло растительное
- соль – по вкусу

Редьку и морковь вымыть, очистить, снова вымыть и нашинковать тончайшей стружкой. Добавить соль, растительное масло и все перемешать.

## 21. Салат из редиса с зеленым луком, сметаной и яйцами

- Редис – 2 пучка
- лук зеленый рубленый – 1 ст. ложка
- яйца, сваренные вкрутую – 2 шт.
- сметана – 75 г
- соль

Вымытый и очищенный от зелени редис нарезать тонкими кружочками, смешать с луком, положить в салатник, покрыть сверху нарезанными кружочками яиц, залить посоленной сметаной. Сразу подать к столу.

## 22. Салат из хрена с яйцами и зеленью

- Хрен – 100 г
- яйца – 4 шт.
- петрушка рубленая – 1 ст. ложка
- укроп рубленый – 2 ст. ложки
- лук зеленый рубленый – 2 ст. ложки
- сметана – 150 г
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – по вкусу

Натертый на мелкой терке хрен перемешать с сахаром и оставить открытым на 1 ч, затем смешать с рублеными яйцами, луком и зеленью, залить сметаной, посолить и вымешать.

## 23. Салат из квашеной капусты с клюквой и сельдереем

- Капуста квашеная – 400 г
- яблоко свежее или моченое – 1 шт.
- сельдерей черешковый – 100 г
- сахар – 1–2 ч. ложки
- масло растительное – 2 ст. ложки
- клюква свежая – 4 ст. ложки

1. Сельдерей вымыть, нарезать кусочками шириной 1 см. Яблоко вымыть, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину. Нарезать яблоко тонкими дольками. Клюкву перебрать, положить в дуршлаг и тщательно промыть. Выложить ягоды на бумажные салфетки, чтобы стекла жидкость.
2. Размять 1 ст. ложку клюквы ложкой, аккуратно слить сок. Смешать его с маслом, добавить сахар по вкусу. Перемешать квашеную капусту с сельдереем и яблоком. Добавить ягоды клюквы. Заправить салат маслом с клюквенным соком.
3. Если вы используете в салате не моченое, а свежее яблоко, то после нарезки его необходимо сбрызнуть лимонным соком.

## 24. Теплый салат из баклажанов

- Баклажаны – 2 шт.
- помидоры – 3 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- кинза – 2 веточки
- сок  $\frac{1}{2}$  лимона
- масло растительное
- соль
- перец молотый

1. Баклажаны наколоть вилкой и положить на 30 мин в холодную воду, чтобы вышла горечь.
2. Баклажаны и помидоры запечь на мангале над углями или в духовке при 170 °С: баклажаны запекать 20 мин, помидоры – 7–10 мин в зависимости от размера.
3. Чеснок и кинзу порубить вместе. Запеченные баклажаны разрезать пополам, ложкой выскрести мякоть, порубить ее ножом и переложить в миску. Помидоры положить на 1 мин в холодную воду, снять с них кожицу, разрезать пополам, удалить семена. Мякоть порубить ножом.
4. Добавить помидоры к баклажанам вместе с кинзой и чесноком. Посолить, поперчить, заправить маслом и лимонным соком, перемешать.

## 25. Теплый салат из фасоли с луком

- Стручковая фасоль – 2 стакана
- красный репчатый лук – 1 шт.
- перец молотый
- растительное масло
- сок  $\frac{1}{2}$  лимона
- соль

1. Стручки фасоли очистить от прожилки, вымыть, положить в кастрюлю с небольшим количеством кипящей воды и варить 5–8 мин.
2. Стручки должны оставаться хрустящими. Лук очистить, ополоснуть холодной водой, нарезать соломкой.
3. Откинуть стручки на дуршлаг, смешать с луком, выложить в салатник, посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона, полить оливковым маслом. Подавать салат теплым.

## 26. Салат грибной с зеленью

- Шампиньоны свежие – 200 г
- чеснок – 2–3 зубчика
- укроп (зелень) – 50 г
- салат латук – 100 г
- соль –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- лимонный сок – из половинки лимона
- растительное масло (по желанию)

Зелень промыть, укроп мелко нарезать. Шампиньоны вымыть, нарезать тонкими пластинками, смешать с размятым чесноком и измельченным укропом, посолить, полить лимонным соком и выдержать в течение 1 ч. Салат латук нашинковать кусочками и смешать с промаринованными грибами. Можно все заправить по вкусу растительным маслом.





## 27. Винегрет классический

**В**инегрет – блюдо универсальное и обладающее в то же время яркой индивидуальностью. Чего стоит сочетание отварных овощей с солеными огурчиками и душистым подсолнечным маслом! Название «винегрет» – французское, но за столько поколений этот салат стал коронным блюдом русской кухни, растеряв все свои иностранные корни.

- Свекла – 2 шт.
- морковь – 3 шт.
- картофель – 4 шт.
- огурцы соленые – 2–3 шт.
- яблоко кисло-сладкое – 1 шт.
- масло подсолнечное  
нерафинированное
- соль
- молотый черный перец

1. Вымыть все корнеплоды для винегрета щеткой и завернуть (каждый по отдельности) довольно плотно в фольгу. Положить в разогретую до 180 °С духовку. Запекать до мягкости. Картофель будет готов через 35 мин. Затем через 40 мин морковь. Время запекания свеклы – от 50 мин до 1,5 ч, в зависимости от сорта и размера.
2. Готовые овощи должны легко протыкаться зубочисткой. Развернуть запеченные овощи и остудить. Очистить от кожицы. Нарезать овощи одинаковыми кубиками.
3. Свеклу заправить маслом отдельно от других овощей, перемешать, добавить картофель, морковь, полить маслом и снова перемешать.
4. Очистить огурцы от грубой кожицы, мякоть нарезать мелкими кубиками.
5. Яблоко очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Смешать огурцы и яблоко с остальными ингредиентами винегрета, приправить солью и перцем.

## 28. Винегрет мясной

- Картофель – 250 г
- морковь – 100 г
- свекла – 200 г
- огурцы соленые – 150 г
- капуста квашеная – 200 г
- лук репчатый – 150 г
- зелень – 50 г
- уксус яблочный – 50 мл
- масло растительное – 3 ст. ложки
- сахар – ½ ч. ложки
- мясо отварное – 300 г
- брусника моченая – 100 г
- яблоки моченые – 150 г
- лук зеленый – 100 г

Свеклу залить холодной водой, добавить немного уксуса и варить до готовности. Очистить и нарезать мелкими кубиками. Морковь отварить и нарезать как свеклу. Лук мелко нашинковать. Картофель сварить в мундире, очистить, нарезать кубиками. Огурцы нарезать кубиками. Капусту мелко нашинковать. Свеклу заправить 1 ст. ложкой масла. Мясо отварное нарезать мелкими кубиками. В уксус положить сахар, соль и перец по вкусу, влить оставшееся масло и перемешать. Подготовленные ингредиенты смешать и полить заправкой. Готовый винегрет украсить мочеными яблоками, брусникой и зеленым луком.

## 29. Винегрет с сельдью

- Картофель – 300 г
- свекла – 200 г
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- сельдь соленая – 200 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Для приготовления винегрета все овощи сварить, остудить и очистить от кожицы. Нарезать кубиками и заправить растительным маслом. Свеклу заправить растительным маслом отдельно от остальных ингредиентов.
2. Лук нарезать тонкими полукольцами. Сельдь очистить, освободить от косточек и нарезать тонкими ломтиками. Соединить овощи и селедку, заправить маслом, посолить и перемешать. Вместо сельди можно использовать любую другую соленую рыбу.

## 30. Винегрет горячий с подливой

- Картофель – 200 г
- репа – 150 г
- морковь – 150 г
- свекла – 200 г
- горошек зеленый консервированный – 2 ст. ложки
- огурцы соленые – 2 шт.
- грибы соленые – 100 г

### Для подливы:

- бульон овощной – 100 мл
- мука – 2 ст. ложки
- масло сливочное – 25 г
- молоко – 50 мл
- зелень петрушки, укропа
- соль – по вкусу

1. Картофель, репу, морковь, свеклу очистить, нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. К отварным овощам добавить мелко нарезанные соленые огурцы, горошек и хорошо промытые соленые рубленые грибы.
2. Приготовить подливу с укропом и петрушкой и залить ею горячий винегрет.
3. **Для подливы:** вскипятить половину порции овощного бульона, влить в него тонкой струйкой, помешивая, оставшийся овощной холодный бульон, размешанный с мукой, и проварить 5 мин на слабом огне.
4. Когда жидкость загустеет, добавить сливочное масло, молоко, мелко рубленую зелень петрушки и укропа и довести до кипения.

## 31. Картофельный салат со щавелем

- Молодой картофель – 8 шт.
- огурцы малосольные – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- щавель – 1 пучок
- петрушка – 2–3 веточки
- укроп – 2–3 веточки
- горчица – 1 ч. ложка
- масло подсолнечное нерафинированное – 4 ст. ложки
- соль, свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Картофель тщательно вымыть щеткой и отварить в мундире в кипящей подсоленной воде до готовности, примерно 25 мин.
2. С готового картофеля слить воду, остудить и разрезать на 4 части. Лук очистить и нарезать кольцами. Сложить в миску картофель и лук.
3. Смешать горчицу с 2 ст. ложками подсолнечного масла, солью и перцем. Заправить картофель с луком.
4. Щавель нарезать соломкой (жесткие стебли можно удалить), зелень измельчить. Огурцы нарезать брусочками.
5. Добавить огурцы и всю зелень к картофелю с луком, перемешать. Полить оставшимся маслом и подавать.

## 32. Картофельный салат с говядиной

**В**куснейший салат с пикантной заправкой. Рекомендуем приготовить обязательно! Говядину можно заменить бужениной или ветчиной, можно решиться даже на копченую колбасу – это базовый рецепт салата, в который совершенно спокойно можно вносить корректные изменения.

- Картофель мелкий – 500 г
- говядина вареная – 300 г
- лук зеленый – 50 г
- огурчики маринованные – 3 шт.
- укроп – 1 пучок
- каперсы – 1 ст. ложка
- майонез – 100 г
- сметана – 3 ст. ложки
- уксус винный – 2 ст. ложки
- хрен сливочный – 1,5 ст. ложки
- соль, молотый черный перец

1. Картофель вымыть и положить в широкую кастрюлю с кипящей соленой водой. Уменьшить огонь до среднего и варить до готовности, 20 мин. Слить воду, немного остудить картофель, а затем очистить. Нарезать крупными дольками и оставить до полного остывания.
2. Говядину нарезать тонкими ломтиками, а затем широкой соломкой. Тонко нашинковать зеленый лук и укроп. Маринованные огурчики нарезать маленькими кубиками. Каперсы порубить.
3. Для заправки смешать майонез, сметану, уксус и хрен, добавить каперсы и маринованные огурцы, перемешать.
4. Смешать в большой миске картофель, говядину и укроп, полить заправкой, приправить солью и перцем. Накрыть крышкой и убрать в холодильник минимум на 1 ч. Перед подачей посыпать салат зеленым луком.

## 33. Картофельный салат с селедочной икрой

**С**ытный, вкусный салат для семейного ужина. Сохранились воспоминания, что именно этот салат очень любил булочник Филиппов.

- Картофель – 2 шт.
- яйцо – 1 шт.
- помидор – 1 шт.
- лук красный – ½ шт.
- зеленый лук для подачи

**Для заправки:**

- соленая икра сельди – 3 ст. ложки
- майонез – 2 ст. ложки
- сок лимонный – 1 ст. ложка
- чеснок – 1 зубчик

1. Приготовить заправку для салата. Соленую икру смешать с майонезом, соком лимона и измельченным чесноком.
2. Тщательно размешать до однородности.
3. Картофель и яйцо сварить и охладить. Нарезать кубиком картофель, яйцо, помидоры и лук. Полить икрой заправкой и аккуратно перемешать. При подаче посыпать зеленью.

## 34. Язык отварной

- Язык говяжий – 600 г
- морковь – 1 шт.
- петрушка, корень – 1 шт.
- сельдерей, корень – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- лавровый лист – 2 шт.
- соль

1. Перед варкой свежий язык тщательно промыть холодной водой, а соленый вымачивать в холодной воде в течение 5–8 ч, в зависимости от крепости посола. Затем положить язык в посуду с холодной водой и варить до готовности при слабом кипении. Время варки языка колеблется от 2 до 4 ч. После 1–2 ч варки в воду с языком добавить соль (при варке соленого языка соль не добавлять), нарезанные морковь, петрушку, репчатый лук и лавровый лист.
2. Вареный язык переложить из бульона в посуду с холодной водой и снять с него кожу. Хранить язык до подачи целым в горячем виде в бульоне, в котором он варился. Если же он сварен за 3–4 или более часов до подачи, то после очистки и охлаждения его следует хранить в закрытой посуде в холодильнике.
3. Перед подачей язык нарезать вдоль тонкими широкими ломтями (по 1–2 на порцию). Холодные ломти языка прогреть в бульоне или соусе до кипения.
4. К языку можно подать в соуснике тертый хрен с уксусом.

## 35. Отварной язык с подливой из зеленого горошка

- Язык говяжий – 1 шт.
- горошек зеленый консервированный – 250 г
- масло сливочное – 30 г
- мука – 1 ст. ложка
- сметана – 75 г
- сахар и соль – по вкусу

1. Язык хорошо промыть в нескольких водах, положить в кастрюлю и залить небольшим количеством воды, чтобы она только покрыла его. Довести воду до кипения и, сняв пену, посолить. Уменьшить огонь и варить язык до готовности, не давая бульону кипеть.
2. Сваренный язык очистить от кожи, нарезать тонкими ломтями, держа нож наискось, залить подливой из зеленого горошка. Остальную подливу подать отдельно в соуснике.
3. **Приготовление подливы.** Зеленый горошек вместе с соком вскипятить, всыпать по вкусу соль и сахар, заправить мукой, растертой с маслом, разбавленным холодным соком из-под горошка, и сметаной.

## 36. Мясной хлеб

- Фарш говядина-свинина – 1 кг
- лук репчатый – ½ шт.
- чеснок – 1 зубчик
- томатная паста – 1 ст. ложка
- панировочные сухари – 150 г
- молоко – 150 мл
- яйцо – 1 шт.
- соль, перец – по вкусу

1. Лук и чеснок очень мелко нарезать. В глубокую миску выложить фарш, добавить к нему все ингредиенты: лук, чеснок, сухари, молоко, томатную пасту, яйцо, приправить по вкусу. Перемешать. Очень плотно выложить фарш (практически утрамбовать) в смазанную маслом форму. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 1,5 ч.
2. В середине процесса, но не раньше, чем через 45 мин, можно смазать верхушку хлеба томатной пастой. Это нужно для того, чтобы не было твердой корочки.
3. Через 1,5 ч вынуть из духовки, дать немного остыть, прежде чем доставать из формы. Томатную пасту можно заменить кетчупом, домашней аджикой или томатным соусом. Можно вообще отказаться от томатной пасты, если не хочется томатного вкуса, и добавить ложку горчицы.

## 37. Праздничный мясной рулет

- Говядина (фарш) – 500 г
- вареные мелкие куриные или перепелиные яйца – 6 шт.
- свиная вырезка – 1 кг
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- петрушка свежая нарезанная – пучок
- базилик свежий нарезанный – 2 веточки
- черствые хлебные крошки – 0,5 стакана
- молоко – 100 мл
- тертый сыр (пармезан) – 0,5 стакана
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- бульон мясной – 1 л

1. Приготовить ингредиенты для праздничного мясного рулета. Лук и чеснок очистить, измельчить. Петрушку и базилик вымыть, обсушить и мелко нарезать. Хлебные крошки замочить в молоке. Яйца очистить от скорлупы. Свиную вырезку накрыть пленкой и отбить в тонкий пласт.
2. Смешать в миске говяжий фарш с размоченными крошками, пармезаном, луком, чесноком, зеленью и сырым яйцом. Тщательно вымесить. Выложить приготовленный фарш по центру свиной вырезки – основе рулета.
3. Вдавить в говяжий фарш перепелиные яйца, сваренные вкрутую, по средней линии, параллельно длинной стороне (на равном расстоянии друг от друга или практически вплотную).
4. Осторожно, но довольно туго свернуть мясной рулет. Перевязать кулинарной нитью. В большой сковороде, в которую целиком поместится рулет, нагреть масло.
5. Обжарить рулет до подрумянивания со всех сторон. Переложить в форму для запекания. Влить бульон, накрыть крышкой и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 1,5 ч. Если поверхность рулета начнет подгорать, его следует накрыть листом фольги.
6. Количество бульона для запекания праздничного рулета лучше регулировать по факту. Влить жидкость в форму так, чтобы мясная заготовка погрузилась в нее на 2–3 см. Поместить в духовку на время, указанное в рецепте. Доливать бульон следует только в том случае, если жидкость в процессе запекания испарится.

## 38. Холодец

**З**аливное, холодец или студень – как правильно и в чем отличие? Любители русской кухни уделяют этому вопросу пристальное внимание. Каких только версий не встречается – например, есть утверждение, что холодец готовится из нескольких видов мяса, а студень только из говядины. Заливное же исключительно из рыбы.

Рестораторы придерживаются мнения, что холодец и студень – это понятия идентичные, однако кардинально отличающиеся от заливного. Влад Пискунов, автор историко-кулинарного труда «Русская кухня. Лучшее за 500 лет», говорит: «Холодец отличается от заливного в основном мелкой нарезкой, а также прозрачностью бульона: в заливном желейная часть должна быть чистой, как слеза, а в холодце не столько ценится прозрачность, сколько насыщенность. Основной продукт может быть любым – например, свиные уши, которые дают студенистый бульон сами по себе, не требуя желатина. Поэтому они идеальны для подобных блюд, как и свиные щеки и мясо с затылка свиной головы. Особенно с толченым чесноком, уксусом и хреном, традиционными для подобных блюд приправами».

Студень из свинины считался типично московским блюдом. «Свиней забивали как раз к Рождеству, в Москву шли целые возы с Южных губерний и из Подмосковья. Есть много свидетельств, как замерзшая Москва-река превращалась в импровизированную ярмарку, туши рубили прямо на льду, не взвешивая, на глаз определяя, сколько весит тот или иной кусок. За время долгого строгого поста по мясу успевали соскучиться, поэтому на разговенье – Рождество и Васильев день (14 января, канун Нового года по старому стилю) – мясной студень был на столе обязательно», – продолжает Влад Пискунов.

Студень считался настолько питательным и поддерживающим силы, что фельдмаршал Суворов издал специальное распоряжение о включении студня в солдатский походный рацион.

В наше время студень или холодец готовится практически без изменения старинного рецепта.

- *Ножки свиные крупные – 4 шт.*
- *свинина, мякоть – 1,5 кг*
- *лук репчатый – 1 шт.*
- *морковь – 1 шт.*
- *корень петрушки – 1 шт.*
- *лист лавровый – 1 шт.*
- *зубчики чеснока – 4–5 шт.*
- *черный перец горошком, соль – по вкусу*

1. Подготовить свиные ножки. Почистить их ножом, затем тщательно вымыть и несколько раз обдать кипящей водой. Мякоть свинины вымыть и нарезать крупными кусками.
2. Переложить свиную мякоть и ножки в большую кастрюлю. Залить водой так, чтобы она покрыла мясо слоем высотой 1,5 см. Поставить на сильный огонь и довести до кипения. Шумовкой снять пену. Луковицу, морковь и корень петрушки очистить, крупно нарезать и слегка обжарить на раскаленной сковороде без масла. Добавить в кастрюлю со свиной.



3. Огонь уменьшить до минимума. Варить без крышки в течение 5 ч. Воду не добавлять. За 30 мин до готовности положить лавровый лист и перец горошком. Посолить по вкусу.
4. Выложить из кастрюли мясо и овощи. Бульон процедить через марлю, сложенную вдвое, в чистую кастрюлю. Закрыть емкость крышкой и держать в теплом месте до использования.
5. Снять с ножек мякоть и мелко нарезать ее. Чеснок очистить и порубить. Свиновую мякоть мелко нарезать. Разложить все мясо в формы, посыпать чесноком. Тонкой струйкой влить процеженный бульон и дать полностью остыть.
6. Убрать в холодильник на 4–5 ч. Когда застынет, аккуратно соскоблить ложкой поднявшийся наверх застывший жир. Перед подачей крупно нарезать холодец и украсить рубленой зеленью.

## 39. Холодец из петуха

**Н**евозможно приготовить хороший куриный холодец без хорошего петуха. Желательно домашнего, с лапками и гребешком. Если вам не удалось купить петуха и пришлось взять обычную фермерскую курицу, придется добавлять желатин. Лучше всего приготовить бульон заранее, охладить и проверить, как он желируется, прежде чем собирать холодец, а там уже решить, нужен ли желатин. С правильным петухом его можно будет взять половину нормы или не класть вообще.

- Петух весом 1,5–2 кг
- вода – 5 л
- чеснок – 2–4 зубчика
- желатин в порошке – 60 г

### Для украшения:

- вареные перепелиные яйца
- вареная морковь
- несколько веточек петрушки

1. Петуха нарезать на 6–8 частей, залить холодной водой и варить 4–6 ч, пока мясо не начнет отделяться от костей. Количество воды зависит от веса петуха – ее должно быть примерно в 2,5 раза больше.
2. Варить на маленьком огне, без крышки, не давая бульону кипеть, иначе он станет мутным. Обязательно снять шумовкой пену и при желании – жир.
3. Если вы хотите проверить, застынет ли бульон без желатина, поставьте кастрюлю с петухом и бульоном в холодильник на ночь. На следующий день, в зависимости от того, хорошо ли застыл бульон, определите, нужно ли класть желатин, и если да, то сколько. Если холодец застыл, но не до конца, добавить по 30 г желатина на каждые 500 мл бульона.

4. Для украшения нарезать яйца и морковь кружочками. Порубить зелень.
5. Готового петуха достать из бульона, снять мясо с костей, порубить. Чеснок натереть или раздавить и добавить в бульон. Посолить по вкусу. Процедить бульон через сито, выстеленное марлей или салфеткой.
6. На дно формы выложить мясо слоем примерно 2 см, разложить кружочки перепелиных яиц и моркови, зелень.
7. Если используете желатин, развести его в бульоне по инструкции на упаковке. Количество желатина зависит от того, насколько желатиновым получился сам бульон и насколько плотный холодец вы любите.
8. Аккуратно залить мясо с яйцами и овощами бульоном (он должен покрыть мясо слоем примерно 5 см) и поставить в холодильник на ночь. Подавать с хреном.

## 40. Курица, фаршированная свиной

- Курица – 1 тушка
- свинина – по весу равно куриной тушке
- чеснок – 100 г
- майоран (зелень свежая) – 20 г
- перец черный молотый
- вода – 1 стакан
- соль – по вкусу

Обработанную тушку курицы (очищенную, выпотрошенную, опаленную и хорошо промытую) взвесить, освободить от костей – для чего разрезать ее вдоль хребта и, оттягивая кожу с мякотью мяса, аккуратно вынуть из тушки все косточки, подрезая ножом сухожилия. Свинину без костей, весом равным весу куриной тушки, вымыть, нарезать мелкими кусочками (размером не более 0,5х0,5 см), посолить и поперчить, добавить размятый чеснок и мелко нарезанную зелень майорана, все перемешать, добавив стакан воды. Полученным фаршем начинить подготовленную куриную тушку, свернуть ее в рулет, обернуть пищевой фольгой и, поместив в форму или сковороду, запечь в духовке, нагретой до 180 °С. Запекать в течение 2 ч, затем остудить, поставить под пресс и поместить в холодильник. Подавать в холодном виде.

## 41. Пряженина

- Свиной жир – 400 г
- свиные ребрышки – 10 шт.
- колбаса свиная – 600 г
- лук репчатый – 2 шт.
- мука пшеничная – 4 ст. ложки
- лист лавровый – 2 шт.
- тмин
- черный молотый перец
- соль
- чеснок

1. Колбасу нарезать толстыми кружками. Лук измельчить. Свиные ребра порубить на куски величиной с палец, обжарить на жире на среднем огне до золотистого цвета, сложить в чугунный или керамический горшок, добавить колбасу. Обжарить в той же сковороде лук, добавить муку, готовить 2–3 мин.
2. Затем, помешивая, влить тонкой струйкой 3 стакана теплой воды. Перемешивать до полного исчезновения комков. Довести до кипения и перелить содержимое сковороды в горшок с ребрышками и колбасой. Добавить тмин, соль и перец по вкусу, положить лавровый лист, закрыть крышкой.
3. Томить в духовке при температуре 160–170 °С около 1 ч. Перед подачей добавить измельченный чеснок по вкусу. Подавать горячей с блинами.

## 42. Семга слабого посола

*Икра изготавливалась на месте, там же солили рыбу. В тот же день особый поезд отправлялся на север. Презент везли бородачи казаки, высоко ценившие выпавшую на их долю честь съездить в столицу. Казаки эти ехали по избранию на круге. Избирались, конечно, особо уважаемые лица, георгиевские кавалеры.*

**А. А. Мосолов.**

**«При дворе последнего императора»**

- Семга, филе – 1 кг
- соль – 50 г
- сахар – 25 г
- водка – 1–2 ст. ложки

Семгу очистить от костей, обвалять со всех сторон в соли, смешанной с сахаром. Сбрызнуть рыбу водкой и оставить на 2–3 ч в холодильнике. Затем лишнюю соль удалить, если она не впиталась, рыбу промокнуть чистой тканью, удалив лишнюю влагу, нарезать тонко, подать к столу с лимоном и кусочками льда.

## 43. Судак под маринадом по-русски

- Судак – 1 кг
- морковь – 2–3 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- свекла – 1 шт.
- зелень петрушки – 100 г
- масло растительное – 100 мл
- паста томатная – 1 ст. ложка
- сахар – 1 ч. ложка
- вода или рыбный бульон – 100 мл
- гвоздика
- лавровый лист
- перец душистый горошком
- соль и зелень – по вкусу
- мука – для панировки

1. Рыбу очистить, посолить, обвалять в муке и обжарить с двух сторон.
2. Лук нарезать кольцами, свеклу и морковь натереть на крупной терке, смешать с маслом и слегка обжарить на сковороде; добавить зелень петрушки, томатную пасту, сахар, соль и пряности, залить бульоном или водой и перемешать.
3. На дно глубокой сковороды или кастрюли первым слоем положить маринад, затем кусочки рыбы, снова маринад, рыбу, маринад. Добавить немного воды и тушить 20 мин на слабом огне до готовности. Подавать в виде закуски, украсив лимоном и свежей зеленью.

## 44. Фаршированный судак

- Тушка судака – 1 шт. (около 1,5 кг)
- филе судака – 500 г
- сладкий желтый и красный перец – по 1 шт.
- растительное масло
- укроп – 3 веточки
- соль
- молотый черный перец

1. Судака очистить от чешуи, удалить жабры, по желанию отрезать ножницами спинной гребень и плавники, не потрошить. Брюхо у судака должно остаться целым.
2. Очень осторожно тонким острым ножом сделать продольные надрезы со спины вдоль хребта. Прорезать тушку вглубь до позвоночника и ножницами перерезать позвоночник у головы и хвоста. Вдоль ребер прорезать судака до брюха с двух сторон, стараясь при этом не прорезать кожу.
3. Аккуратно извлечь из судака позвоночник и все внутренности. Промыть рыбу внутри холодной водой. Положить тушку на бок и осторожно срезать внутри мясо, оставшееся на коже. Перевернуть судака на другой бок и проделать то же самое.

4. Из получившегося «чехла» от судака удалить все оставшиеся большие и мелкие кости.
5. Извлеченное из судака мясо очистить от костей, добавить к нему филе судака и дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Фарш посолить и поперчить.
6. Сладкий перец вымыть, удалить семена и перегородки, промыть внутри, обсушить, нарезать мелкими кубиками.
7. Укроп вымыть, обсушить и мелко порубить. Перец и укроп добавить в фарш и перемешать. Плотно набить тушку судака фаршем, спинку зашить нитками или скрепить зубочистками, перевязать, чтобы края кожи на спинке не разошлись. Судака смазать растительным маслом, завернуть в фольгу и запекать в духовке 40 мин при 150 °С.
8. Готового судака освободить от фольги и охладить. Подавать со свежими овощами и маслинами.

## 45. Икра щучья с луком

*Икра была в числе обычных кушаньев. Свежая зернистая из осетра и белорыбицы и составляла роскошь. Но во всеобщем употреблении были: паюсная, мешечная, армянская – раздражающего свойства и мятая – самого низшего достоинства, которую употребляли простолюдины. Икру употребляли с уксусом, перцем и накрошенным луком. Кроме сырой икры употребляли еще икру, варенную в уксусе или маковом молоке, и пряженую. В посты русские делали икринники, или икриные блины. Это была взбитая, после продолжительного битья, икра с примесью крупчатой муки и потом запаренная.*

**М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»**

- Икра щучья свежая – 200 г
  - лук репчатый – 50 г
  - соль – по вкусу
1. Икру вымыть, освободить от пленок, посолить по вкусу и выдержать 10–15 ч в холодильнике.
  2. Репчатый лук очистить, очень мелко нарезать, соединить с просоленной икрой и тщательно перемешать.
  3. Выложить закуску в прозрачную икорницу и украсить сверху колечками лука.

## 46. Тельное

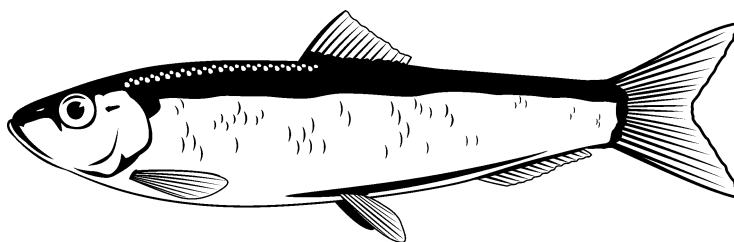
Тельное – это рыбное филе, измельченное разными способами. Тельное запекали, жарили, отваривали, тушили со сметаной. Готовили по вкусу и возможностям. Это было любимейшее и популярное блюдо русского стола. Увы, сейчас практически забытое.

«Тельное приготавливалось из рыбы вроде котлет; смешивали с мукою, обливали ореховым маслом, прибавляли туда пряностей и толкли. Это называлось рыбным караваем».

М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»

- Филе рыбное – 600–700 г
- лук репчатый – 2 шт.
- яйцо – 1 шт.
- зелень петрушки – 1 пучок
- сухари панировочные – 3 ст. ложки
- масло растительное – 50 мл
- масло сливочное – 25 г
- соль
- молотый черный перец – по вкусу

1. Изрубить или пропустить через мясорубку филе рыбы без кожи. Заправить фарш мелко нашинкованной зеленью петрушки, мелко нарубленным луком, солью и молотым перцем. Хорошо растереть деревянной ложкой.
2. Разделить на шарики, смочить в яйце и обвалять в панировочных сухарях или муке. Хорошо разогреть сковороду с растительным маслом, выложить на нее шарики и обжарить до золотистого цвета.
3. Тельное можно не обжаривать, а отварить в кипящей подсоленной воде.
4. Готовое тельное выложить на блюдо, залить растопленным сливочным маслом и посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.



## 47. Тельное из речной рыбы с солеными огурцами

- Нежирная рыба филе (окунь, судак, щука) – 1 кг
- яйцо – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- масло топленое или растительное – 2 ст. ложки
- рассол огуречный – 200 мл
- корень петрушки – 1 шт.
- зелень – 2 пучка по вкусу
- соль
- молотый черный перец

### Для подачи:

- соленые огурцы – 2 шт.
- небольшой пучок укропа и хрен

1. Рыбное филе мелко порубить ножом и перемешать со слегка взбитым яйцом.
2. Лук мелко нарезать, в сковороде разогреть масло, положить лук, обжарить на среднем огне, затем снять с огня и слегка остудить. Смешать лук с рыбным фаршем, посолить и поперчить по вкусу.
3. Фарш плотно уложить в полотняную салфетку или полотенце, сложить ее «колбаской», перевязать оба открытых конца кулинарной нитью.
4. Уложить фарш в салфетке в кастрюлю или продолговатую латку, влить рассол и долить холодной водой так, чтобы она только покрывала верхний край «колбаски». Положить в кастрюлю корень петрушки и мелко нарезанную зелень, закрыть крышкой. Поставить тельное на небольшой огонь, довести до кипения и готовить 45–50 мин.
5. Для подачи огурцы нарезать тонкими кружками, укроп измельчить. Вынуть готовое тельное из кастрюли, развязать салфетку, выложить тельное на блюдо, обложить солеными огурцами и посыпать укропом. Отдельно подать хрен.
6. Из уваренного бульона с рассолом можно приготовить подливу к тельному, загустив его обжаренной с маслом мукой и добавив по вкусу сметаны, хрена, пряных трав.

## 48. Селедка под шубой

Нежно любимый рецепт, неперенный атрибут праздничного стола. У каждой уважающей себя хозяйки есть свой рецепт селедки под шубой, испытанный на гостях и родственниках. И неудивительно, этот рецепт – полигон кулинарной фантазии. Попробуйте, например, добавить яблоки, сбрызнутые лимонным соком, и результат вас приятно удивит.

- Картофель – 3 шт.
- морковь – 3 шт.
- свекла – 2 шт.
- яйца – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- яблоки – 2 шт.
- сок лимонный – 2 ст. ложки
- майонез – 200 г
- филе слабосоленой сельди – 2 шт.
- соль
- молотый черный перец – по вкусу

1. Картофель, морковь и свеклу тщательно вымыть и, не очищая, отварить до готовности. Остудить. Яйца отварить вкрутую и залить холодной водой.
2. Филе сельди нарезать небольшими кубиками, удалить мелкие косточки. Репчатый лук очистить и нарезать мелкими кубиками.
3. Яблоко вымыть, очистить и разрезать на половинки. Удалить сердцевину с семенами. Мякоть очистить и нарезать очень мелкой соломкой. Перемешать с лимонным соком.
4. Яйца очистить, натереть на средней терке.
5. Картофель и морковь очистить. Натереть на крупной терке или нарезать кубиками, по желанию. Свеклу натереть на крупной терке, затем слегка отжать, чтобы избавиться от лишней влаги.
6. Подготовить плоскую большую тарелку для селедки под шубой. Выложить на тарелку половину картофеля и поперчить. Затем – слой сельди и лука. Смазать небольшим количеством майонеза.
7. Положить морковь, половину свеклы и яйца, сдабривая каждый слой небольшим количеством майонеза. Посолить и поперчить. Уложить оставшийся картофель и яблоки. Разровнять. Сверху и с боков выложить оставшуюся свеклу.
8. Всю поверхность получившегося блюда смазать оставшимся майонезом. Разровнять ложкой. Готовую селедку под шубой убрать в холодильник не менее чем на 2–3 ч.



## 49. Рулетики из соленой сельди

У слабосоленой сельди отрезать голову, снять кожу, разрезать вдоль со стороны спинки, не разрезая брюшную часть, удалить хребет и вынуть кости, нарезать на кусочки (поперек тушки) толщиной 2–2,5 см. Внутрь кусочков уложить примерно по чайной ложке горчичного ма-

сла. Нафаршированные кусочки уложить в селедочницу. Подавать как холодную закуску. Для приготовления горчичного масла взять 100 г несоленого сливочного масла комнатной температуры, тщательно растереть, добавить 50 г французской горчицы.

## 50. Салат «Мимоза»

Когда готовили этот салат? На Новый год и 8 Марта. А все потому, что консервированная красная рыба в баночках, без которой салат «Мимоза» перестает быть таковым, появлялась на прилавках магазинов и в продуктовых наборах аккуратно накануне больших праздников. И как по-весеннему этот салат смотрелся на семейном столе рядом с веточками мимозы, подаренными маме или бабушке... Красота!

- Консервы рыбные (в собственном соку, сайра, лосось или тунец) – 1 банка весом 230 г
- яйца – 6 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- сыр твердый (идеально российский, пошехонский, гауда или тильзиттер) – 150 г
- масло сливочное – 100 г
- свежая петрушка или укроп по вкусу – 4–5 веточек
- майонез – 200–250 г
- соль

1. Сливочное масло заранее положить в морозильник.
2. Яйца для салата следует сварить вкрутую. Для этого надо опустить их в кастрюлю с водой и довести до кипения. Продолжать варить не более 10 мин (если яйца переварить, их желтки покроются налетом свинцового цвета). Готовые яйца переложить в кастрюлю с холодной водой. Дать остыть, очистить.
3. Разделить яйца на белки и желтки. Белки очень мелко нарубить ножом. Желтки размять вилкой (они понадобятся для украшения салата). Тарелки с белками и желтками накрыть.
4. Лук очистить, очень мелко нарубить ножом или натереть на крупной терке. Если лук очень «злой», посыпать его 3–4 щепотками соли, перемешать и залить горячей водой, а через 15–20 мин откинуть на дуршлаг или на сито и обсушить.

5. Сыр натереть на мелкой или средней терке, накрыть. У зелени оборвать грубые веточки, все остальное измельчить ножом.
6. Рыбу достать из банки, удалить крупные косточки. Если консервы «в масле», лучше обсушить рыбу от масла (оно, как правило, невысокого качества); используйте для этого сложенное в несколько слоев бумажное полотенце. Уложить рыбу в отдельную тарелку и размять вилкой – или измельчить ее в блендере. К моменту начала укладки слоев все ингредиенты должны быть одинаковой температуры, поэтому лучше их все поместить на полчаса в холодильник.
7. В широкое, но не очень глубокое блюдо сначала распределить нарубленные яичные белки. Поверх белков выложить слой тертого сыра. Третьим слоем выложить размятую рыбу. Смазать этот слой майонезом.
8. Поверх майонеза уложить слой измельченного лука. Следующий слой – половина размятых желтков. Желтковый слой смазать майонезом, а затем посыпать измельченной зеленью. Поверх зелени натереть на мелкой терке замороженное сливочное масло.
9. В качестве завершающего слоя протереть ложкой через сито оставшиеся желтки.

## 51. Заливное из судака

**З**аливная рыба – неперенный атрибут новогоднего стола. Готовить ее надо не спеша, лучше начать за пару дней до праздника. В легендарном фильме «Ирония судьбы, или С легким паром!» именно заливная рыба была удостоена неповторимого сравнения со стрихнином. И этому есть объяснение – ее легко приготовить, но так же легко испортить.

**Чтобы улучшить вкус заливного**, растворяйте желатин не в воде, а в бульоне. Бульон перед смешиванием с желатином надо обязательно несколько раз процедить сквозь салфетку.

**Как выложить заливное в центр сервировочного блюда.** Смочите блюдо холодной водой, чтобы заливное можно было сдвинуть в нужное место.

**Перед подачей к столу** заливное вынимается из формы: для этого на несколько секунд посуду с заливным следует опустить в миску с горячей водой. Заливное следует перевернуть, вынув из формы, прямо на тарелки или сервировочное блюдо.

**Заливное можно украсить** оливками, узором из тертого хрена и майонеза, кусочками вареной моркови, веточками зелени и веточками петрушки.

**Заливное можно украсить во время приготовления:**

- Дно формы, в которую будет заливаться заливное, выложить половинками яиц, зеленью, декоративно нарезанными отварными овощами.
- Слойми выложить рыбу, аккуратно залить бульоном с растворенным в нем желатином. Чередуйте разные сорта рыбы, сочетая темное и светлое, нарезанное кубиками или соломкой.

1. Судака выпотрошить, очистить. Из головы удалить жабры. Срезать с тушки голову, хвост и плавники. Разрезать рыбу вдоль хребта и разделить на 2 филе, удалив все кости.
2. Рыбную голову, хребет, плавники и хвост залить холодной водой, поставить на средний огонь, довести до кипения, снимая пену.
3. Лук, морковь, корни сельдерея и петрушки очистить, нарезать крупными кусками. Рыбу нарезать широкими ломтиками.
4. Добавить в кастрюлю овощи, лавровый лист, перец и щепотку соли. Варить на среднем огне 20 мин.
5. Бульон процедить в чистую кастрюлю. Влить вино, довести до кипения, положить куски судака и варить на слабом огне 10 мин. Аккуратно переложить рыбу шумовкой на блюдо. Бульон процедить через сито, застеленное 4 слоями марли.
6. В 0,5 стакана бульона замочить желатин и отставить на 20 мин. Когда желатин набухнет, добавить его в кастрюлю с бульоном. Нагревать на маленьком огне, все время помешивая, пока желатин не растворится, снять с огня. Дать бульону немного остыть, влить тонким слоем на сервировочное блюдо, поставить в холодильник на 20 мин. Затем на полужастывшее желе разложить полукольца лимона, ломтики рыбы, маслины, половинки яиц и веточки укропа. Залить рыбу тонким слоем бульона с желатином. Поставить в холодильник до полного застывания.

## 52. Заливное из щуки

- Щука свежая – 1 кг
- вода питьевая – 1 л
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- лавровый лист – 1 шт.
- перец душистый – 3–5 горошин
- соль
- желатин – 10 г
- яйца перепелиные
- икра лососевая
- петрушка свежая

1. Рыбу почистить, удалить жабры, вымыть. Поставить варить с морковкой и луком. Как только вода закипит, снять пену, добавить лавровый лист, перец и соль. Варить 25 мин. Рыбу с морковью вынуть, лук выбросить, бульон процедить через 4 слоя марли.
2. Из рыбы удалить все косточки, голову и хвост. Морковь нарезать кружочками (цветочками). Отварить яйца. В небольшом количестве бульона развести желатин, после набухания подогреть до полного растворения (не кипятить), вылить обратно.
3. На дно формочек для кексов выложить половинки перепелиных яиц срезом вниз, листочки петрушки, щуку, морковь и красную икру. Залить бульоном. Поставить в холодильник на несколько часов для застывания.

## 53. Заливное из утки с яблоками

- Утка – 1 шт.
- желатин в порошке – 30 г
- листики петрушки для украшения
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- соль
- перец
- лавровый лист – 2 шт.
- моченые яблоки – 4 шт.

1. Утку вымыть, залить горячей водой и варить, снимая пену, 1 ч. Затем добавить очищенные лук, морковь, лавровый лист, соль и перец. Варить еще 30 мин. Вынуть утку и овощи из кастрюли. Бульон процедить. Замочить желатин в 0,5 стакана бульона на 20 мин.
2. Мясо отделить от костей и нарезать тонкими ломтиками. Яблоки нарезать дольками. Желатин размешать с горячим бульоном до полного растворения.
3. Выложить в форму ломтики утки, дольки яблок и листики петрушки, залить бульоном с желатином. Поставить в холодное место до застывания.

## 54. Заливные рулетики из ветчины

- Ломтики ветчины – 10 шт.
- горчица –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- желатин – 1 ст. ложка
- сливочный сыр – 150 г
- тертый сыр полутвердых сортов – 100 г
- огурец – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- пучок зеленого лука.

### Для бульона:

- говядина с косточкой – 400 г
- морковь – 1 шт.
- черный перец горошком – 5 шт.
- лист лавровый – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- соль

1. Мясо вымыть, положить в кастрюлю, залить 1 л холодной воды и довести до кипения на сильном огне, снимая пену. Снизить огонь до среднего, положить очищенные луковицу и морковь. Неплотно накрыть крышкой и варить 1–1,5 ч. За 10 мин до готовности добавить лавровый лист, перец горошком и соль по вкусу.
2. Желатин всыпать в чашку, залить небольшим количеством горячего бульона и отставить на 20 мин.
3. Чеснок очистить и раздавить. Огурец вымыть, обсушить и нарезать мелкими кубиками. Сливочный сыр взбить вилкой, смешать с тертым сыром, горчицей, чесноком, огурцом и зеленым луком.
4. Выложить на каждый ломтик ветчины по 1 ч. ложке начинки, свернуть рулетом.
5. Бульон процедить, мясо отложить для другого блюда. Добавить в бульон набухший желатин и нагревать, размешивая и не доводя до кипения. Снять с огня и дать немного остыть.
6. Положить рулеты в прямоугольную форму с невысокими бортиками на расстоянии 5–6 см друг от друга. Влить бульон с желатином так, чтобы рулеты были покрыты на 1 см. Дать остыть при комнатной температуре, затем переставить в холодильник на 4–5 ч, до полного застывания.

## ЗАКУСКИ ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ

- Для желе:**

- 53

5. Разделить луковое пюре на три равные части. Желудочки, сердечки и печенку по отдельности пропустить через мясорубку или измельчить блендером. Смешать каждый вид потрошков с третьей лукового пюре. Посолить и поперчить.
6. Выложить паштет из желудочков на брусничное желе и поставить

в морозильник на 15 мин. Выложить половину яблок на паштет, сверху выложить паштет из сердечек. Подморозить еще 15 мин, выложить оставшиеся яблоки и третий слой паштета. Убрать в холодильник на 4 ч.

7. Подавать паштет, нарезав ломтями толщиной 2 см, с хлебом, украсив ягодами и зеленым луком.

## 56. Паштет из куриных потрошков и цветной капусты

- Капуста цветная – 200 г
- потроха куриные – 300 г
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 100 г
- петрушка (коренья) – 100 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Морковь и коренья петрушки вымыть, очистить, мелко нашинковать. Лук очистить, мелко нарезать. Измельченные овощи (лук, морковь, петрушку) спассеровать на растительном масле. Цветную капусту вымыть и отварить в небольшом количестве воды. Куриные потроха – печень, сердце, желудок, а также снятую с тушки кожу – промыть в холодной воде, залить небольшим количеством подсоленного кипятка и отварить до готовности или обжарить.
2. Промолоть в мясорубке отваренные куриные потроха, пассерованные овощи и отваренную цветную капусту. Массу посолить, перемешать и взбить миксером. Вместо цветной капусты в этом рецепте можно также использовать капусту брокколи, а вместо кореньев петрушки – коренья пастернака.
3. При приготовлении паштета из куриных потрохов следует помнить, что нельзя использовать в пищу легкие: они должны полностью удаляться из тушки и выбрасываться. Этому же правилу следует придерживаться при приготовлении любых других блюд из птицы.

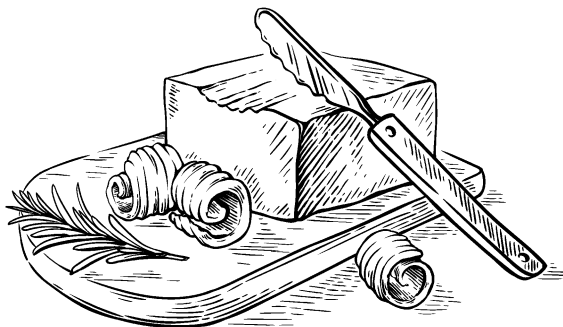
## 57. Паштет из куриной, гусиной или утиной печени

- Печень – 200 г
- лук репчатый – 1 кг
- жир куриный, утиный или гусиный
- мускатный орех – ½ ч. ложки
- соль – ½ ч. ложки

1. Куриный жир мелко нарезать, растопить в кастрюле. Опустить в жир мелко нарезанный лук, сверху уложить печень, посолить.
2. Закрыть кастрюлю крышкой и тушить на медленном огне, пока лук не станет мягким. Все перевернуть через мясорубку и взбить миксером.
3. Если паштет требуется сохранить в течение нескольких дней, разделить паштет на порции по 200 г, заверните в пищевую пленку и положите в холодильник или заморозьте (для длительного хранения).

## 58. Жюльен из кальмаров

1. Кальмаров залить крутым кипятком, выдержать до остывания, снять пленки и вынуть хрящи, промыв в холодной воде.
2. Подготовленные тушки разрезать на мелкие кусочки.
3. Растопить сливочное масло, жарить кальмаров, постоянно помешивая, на медленном огне в течение 15 мин.
4. Прокалить на сухой сковороде пшеничную муку до золотистого цвета, залить муку сливками или молоком, посолить и размешать до однородного состояния.
5. Получившимся соусом залить кальмаров, разложить в кокотницы и запечь в духовке.





## 59. Жюльен из лесных грибов

- Белые сушеные грибы – 1 стакан
- или замороженные – 1 пакет (450 г)
- или свежие – 300 г
- репчатый лук – 2 шт.
- соевые сливки – 1 стакан
- мука – 1 ст. ложка
- растительное масло
- соль
- молотый черный перец

1. Сушеные грибы замочить в холодной воде на ночь, промыть в холодной воде, сварить до готовности, откинуть на дуршлаг, отжать от влаги. Свежие грибы очистить, промыть, нарезать ломтиками, обжарить на сковороде. Замороженные грибы разморозить, откинуть на дуршлаг, тщательно отжать от воды. Если грибы целые, нарезать их ломтиками, обжарить на сковороде, далее готовить жюльен, как описано в рецепте.
2. Репчатый лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на сковороде на растительном масле. Добавить грибы и обжарить их вместе с луком. Всыпать муку, обжарить все вместе, быстро перемешивая, чтобы мука не успела сбиться в комочки. В одном стакане кипятка развести соевые сливки. Влить сливки в сковороду, довести до кипения, уменьшить огонь и тушить, постоянно помешивая, до тех пор, пока жюльен не загустеет. Жюльен посолить, поперчить, перемешать, разложить по кокотницам и подавать горячим.

## 60. Грибы по-деревенски

- Грибы белые – 500 г
- масло сливочное – 50 г
- лук репчатый – 2 шт.
- сливки – 125 мл
- яйца – 3 шт.
- сухари панировочные – 3 ст. ложки
- сыр тертый – 2 ст. ложки
- соль и перец – по вкусу

Грибы отварить в небольшом количестве воды, откинуть на дуршлаг, бульон остудить. Желтки растереть со сливками и сухарями, добавить грибной бульон и перемешать. Грибы с луком обжарить в масле, залить сливочным соусом и запекать в разогретой до 180 °С духовке 20–25 мин. За несколько минут до готовности посыпать тертым сыром.

## 61. Грибы заливные

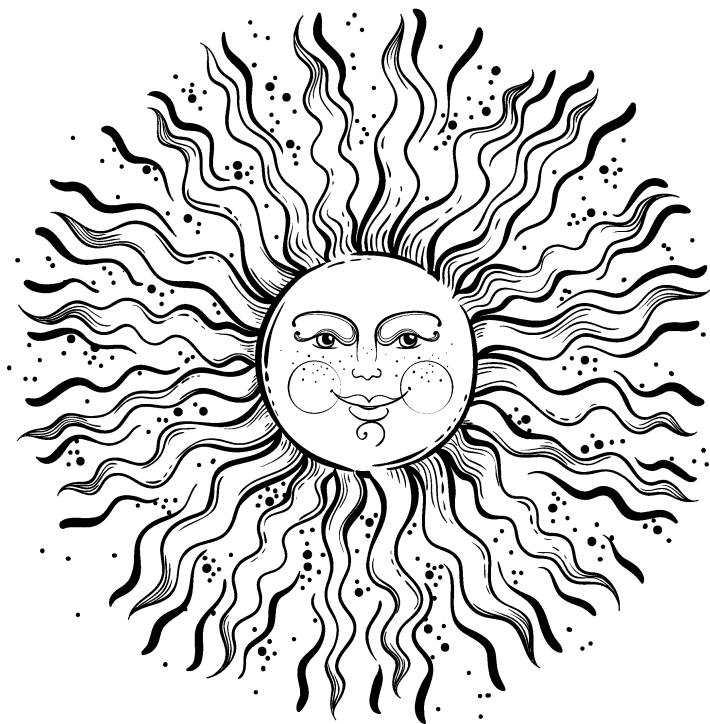
- Грибы белые свежие – 200 г
- желатин в порошке – 15 г
- мясной или куриный бульон – 300 мл
- яйцо отварное – 1 шт.
- зелень, соль – по вкусу

1. Грибы очистить, нарезать крупными ломтиками и отварить в мясном или курином бульоне до готовности – 20–25 мин. Готовые грибы процедить, остудить, посолить и мелко нашинковать.
2. Предварительно размоченный и набухший желатин растворить в оставшемся от варки бульоне и нагревать, помешивая, до полного растворения желатина.
3. В формочки залить немного желатина с бульоном, дать ему застыть, сверху положить грибную массу, ломтик сваренного вкрутую яйца и веточку зелени, осторожно залить грибным отваром, дать застыть и подать к столу.

## 62. Творог с морковью и чесноком

- Творог – 200 г
- сметана – 100 г
- морковь – 200 г
- чеснок – 50 г
- соль – по вкусу

1. Морковь промыть, очистить, еще раз промыть и натереть на самой мелкой терке.
2. Чеснок очистить от шелухи и раздавить.
3. Творог протереть через мелкое сито, добавить сметану, подготовленные морковь и чеснок, посолить и перемешать.



# ПЕРВЫЕ БЛЮДА



*ЩИ – похлебка, мясная или постная, из рубленой и квашеной капусты; иногда капусту заменяет щавель, свекольник и пр. Родились ли у вас ныне щи? Щи с подбелкою, с забелкою, со сметаной, с мчицею на молоке; в пост, с конопляным соком. Крапивные щи, по первовесенью. Ленивые щи, из свежей, нерубленой капусты, искрошенной ножом. Мороженные щи берут в дорогу, рубят их и греют. Кислые щи – род шипучего кваса. Щечки пролила, да меня облила. Щей горшок да сам большой. Тех же щей, да пожиге влей. Это подогретые щи, старые вести. Такие щи, что плетью ударишь, пузырь не вскочит! Постные щи – хоть порты положи! Щи да каша – мать (жизнь) наша. Кабы голодному щец – всем бы молодец! Ото щей добрые люди не уходят. Чем живешь? «Долгами». А что ешь? «Щи с пирогами».*

**В. И. Даль, «Толковый словарь живого великорусского языка»**



## 63. Щи суточные старорусские

**П**очему эти щи получили такое название? Одни кулинары утверждают, что виной тому капуста, которую сутки выдерживали на морозе и затем добавляли в щи. Другие настаивают, что варить эти щи надо сутки – вернее, томить в русской печи. Есть мнение, что готовые щи выносили на холод и выдерживали сутки в экстремальных условиях. Как бы то ни было, суточные щи – это вкуснейшее блюдо с давней традицией.

- Говяжья грудинка – 500 г
- питьевая вода – 2 л
- квашеная капуста – 500 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- репа – 1 шт.
- перец сладкий – 1 шт.
- масло растительное – 3 ст. ложки
- лавровый лист – 1 шт.
- петрушка – 2 веточки
- укроп – 2 веточки
- сметана – 100 г
- соль, молотый черный перец – по вкусу

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

1. Подготовить мясо для варки щей. Грудинку вымыть, разрубить на большие куски. Положить в большую кастрюлю, залить холодной водой и быстро довести до кипения.
2. Снять пену шумовкой. Огонь уменьшить до минимального. Варить бульон для щей около 1,5 ч. Затем процедить его через сито в чистую кастрюлю. Мясо отделить от кости, нарезать, сложить в миску и залить небольшим количеством бульона.
3. Подготовить овощи для варки суточных щей. Квашеную капусту откинуть на дуршлаг и отжать. Если она слишком кислая, залить холодной водой и оставить на 30 мин. После этого откинуть капусту на дуршлаг и отжать.
4. Лук для щей очистить и мелко нарезать. Морковь и репу очистить, вымыть и нарезать тонкой соломкой. Сладкий перец вымыть, разрезать пополам, удалить семена и перегородки. Мякоть нарезать соломкой.
5. В сковороде нагреть растительное масло и, помешивая, слегка подрумянить лук. Добавить морковь, репу и сладкий перец. Помешивая, жарить на среднем огне 5 мин.
6. Процеженный бульон довести до кипения. Положить квашеную капусту и варить 20 мин. Добавить жареные овощи и нарезанное мясо. Положить лавровый лист. Довести до кипения и варить 10 мин.

7. Щи посолить и поперчить по вкусу. Огонь под кастрюлей со щами выключить. Оставить щи на горячей плите до полного остывания. Затем поместить в холодильник.
8. Остывшие щи снова разогреть. Петрушку и укроп вымыть, обсушить, мелко порубить. Щи разлить по тарелкам, в каждую добавить зелень и сметану. Сразу подать к столу.

## 64. Щи с говядиной

*Щи – как огонь, а все хлебают. Черпают из красной чашки, несут ко рту на хлебце, чтобы не пролить, и – в рот, с огнем-то! Жуют неспешно, чавкают так сладко. Слышно, как глотают круто.*

И. С. Шмелев, «Лето господне»

Все щи варятся по одинаковой технологии – нужно сварить белый бульон (т. е. без поджаренных кореньев), в который положить мясо, соль, пучок зелени петрушки и сельдерея, обрезки от мелко нашинкованных кореньев, процедить. Мелко нашинкованные коренья (репу, морковь, сельдерей и луковицу – всего 400 г) сварить отдельно в процеженном бульоне. Перед подачей разложить их по тарелкам.

Для щей лучше брать жирную говядину: грудинку, огузок тонкого или толстого края.

Щи заправляют поджаренной мукой. Можно также каждый раз в процессе приготовления щей поджаривать муку в масле или в бульонном жире – на  $\frac{1}{2}$  ложки масла нужно взять 2 ложки муки, развести стаканом бульона, размешать, прокипятить, влить в общий процеженный бульон, довести до кипения.

Как правило, со щами подают нарезанное мясо или поджаренные нарезанные сосиски, ветчину или фрикадельки.

Для кислых щей вместо сметаны можно брать сливки.

К щам и борщу подаются сметана, крутая гречневая каша, блинчатые пирожки, ватрушки и разнообразные пирожки.

ПЕРЫЕ БУЮДА

## ПЕРВЫЕ ВАЮДА

- Говяжья грудинка с костями – 200 г
- копченый окорок, а также кость от этого окорока – 200 г
- курица – 200 г
- вода питьевая – 2 л
- лук репчатый – 2 шт.
- сельдерей черешковый – 1 стебель
- капуста свежая – 600 г
- картофель – 4 шт.
- помидоры – 2 шт.
- масло сливочное – 50 г
- лавровый лист – 1 шт.
- укроп – 2 веточки
- петрушка свежая – 3–4 веточки
- сметана – для подачи

- 63



## 66. Щи богатые

**Щ**и – блюдо любимейшее и потому бесконечное в своих вариациях. Кислые и со свежей капустой, с грибами, с крупой и без крупы, с разным мясом. Эти щи нежнейшие по вкусу и благодаря томлению в духовке наиболее приближены к тому блюду, которое готовили наши предки.

### Для бульона:

- говядина на кости (голяшка, шея или грудинка) – 1 кг
- вода питьевая – 3 л
- лук репчатый – 1 шт.
- сельдерей, корень – 50 г
- лист лавровый – 2 шт.
- черный перец горошком – 5 шт.
- душистый перец горошком – 5 шт.

### Для заправки:

- белокочанная капуста – 300 г
- квашеная капуста – 250 г
- морковь – 1 шт.
- чеснок – 3 зубчика
- масло топленое – 50 г
- лук репчатый – 1 шт.
- тмин – 1 ч. ложка
- паста томатная – 2 ст. ложки
- картофель – 3 шт.
- сушеные белые грибы – 30 г
- черный перец горошком – 10 шт.
- душистый перец горошком – 10 шт.

### Для подачи:

- укроп, петрушка, сметана

1. Сварить бульон. Залить мясо холодной водой, довести почти до кипения, но не давать кипеть. Убавить огонь до минимума и варить 1 ч, снимая пену.
2. Посолить, добавить овощи и специи и варить еще час.
3. Пока варится бульон, нашинковать капусту, нарезать морковь, чеснок порубить.
4. Растопить в глубокой сковороде 1 ст. ложку топленого масла. Добавить оба вида капусты, морковь, накрыть крышкой и томить 1 ч на минимальном огне, иногда помешивая.
5. Лук нарезать полукольцами. Растопить 1 ст. ложку масла в сковороде, пассеровать лук до светло-золотистого цвета. Добавить чеснок, готовить несколько минут, всыпать тмин, еще через пару минут добавить томатную пасту, обжаривать несколько минут.
6. Очистить картофель, нарезать ломтиками.
7. Разогреть духовку до 100 °С. Достать из бульона корнеплоды и специи, положить картофель и сушеные грибы. Готовить еще 15 мин. Добавить капусту, лук с томатной пастой, перемешать, попробовать, если нужно, посолить. Добавить горошины перца.
8. Накрыть кастрюлю крышкой и отправить в духовку на 2 ч или варить суп еще час на медленном огне. Достать из готового супа мясо, снять с кости, нарезать и положить обратно в суп.

ПЕРЫЕ ВАЮДА

- 
- This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no text or other markings on the paper.

- ## ПЕРВЫЕ ВАЮДА

## 68. Щи из кислой капусты

- Говядина – 1 кг
- ветчина – 400 г
- грибы сушеные – 4 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- перец душистый горошком – 10 шт.
- лавровый лист – 2 шт.
- капуста кислая – 700 г
- масло растительное – 30 мл
- мука – 1 ст. ложка
- сметана – 100 г
- перец черный молотый, соль – по вкусу

1. Сварить бульон из жирной говядины от толстого края, огузка или грудинки, или из 800 г говядины и 400 г ветчины с сушеными грибами, одной луковицей и пряностями (лавровый лист, перец горошком), процедить.
2. Кислую капусту отжать, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг, порубить. Поджарить до мягкости на растительном масле с мелко изрубленной луковицей, мукой и молотым перцем. Залить бульоном, сварить до мягкости. Когда капуста будет готова, добавить примерно  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны или сливок, раз вскипятить. Подавать с отварной нарезанной ветчиной и говядиной.
3. Подаются к этим щам сметана, жареные сосиски, крутая гречневая каша, пирожки или блинчатые пирожки.

## 69. Щи кислые с гренками из гречневой каши

- Говядина – 300 г
- свинина – 300 г
- капуста кислая – 600 г
- мука – 2 ст. ложки
- масло топленое – 1 ст. ложка
- лук репчатый – 1 шт.
- зелень рубленая – 1 ст. ложка
- помидоры – 2 шт.
- сметана – 150 г
- соль, перец, лавровый лист – по вкусу

### Для гренок:

- крупа гречневая – 1 стакан
- масло топленое – 100 г
- яйца – 2 шт.
- сухари панировочные –  $\frac{1}{2}$  стакана
- мука – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

1. Поставить варить бульон из говядины и свинины. После снятия пены немного посолить. Лук измельчить, слегка обжарить в топленом масле, добавить к нему капусту и тушить, все время помешивая, пока капуста не прожарится и не покраснеет. Добавить мелко нарезанные помидоры и прожарить еще 3–5 мин. Переложить капусту в бульон и варить еще примерно 1,5 ч. За 30 мин до готовности положить в щи лавровый лист и перец. Перед подачей положить в щи рубленую зелень и сметану, размешанную с мукой и постепенно разведенную бульоном, после чего вскипятить щи. К щам подать гренки из гречневой каши.

2. **Приготовление гренок из гречневой каши.** Промыть гречневую крупу в нескольких водах, посолить, залить кипятком, чтобы вода покрывала крупу на 3 пальца, поставить на большой огонь, вскипятить, затем огонь уменьшить, накрыть кастрюлю крышкой и доваривать кашу на слабом огне. Готовую кашу хорошо размять ложкой

и разложить на мокрой доске ровным слоем в палец толщиной. Выровнять поверхность мокрым ножом и поставить кашу в холодильник, чтобы она хорошо застыла. Холодную кашу нарезать на одинаковые маленькие прямоугольники, обвалять в муке, потом в смеси яиц и сухарей. Жарить в разогретом масле.

## 70. Снытные щи

Самые первые щи из свежей зелени – кладезь витаминов! Варились они из сныти и крапивы, в ранние весенние месяцы, когда квашеная капуста уже заканчивалась, а горячих щей хотелось очень.

- Крапива молодая (листочки) – 100 г
- сныть (листочки) – 100 г
- лук зеленый – 1 пучок
- лук репчатый – 1 шт.
- гречневая крупа – 100 г
- масло растительное – 70 мл
- соль
- сметана – для подачи

1. Замочить гречку в большом количестве теплой воды, пока готовятся щи. Лук репчатый очистить и нарезать как можно мельче. У зеленого лука отрезать белую часть и нашинковать так же мелко.
2. Всю остальную зелень, в том числе зеленый лук, тщательно промыть холодной водой, положить в дуршлаг, обдать кипятком, отжать и порубить.
3. В кастрюле разогреть масло, положить репчатый лук и белую часть зеленого, слегка обжарить до прозрачности, 3 мин.
4. Добавить гречку, влить 1 л воды, довести до кипения, варить 10 мин.
5. Всыпать оставшуюся зелень, варить до готовности гречки 10 мин.
6. Посолить и подавать со сметаной.

## 71. Щи летние подмосковные

Мясные кушанья были вареные или пареные; вареные подавались во щах, ухе или рассоле и под взварами, щи забеливались сметаной во время варки, а не при столе. Обыкновенный прива-рок к щам была кочанная и крошенная, свежая и кислая капуста. К щам подавалась гречневая каша.

М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»

- Грудинка говяжья – 500–700 г
  - морковь – 1 шт.
  - лук репчатый – 1 шт.
  - хлопья овсяные – 2–3 ст. ложки
  - лист лавровый – 1 шт.
  - душистый черный перец горошком – 5 шт.
  - крапива молодая – 150 г
  - щавель – 50 г
  - яйцо – 1 шт.
  - чеснок, зубчики – 3–4 шт.
  - сметана – по вкусу
  - масло растительное – 70 мл
  - мука – 1 ст. ложка
  - соль и специи – по вкусу
1. Мясо отварить до готовности, вынуть из бульона. Бульон процедить и положить в него предварительно обжаренные морковь и лук, еще немного поварить, добавить соль, перец горошком и лавровый лист.
  2. Слегка обжаренные с маслом и мукой овсяные хлопья добавить в бульон. Крапиву (предварительно ошпаренную кипятком) и щавель нарезать и опустить в кастрюлю за 1–2 мин до окончания варки. Взбить яйцо и опустить его в щи, когда крапива начнет менять цвет. Подавать с нарезанным мясом, сметаной, чесноком.

## 72. Щи быстрые с крапивой

- Вода – 2 л
- крапива свежая – 500 г
- ботва свекольная – 200 г
- лук зеленый – 100 г
- сметана – 100 г
- мука – 1 ст. ложка
- масло растительное – 70 мл
- соль – по вкусу

Свекольную ботву и лук промыть и мелко нарезать. Крапиву обдать кипятком и также мелко нарезать, смешать с остальной зеленью, пассеровать 3 мин на растительном масле, добавить сметану и потушить еще 1 мин. Выложить обжаренную зелень в кастрюлю, высыпать обжаренную на сковороде до золотистого цвета муку, хорошо размешать, залить кипятком, посолить и проварить 3 мин.

## 73. Грибные постные щи с перловой крупой

- Капуста квашеная – 150 г
- грибы белые сушеные – 30 г
- крупа перловая – 2 ст. ложки
- сельдерей (корень) – 70 г
- масло растительное – 70 мл
- петрушка свежая нарезанная – маленький пучок

1. Сушеные грибы промыть, залить стаканом холодной воды и дать постоять 30 мин. Грибной настой процедить через салфетку и сохранить, грибы еще раз промыть под проточной водой.
2. Перловую крупу промыть. Положить в кастрюлю перловку и грибы, влить грибной настой и 1 л воды. Довести до кипения, посолить и варить 40 мин.
3. Разогреть глубокую сковороду, влить растительное масло, положить нарезанный соломкой сельдерей и квашеную капусту. Тушить на маленьком огне под крышкой до мягкости 10 мин.
4. Переложить тушеную капусту в кастрюлю с грибами и перловкой. Готовить 10 мин. Подавать, посыпав измельченной петрушкой.

## 74. Похлебка «Старомосковская»

- Говядина нежирная – 500 г
- вода питьевая – 2 л
- ветчина – 200–300 г
- сухие белые грибы – 50 г или 200 г свежих шампиньонов
- петрушка, корень – 1 шт.
- сельдерей, корень – 1 шт.
- картофель – 6–7 шт.
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное – 25 мл
- чеснок, зубчик – ½ шт. (на порцию)
- помидор – ½ шт. (на порцию)
- специи, свежая зелень, соль и сметана – по вкусу

1. Мясо отварить с кореньями (петрушка, сельдерей). Бульон процедить, мясо и коренья вынуть. Отдельно отварить грибы, откинуть на дуршлаг. Ветчину нарезать и слегка обжарить на растительном масле. На этой же сковороде обжарить нашинкованную морковь и нарезанный кольцами лук, в готовые овощи положить ветчину, залить все грибным бульоном и поддержать на огне еще 1–2 мин.
2. В мясной бульон положить картофель, довести его до кипения, добавить содержимое сковороды, специи, грибы и соль – по вкусу. Варить до готовности.
3. Перед подачей к столу положить в тарелки мясо, зелень, чеснок, мелко нарезанные помидоры и сметану.

## 75. Лапша куриная

Куры подавались во щах, в ухе, в рассоле, жаренные на рожнах, на вертелах, называемые по способу их приготовления нарожными и верченами. Щи с курицей назывались богатыми щаами и всегда забеливались. К жареной курице обыкновенно подавалось что-нибудь кислое: уксус или лимон. Куля рафленое был употребительный в XVII веке. Суп из курицы с сарацинским пшеном, изюмом и разными пряностями; куля бескостное – соус из курицы без костей с начинкою из баранины или яиц с шафранною похлебкою. За роскошными обедами подавались особыми блюдами куриные пупки, шейки, печенки и сердца.

М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»

- Курица – 1 кг
- вода – 5 л
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- мука – 200 г
- яйца – 2 шт.
- масло растительное – 40 мл
- петрушка
- соль
- перец

1. Курицу промыть. В кастрюлю налить холодную питьевую воду, посолить, положить курицу, довести до кипения. Снять пену и оставить курицу томиться на медленном огне.
2. На сухой сковороде подпечь очищенные лук и морковь, добавить их в бульон и томить 1 ч. Затем бульон процедить и отделить мясо от костей и кожи. Мясо разобрать на волокна.
3. Приготовить лапшу. Замесить муку, яйца и масло до однородной массы. Сформировать тесто в шар, завернуть в пленку и убрать в холодильник на 20–30 мин. Далее раскатать тесто скалкой до толщины 2–3 мм и нарезать ножом на тонкую лапшу.
4. В кипящий бульон положить лапшу и куриное мясо. Варить 3 мин, добавить петрушку, соль и перец.
5. Подавать с рубленой зеленью, отварными перепелиными яйцами.







## 77. Борщ русский

Зимой 40-го года Гоголь провел месяц или два в Петербурге. Гоголь обедал у меня с Крыловым, Вяземским, Плетневым и Тютчевым. Для Крылова всегда готовились борщ с уткой, салат с пшенной кашей или щи и кулебяка, жареный поросенок или под хреном.

А. О. Смирнова-Россет, «Записки»

- Говядина на кости (грудинка плюс край) – 1 кг
- вода питьевая – 5 л
- лист лавровый – 3 шт.
- перец черный горошком – 5 шт.
- капуста квашеная – 400 г
- лук репчатый – 2 шт.
- масло растительное – 70 мл
- свекла – 2 шт.
- морковь – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- паста томатная – 50 г
- яблочный уксус – 2 ст. ложки
- капуста белокочанная – 300 г
- чеснок – 3 крупных зубчика
- свежемолотый черный перец – по вкусу
- соль

1. Сварить бульон для борща. Мясо вымыть и положить в большую кастрюлю. Залить холодной водой и довести до кипения. Снять пену. Положить лавровый лист и перец горошком. Варить на слабом огне 3 ч.
2. Пока готовится бульон для борща, квашеную капусту отжать и переложить в большую миску. Залить холодной питьевой водой так, чтобы она полностью покрыла капусту, и оставить на 1 ч. Лук для борща очистить и порубить. Свеклу и морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. В большой сковороде нагреть масло. Положить лук и, помешивая, слегка подрумянить 5 мин на среднем огне. Добавить морковь, свеклу, сахар и томатную пасту. Залить водой так, чтобы она покрыла овощи слоем в 1 см. Влить уксус. Довести до кипения и тушить на слабом огне 30 мин.
3. Бульон для борща процедить в чистую кастрюлю. Мясо отделить от кости и крупно нарезать. Добавить в кастрюлю с бульоном и довести до кипения. Квашеную капусту отжать. Добавить в бульон с мясом и варить 20 мин. Белокочанную капусту нарезать соломкой. Добавить в кастрюлю с будущим борщом. Варить 10 мин. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Положить в кастрюлю вместе с тушеными овощами. Посолить и поперчить. Быстро довести борщ до кипения. Огонь выключить. Кастрюлю с борщом закрыть. Оставить на горячей плите на 15 мин. Затем разлить борщ по тарелкам и сразу подать к столу.

ПЕРЫЕ ВАЮДА

- [illegible]

- # ПЕРВЫЕ ВЗГЛЯДЫ

## 79. Борщ со свекольным квасом

- Мясо (грудинка или край) – 500 г
- картофель – 200 г
- свекла – 200 г
- морковь – 50 г
- репчатый лук – 100 г
- капуста белокочанная – 300 г
- томатная паста – 50 г
- квас свекольный – 1 стакан
- масло растительное – 50 мл
- перец горошком – 10 шт.
- лавровый лист – 2 шт.
- соль – по вкусу

1. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Морковь вымыть, очистить, мелко нашинковать. Лук очистить, измельчить, спассеровать на растительном масле вместе с морковью. Свеклу вымыть, очистить, нашинковать тонкой соломкой, обжарить на растительном масле 2–3 мин, затем добавить томатную пасту и потушить еще 1–2 мин. Капусту нашинковать очень тонко. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, залить водой и варить до готовности. Затем добавить картофель, поварить 5 мин, добавить пассерованные овощи, свекольный квас и капусту, довести до кипения и прокипятить 1–2 мин, посолить.
2. Подавать со сметаной и толченым чесноком.

## 80. Грибной борщ с «ушками» и квашеной капустой

- Грибы сушеные – 100 г
- свекла – 2 шт.
- морковь – 3 шт.
- лук репчатый – 3 шт.
- чеснок – 4–5 зубчиков
- капуста квашеная – 400 г
- масло топленое – 3 ст. ложки
- соль
- свежемолотый черный перец

Для «ушек»:

- мука – 2–2,5 стакана
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 1 ст. ложка
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки

1. Замочить грибы в 2 л воды комнатной температуры на 2 ч. Процедить настой в кастрюлю через полотенце, грибы промыть, положить в настой. Довести до кипения, варить 20 мин. Вынуть грибы шумовкой, мелко нарезать.
2. Для приготовления «ушек» добавить в 150 мл теплой воды соль и растительное масло. Муку насыпать на рабочую поверхность горкой, сделать углубление – «колодец», вбить в него яйцо и влить воду. Замесить крутое тесто, накрыть пленкой, оставить на 1 ч.
3. Лук и чеснок обжарить в масле до золотистого цвета,  $\frac{2}{3}$  этой смеси положить в кастрюлю с бульоном. В остав-



- шийся лук добавить грибы, обжарить 5 мин, посолить и поперчить.
4. Свеклу и морковь вымыть щеткой, завернуть по отдельности в фольгу, запекать при 200 °С 40 мин. Обдать холодной водой, очистить и нарезать тонкой соломкой.
  5. Капусту промыть в холодной воде, отжать, порубить. Довести до кипения грибной бульон, добавить капусту, свеклу и морковь, снова довести до кипения, варить 5 мин, снять с огня.
  6. Раскатать тесто в пласт толщиной 2–3 мм, нарезать квадратами 5х5 см. На каждый квадрат выложить по ложечке грибной начинки, сложить тесто пополам, зашипнуть уголки «ушек».
  7. Поставить на сильный огонь кастрюлю с водой, как закипит, посолить, положить грибные «ушки», варить, пока не всплывут, вынуть шумовкой. На соседней конфорке проварить борщ, 5 мин. Подавать горячий борщ с «ушками».

## 81. Постный борщ с черносливом и фасолью

Ароматный сытный борщ с легкими копчеными нотками чернослива.

- Свекла – 3 шт.
- морковь – 2 шт.
- капуста белокочанная – 500 г
- лук репчатый – 2 шт.
- чеснок – 4 зубчика
- масло растительное – 2 ст. ложки
- вода питьевая – 1,5 л
- консервированная белая фасоль в томатном соусе – 800 г
- консервированные протертые помидоры – 400 г
- чернослив без косточек – 100 г
- петрушка – 4 веточки
- соль
- свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Подготовить ингредиенты постного борща с черносливом. Свеклу и морковь тщательно вымыть щеткой, завернуть по отдельности в фольгу и запекать около 50 мин при 190 °С.
2. Запеченные овощи в фольге обдать холодной водой, затем выложить на тарелку и дать остыть. Очистить и нарезать тонкой соломкой. Можно натереть на крупной терке. Оставить до использования.
3. Белокочанную капусту для борща нарезать небольшими квадратиками. Лук с чесноком очистить и порубить. В кастрюле нагреть растительное масло. Обжарить лук с чесноком в течение 3 мин.
4. Добавить капусту и перемешать. Жарить на среднем огне 5 мин. Влить питьевую воду и довести до кипения. Положить фасоль вместе с заливкой и помидоры. Быстро довести до кипения и варить на минимальном огне 10 мин.
5. Чернослив для борща тщательно вымыть. Если плоды слишком сухие, распарить их в горячей воде. Нарезать по-

лосками. Петрушку вымыть и удалить грубые стебли. Листочки мелко нарезать.

6. Добавить в почти готовый постный борщ свеклу, морковь, чернослив

и петрушку. Посолить и поперчить. Довести до кипения и снять с огня. Закрыть кастрюлю с борщом, укутать и оставить на 15 мин.

## 82. Борщ с уткой и белыми грибами

**Б**орщ с уткой очень любил наш баснописец Иван Андреевич Крылов. Ни один званый обед в честь прославленного литератора не обходился без этого изысканного борща.

- Ножки утиные – 2 шт.
- грибы белые – 2 шт.
- свекла – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- помидоры протертые – 2 ст. ложки
- капуста белокочанная – 500 г
- картофель – 2 шт.
- уксус столовый – 1 ст. ложка
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль
- сметана – для заправки
- перец

1. Утиные ножки вымыть, положить в кастрюлю с 1,5 л воды, на сильном огне довести до кипения, снять пену. Приправить солью, уменьшить огонь до среднего и варить 1 ч. Дать остыть до комнатной температуры, затем переставить на ночь в холодильник.
2. На следующий день удалить с поверхности бульона застывший жир. Ножки переложить на блюдо и снять мясо с кости.
3. Грибы очистить, вымыть и нарезать кусочками. Свеклу, морковь, лук, чеснок и картофель очистить. Свеклу и морковь нарезать тонкой соломкой, лук – полукольцами, чеснок измельчить.
4. Разогреть в сковороде масло и обжарить лук и морковь, 6 мин. Добавить свеклу и уксус, перемешать и готовить 8 мин. Добавить томаты, готовить еще 5 мин.
5. Утиный бульон довести до кипения, переложить в него овощную смесь, картофель и грибы.
6. Довести борщ до кипения, снять пену и готовить 10 мин.
7. Тем временем капусту вымыть, удалить верхние грубые листья и кочерыжку. Оставшиеся листья нашинковать тонкой соломкой, добавить в борщ. Варить еще 10 мин.
8. За 2–3 мин до готовности борща положить в суп утиное мясо и чеснок. Подавать со сметаной.

## 83. Свекольник с яблоками и сельдереем

- Свекла – 1 шт.
- яблоки – 2 шт.
- лук-порей – 100 г
- сельдерей, корень – 100 г
- масло растительное – 30 мл
- сметана – 150 г
- соль – по вкусу

1. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке и спассеровать на растительном масле.
2. Яблоки и сельдерей вымыть, очистить от кожицы, мелко нашинковать.
3. Лук-порей промыть и мелко нашинковать.
4. Яблоки и овощи смешать, залить сметаной и тушить 5 мин, затем выложить в кастрюлю, залить кипятком, посолить и варить 5 мин.

## 84. Борщок

- Свекла столовая – 500 г
- лук репчатый – 50 г
- масло растительное – 100 мл
- сметана – 100 г
- мука – 2 ст. ложки
- вода – 2 л
- соль – по вкусу

1. Свеклу вымыть, очистить, мелко нашинковать или натереть на крупной терке. Лук очистить и мелко нарезать.
2. Пассеровать измельченные свеклу и лук на растительном масле 3 мин, залить сметаной и потушить овощи еще одну минуту.
3. Отдельно прожарить муку до золотистого цвета и затем выложить все в кастрюлю, залить кипящей водой, посолить, варить 5 мин.
4. При подаче к столу в каждую порцию добавить размятый чеснок и мелко нарезанную зелень укропа.
5. В зимнее время вместо свежей добавляется высушенная зелень укропа.

## 85. Ботвинья со свекольной ботвой

**Б**отвинья – старинное русское блюдо. В старину ботвинью делали из свекольных листьев, морковной ботвы, щавеля, крапивы, шпината, листьев редиса, редьки и прочих огородных растений. Подают ботвинью охлажденной – это летнее блюдо для жаркого дня. В каждую тарелку кладут мелко колотый лед. К ботвинье также подают отварную рыбу.

- Ботва свекольная – 1 кг
- щавель – 200 г
- огурцы – 2 шт.
- пучок зеленого лука
- зелень укропа
- редис – 6 шт.
- яйца, сваренные вкрутую – 6 шт.

1. Свекольную ботву промыть, порубить, положить в кастрюлю, залить 2 л кипятка и варить 10 мин на слабом огне. Добавить порубленный щавель, проварить еще 10 мин. Зелень вынуть, пропустить через мясорубку или измельчить блендером, смешать с остуженным отваром.
2. В тарелки выложить порубленные мелко свежие или соленые огурцы, зелень, редис и яйца. Залить отваром. Добавить колотый лед и немедленно подавать.

## 86. Ботвинья с квасом и рыбой

- Ботва свекольная – 800 г
- щавель – 200 г
- огурцы – 3 шт.
- пучок зеленого лука
- укроп
- соль – по вкусу
- сахар – 3 ст. ложки
- квас – 2 л
- рыба (семга, лососина и пр.) – 800 г

1. Щавель и ботву промыть, измельчить, залить водой и прокипятить на слабом огне 10 мин, до готовности. Измельчить блендером. В тарелки выложить мелко порубленные огурцы, зелень, зеленый лук, соль и сахар, добавить смесь из щавеля и свекольной ботвы, развести квасом, положить колотый лед.
2. Рыбу отварить в подсоленной воде. Добавить в ботвинью перед подачей к столу куски вареной рыбы. Отдельно подать тертый хрен.

ПЕРЫЕ ВАЮДА

- 
- This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

- # ПЕРВЫЕ ВЗГЛЯДЫ



8. Добавить в бульон нарезанный картофель, готовить на среднем огне 5 мин, затем добавить огурцы. Огуречный рассол процедить через марлю. Влить в кастрюлю с рассольником, накрыть крышкой и варить на маленьком огне 20 мин.

9. Отварную говядину снять с косточки и нарезать небольшими кусочками. Положить в тарелки с рассольником по несколько кусочков мяса, зелень петрушки или укропа. Подавать со сметаной.

## 88. Рассольник Московский с почками

Этот суп, пожалуй, старейший из рассольников, дошедший до нас практически в первоизданном виде. Отличие от «Ленинградского» в том, что кладутся отварные почки, и, помимо соленых огурцов и рассола, используется больше различных корней. Сметана или горячий крем из яиц и молока – обязательная заправка для супа.

- Почки говяжьи – 350 г
- бульон говяжий – 2 л
- корень петрушки – 2 шт.
- корень пастернака – 50 г
- корень сельдерея – 75 г
- лук репчатый – 1 шт.
- лук-порей – 150 г
- огурцы соленые – 3 шт.
- щавель – 100 г
- шпинат – 100 г
- масло сливочное – 3 ст. ложки
- лавровый лист
- перец горошком
- соль – по вкусу
- огуречный рассол – по вкусу

**Для заправки:**

- сливки 22 % жирности – 200 мл
- яйцо – 1 шт.
- зелень – для подачи

1. Говяжьи почки очистить от жира и пленок и надрезать на несколько частей до половины. Залить холодной водой на 2–3 ч.
2. Воду, в которой замачивались почки, слить и залить почки еще раз холодной водой. Довести до закипания, варить 10 мин, затем воду слить.
3. Промыть еще раз почки холодной водой, потом залить 2 литрами холодной воды и довести до кипения. Убавить огонь и варить до полной готовности – мягкости. Бульон процедить: его можно использовать для приготовления рассольника.
4. Соленые огурцы очистить, разрезать вдоль пополам и удалить чайной ложкой сердцевину (семена). Разрезать каждую половинку еще вдоль напополам и затем крупной соломкой. Огурцы с тонкой кожицей чистить не нужно.
5. Лук репчатый, лук-порей, корни петрушки, пастернака и сельдерея нашинковать соломкой и пассеровать в сливочном масле.
6. Добавить к пассеровке нарезанные соленые огурцы и тушить вместе с корнями 15 мин под закрытой крышкой.

7. В кипящий бульон положить пассерованные овощи, припущенные огурцы и варить 5–10 мин.
8. Листья щавеля и шпината нарезать крупной соломкой.
9. За 5 мин до окончания варки добавить в рассольник щавель и шпинат, лавровый лист, перец горошком и огуречный рассол – по вкусу. Огуречный рассол перед добавлением нужно обязательно прокипятить и процедить.
10. Готовый суп снять с огня и дать отдохнуть 10–12 мин.
11. Приготовить заправку из сливок и яйца. В яичный желток, помешивая, влить горячие сливки и затем проварить на слабом огне до загустения (не доводя до кипения).
12. При подаче рассольника положить в тарелку нарезанные почки, добавить сметану или яично-сливочную заправку, посыпать зеленью.

## 89. Рассольник Ленинградский

Рассольник «Ленинградский» придумали в послереволюционном голодном городе. Взяли за основу традиционный рассольник с почками, кореньями и убрали все, что было уже дефицитом. И добавили перловку и картофель. Вот и получился вкусный, наваристый, плотный суп, уверенно вошедший как в общепит, так и на кухню домашних хозяек.

- Говядина (кострец, подбедерок, толстый край, лопатка, грудинка) – 1,2 кг
  - вода питьевая – 3 л
  - картофель – 4 шт.
  - огурцы соленые – 4 шт.
  - лук репчатый – 1 шт.
  - морковь – 1 шт.
  - перловая крупа – 100 г
  - топленое или сливочное масло – 2 ст. ложки
  - лист лавровый – 2 шт.
  - перец черный горошком – 5–7 шт.
  - соль – по вкусу
  - укроп
  - петрушка
  - сметана
1. Перловку промыть несколько раз и залить 300 мл горячей воды. Оставить на 1 час.
  2. Поставить варить бульон, залив говядину водой.
  3. Когда бульон закипит, снять пену и убавить огонь до минимального. Варить на медленном огне, не закрывая плотно крышкой. Бульон варится «белый», без добавления кореньев.
  4. Примерно через 1,5 ч после начала варки бульона на медленном огне слить воду с распаренной перловки, промыть ее под холодной водой и запустить в бульон. Довести до закипания, убавить огонь и продолжать варить на медленном огне. Немного посолить бульон с перловкой. Солить осторожно, так как далее необходимо положить в бульон соленые огурцы.

5. Лук очистить и нарезать, морковь нашинковать соломкой.
6. Соленые огурцы очистить, разрезать вдоль пополам и удалить чайной ложкой сердцевину (семена). Нашинковать крупной соломкой. Если огурцы с тонкой кожицей, чистить их не нужно.
7. В сковороде разогреть масло и пассеровать морковь и лук до золотистого цвета. Затем добавить нарезанные огурцы и тушить все вместе 15 мин под закрытой крышкой.
8. Очистить и нарезать брусочками картофель.
9. За 15 мин до окончания готовки запустить картофель и варить 10 мин.
10. Добавить в рассольник пассеровку вместе с огурцами. Положить лавровый лист, перец горошком. Довести до закипания и варить 5–7 мин. Попробовать на вкус, при необходимости досолить. Готовый рассольник снять с огня, дать отдохнуть 10–12 мин и подавать со сметаной и нарезанной зеленью.

## 90. Рассольник рыбный

- Рыба (скупбрия, ставрида, сельдь, салака) – 500 г
  - соленые огурцы – 200 г
  - картофель – 4 шт.
  - лук репчатый – 2 шт.
  - морковь – 2 шт.
  - корень петрушки – 2 шт.
  - зелень эстрагона – 50 г
  - масло растительное – 70 мл
  - вода – 2 л
  - соль – по вкусу
1. Картофель вымыть, очистить и нарезать тонкой соломкой. Лук очистить и нашинковать. Морковь и петрушку вымыть, очистить и нашинковать.
  2. Рыбу вымыть, выпотрошить, отделить головы, хвост и плавники, вынуть хребет и кости, оставшуюся мякоть (филе) нарезать кусочками.
  3. Подготовленные овощи и рыбу пассеровать 2–3 мин на растительном масле, уложить в кастрюлю вместе с картофелем, залить кипятком и варить до готовности картофеля. Затем добавить мелко нарезанные или натертые на крупной терке соленые огурцы и варить еще около 5 мин, посолить по вкусу.
  4. При подаче к столу добавить мелко нарезанную зелень эстрагона.

## 91. Рассольник грибной

- Крупа перловая – 100 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 2 шт.
- корень петрушки – 1 шт.
- картофель – 3 шт.
- огурцы соленые – 5 шт.
- масло топленое или сливочное – 50 г
- горсть сухих белых грибов
- лист лавровый – 2 шт.
- душистый перец горошком – 10 шт.
- грибы лесные свежие – 700 г
- рассол огуречный – 150 мл
- соль
- свежемолотый перец
- укроп
- сметана

1. Перловку залить водой и оставить на 1 ч. Затем отварить до готовности в той же воде.
2. Лук, морковь и корень петрушки нарезать кубиками, картошку – ломтиками, соленые огурцы – кубиками.
3. Растопить в кастрюле топленое масло, добавить лук, морковь и корень петрушки и пассеровать 2–3 мин. Добавить картошку и сушеные грибы, пассеровать еще 5 мин. Всыпать огурцы, тушить несколько минут.
4. Влить 3 л воды, добавить лавровый лист и душистый перец, довести почти до кипения и варить 10 мин. Приправить солью и перцем.
5. Очистить и нарезать свежие грибы. Добавить их в суп, посолить и варить еще 10 мин. Когда грибы сварятся, влить рассол и добавить перловку. Проверить, хватает ли соли и перца, прогреть все вместе.
6. Подавать с укропом и сметаной.

## 92. Суп гороховый с копченостями

- Горох колотый – 300 г
- морковь – 2 шт.
- сельдерей черешковый – 2 черешка
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- ребра свиные копченые – 600–800 г
- масло растительное – 50 мл
- перец душистый – ½ ч. ложки
- вода питьевая – 2,5 л
- укроп
- петрушка

Замочить горох в холодной воде на несколько часов. Овощи очистить и нарезать кубиками. Свиные ребра разрезать на отдельные ребрышки. Масло нагреть в кастрюле, всыпать овощи и обжаривать, помешивая, 5 мин. Добавить специи, перемешать. Положить свиные ребрышки, влить воду, довести почти до кипения, уменьшить огонь и варить, не давая закипеть, 20 мин. Всыпать горох, добавить немного соли и варить на слабом огне до готовности гороха, примерно 1 ч. Зеленень порубить, всыпать в суп.

## 93. Суп гороховый с орехами

- Горох – 100 г
- лук репчатый – 2 шт.
- мука – 2 ст. ложки
- масло топленое – 30 г
- картофель – 3 шт.
- грецкие орехи – 30 г
- соль
- перец
- зелень петрушки

1. Горох замочить на ночь в холодной воде, промыть, залить холодной водой, варить до мягкости.
2. Картофель очистить и мелко нарезать. Масло растопить на сковороде, слегка поджарить на нем лук, добавить муку.
3. Грецкие орехи растолочь. Добавить в кастрюлю с готовящимся горохом картофель, лук, муку и орехи. Варить до готовности.
4. Подать, посыпав зеленью петрушки.

## 94. Суп гороховый с яичной крупой

- Горох – 300 г
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 50 г
- масло растительное – 25 мл
- соль – по вкусу

**Для приготовления яичной крупы:**

- Яйца – 2 шт.
- вода – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу
- мука – сколько замесится

1. Горох промыть, замочить в воде и отварить до готовности. Лук очистить, мелко нашинковать. Морковь вымыть, натереть на крупной терке, смешать с луком и спассеровать на растительном масле. Добавить в суп после того, как сварится горох. Засыпать яичную крупу. Когда крупа всплывет, суп готов.
2. Яичная крупа готовится по следующему рецепту: яйца смешать с водой и, добавив муки, замесить очень крутое тесто. Сформировать из него колобок и натереть на крупной терке. Перед тем как крупу использовать, ее необходимо чуть-чуть подсушить при комнатной температуре. Фасолевый и чечевичный суп с яичной крупой также готовятся по этому рецепту.

Такую крупу можно заготовить впрок, хорошо ее высушив.

## 95. Грибная похлебка

Сейчас сварить грибную похлебку можно в любое время года – на полках магазинов круглый год есть и шампиньоны, и вешенки, но вкуснее этот суп получается именно с лесными грибами. Возьмите любые, а лучше смесь. Не забудьте грибы хорошо промыть.

- Сушеные белые грибы – 30 г
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- картофель – 2 шт.
- свежие лесные грибы – 500 г
- масло сливочное – 30 г
- сухое белое вино – 2 ст. ложки
- петрушка
- укроп – по ½ пучка
- соль
- свежемолотый перец
- сметана – для подачи

1. Белые грибы положить в кастрюлю, влить 1,5 л воды, довести до кипения, уменьшить огонь. Варить 5 мин на слабом огне, выключить и оставить.
2. Лук и чеснок мелко порубить. Картофель очистить, разрезать вдоль пополам и нарезать ломтиками. У зелени отделить листья от стеблей, порубить то и другое отдельно. Лесные грибы очистить и нарезать крупными ломтиками.
3. Достать белые грибы из бульона, хорошо отжать (всю жидкость сохранить), мелко порубить. Добавить в бульон ½ ч. ложки соли.
4. Растопить в кастрюле (примерно на 3 л) сливочное масло, всыпать лук, чеснок, порубленные стебли зелени и белые грибы. Посолить и томить на слабом огне, пока лук не станет прозрачным и слегка не зарумянится.
5. Добавить картошку, посолить и томить все вместе еще 5 мин.
6. Влить вино, выпарить в течение минуты.
7. Влить бульон от грибов, довести смесь почти до кипения, всыпать свежие грибы. Накрыть крышкой и готовить 5 мин на слабом огне, пока грибы не осядут. Снять крышку, варить еще 15 мин. Если суп покажется слишком густым, добавить еще немного воды и снова хорошо прогреть. Обязательно попробовать, достаточно ли соли – грибы берут ее очень много.
8. Всыпать зелень, поперчить, накрыть крышкой и оставить на 10 мин.

## 96. Классический суп из сухих белых грибов

Суп из грибов на Руси варили, конечно же, без картофеля, заменяя его репой.

- Белые сухие грибы – 70 г
- морковь – 1 шт.
- корень сельдерея – 100 г
- репа – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- картофель – 4–5 шт.
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу
- зелень – для подачи

1. Для приготовления супа замочить грибы в холодной воде на 20 мин. Затем воду слить, грибы промыть. Вновь залить холодной водой и оставить на 2 ч.
2. Достать грибы, нарезать на кусочки поменьше.
3. Аккуратно слить воду, в которой замачивались грибы, в кастрюлю для варки. На дне емкости может остаться песок.
4. Долить воду в кастрюлю до 3 л, положить грибы и довести до закипания.
5. Снять пену, убавить огонь и варить на медленном огне 1,5 ч. Посолить по вкусу.
6. Коренья – морковь, сельдерей, репу и картофель – почистить, нарезать на небольшие кубики и положить в грибной бульон. Варить 20 мин, до готовности кореньев.
7. Репчатый лук нарезать небольшими кубиками и пассеровать в растительном масле до золотистого цвета.
8. По готовности кореньев пробить суп блендером.
9. В готовый суп положить пассерованный лук, перемешать и проварить суп еще 3–4 мин.
10. Подавать суп с зеленью укропа или петрушки.

ПЕРЫЕ БЛЮДА

«Ушное – суп (т.е. не щи), мясной навар, лапша или похлебка из мяса». Толковый словарь Владимира Даля.

Особый вкус этому блюду придает использование ржаных сухарей.

Ингредиенты указаны из расчета на один горшочек емкостью 400 мл.

- Филе куриное – 150 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- картофель или репа – 200 г
- ржаные сухари молотые – 2 ст. ложки
- масло сливочное – 25 г
- лавровый лист – 1 шт.
- бульон – 50 мл
- сметана – 1 ст. ложка
- чеснок – 1 зубчик

1. Куриное филе, картофель или репу нарезать кубиками. Морковь натереть на крупной терке. Лук нашинковать полукольцами.
2. Сметану смешать с раздавленным чесноком с добавлением соли. На дно каждого горшочка положить по 25 г сливочного масла и одному лавровому листу.
3. Лук пассеровать на растительном масле до полуготовности. Морковь отдельно тоже слегка поджарить на растительном масле, посолив и поперчив.
4. Мясо посолить, поперчить и выложить в горшочки, сверху слой лука и все присыпать сухарями. Затем слой жареной моркови.
5. Картофель или репу посолить, поперчить и разложить по горшочкам. В каждый горшочек залить 50 г мясного или овощного бульона (или горячей воды), закрыть крышкой и поставить в холодную духовку. Нагреть до 220 °С и запекать 40 мин.
6. Ушное достать из духовки, снять крышки, добавить сметану и без крышки поставить на 5 мин в духовку. Подавать с зеленью и салатом из свежих овощей.



## 98. Куриный суп с фрикадельками

- Курица – 1½ кг
- лук репчатый – 3 шт.
- вода – 3 л
- морковь – 3 шт.
- сельдерей черешковый – 3 стебля
- пастернак – 1 корень
- рубленая зелень петрушки и укропа – 2–3 ст. ложки
- чеснок – 2 зубчика
- соль
- черный перец

### Для фрикаделек:

- фарш куриный – ½ кг
- панировочные сухари – 2–3 ст. ложки
- яйцо – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- зелень петрушки рубленая – 2 ст. ложки
- лук репчатый – ½ шт.
- соль
- черный перец

1. Курицу нарезать на порции, положить в большую кастрюлю. Залить водой, довести до кипения и уменьшить огонь. Снять с бульона пену.
2. Морковь, сельдерей и пастернак нарезать крупными кусочками. Положить в кастрюлю вместе с луком. Варить 2 ч. Курицу вынуть из бульона, бульон процедить и снова поставить на огонь.
3. Для фрикаделек перемешать в большой миске куриный фарш, хлебные крошки, нарубленный чеснок, петрушку, натертый на мелкой терке лук, соль и перец. Влить немного воды.
4. Разделить яйцо на желток и белок, добавить желток к фаршу. Взбить белки в пену и ввести их в полученную смесь. Закрыть фарш крышкой и поставить в холодильник на 30 мин.
5. Мокрыми руками скатать из фарша небольшие шарики, опустить их в кастрюлю с кипящей водой и уменьшить огонь. Вода в кастрюле должна слабо кипеть. Положить половину зелени петрушки и укропа, закрыть кастрюлю крышкой и варить 15–20 мин.
6. Перед подачей к столу добавить в суп оставшуюся зелень и чеснок.

## 99. Суп из гуся с рисом и яблоками

- Мясо гуся с костями – 500 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь и корень петрушки – по 1 шт.
- яблоки кислые – 4–5 шт.
- рис – 70 г
- желток – 2 шт.
- сметана – 100 г
- соль – по вкусу

1. Мясо гуся с луком и кореньями залить 2 л воды и варить 1,5 ч, до готовности.
2. Лук, коренья и мясо вынуть из бульона, добавить разрезанные пополам и очищенные яблоки. Довести до кипения и снять с огня. Бульон процедить, часть (2 стакана) отделить и сварить на этом бульоне рис до готовности.
3. В оставшийся бульон протереть коренья и яблоки, добавить рис, поставить суп на огонь, вскипятить.
4. Желтки смешать со сметаной и постепенно влить в суп, хорошо размешать. Отварное мясо нарезать и положить в суп перед подачей.

## 100. Окрошка на простокваше

- Простокваша – 500 мл
- вода кипяченая – 300 мл
- морковь – 2 шт.
- огурцы – 200 г
- лук зеленый – 100 г
- укроп, соль – по вкусу

Морковь вымыть, очистить, мелко нарезать и отварить. Зеленый лук и огурцы вымыть, нарезать. Смешать простоквашу с водой. Залить все овощи взбитой смесью, посолить, добавить мелко нарезанный укроп.

## 101. Окрошка с редисом

- Кефир – 500 мл
- редис – 200 г
- лук зеленый – 100 г
- яйца – 2 шт.
- укроп – 10 г
- соль – по вкусу

Лук вымыть и нарезать, редис вымыть и нашинковать. Яйца отварить вкрутую, обдать холодной водой, очистить и порубить. Укроп вымыть и мелко нарезать. Все перемешать, залить кефиром, посолить.

## 102. Окрошка со свеклой

- Кефир – 500 мл
- свекла – 2 шт.
- морковь – 2 шт.
- картофель – 3 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- укроп – по вкусу
- масло растительное – 15 мл
- соль – по вкусу

1. Свеклу вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой или нашинковать на крупной терке. Картофель отварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Морковь очистить, нарезать кружочками и отварить в небольшом количестве воды. Лук очистить, мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле.
2. Все смешать и залить кефиром, посолить и добавить мелко нарезанную зелень укропа.

## 103. Окрошка с малосольными огурцами

- Кефир – 500 мл
- картофель – 3 шт.
- репа – 3 шт.
- огурцы малосольные – 4 шт.
- чеснок – 3 зубчика
- укроп
- соль – по вкусу

1. Картофель отварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Репу очистить, нарезать соломкой и отварить в небольшом количестве воды. Огурцы нарезать кубиками. Соединить все и залить кефиром.
2. Посолить, добавить растертый чеснок и мелко нарезанную зелень укропа.

## 104. Окрошка с морковью и свеклой

- Кефир – 500 мл
- вода кипяченая – 500 мл
- свекла – 200 г
- морковь – 200 г
- картофель – 200 г
- лук зеленый – 100 г
- укроп – 10 г
- соль – по вкусу

Свеклу вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой или нашинковать на крупной терке. Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками и отварить в небольшом количестве воды. Лук очистить, мелко нашинковать. Все смешать и залить кефиром, разбавленным водой, посолить и добавить мелко нарезанную зелень укропа.

## 105. Рыбная окрошка на кефире

- Картофель крупный – 4 шт.
- яйца – 2 шт.
- огурцы – 4 шт.
- филе трески отварное – 400 г
- укроп – 1 пучок
- лук зеленый – 1 пучок
- петрушка свежая нарезанная – 1 пучок
- соль – по вкусу
- горчица – 1 ст. ложка
- вода минеральная
- кефир – 1 л

1. Картофель вымыть и отварить в мундире до готовности. Остудить и очистить от кожуры. Яйца сварить вкрутую, обдать холодной водой и очистить. Огурцы и зелень вымыть и обсушить. Нарезать картофель, яйца и огурцы небольшими кубиками. Зеленый лук, укроп и петрушку измельчить. В миске смешать овощи, яйца, лук и горчицу. Приправить.
2. Рыбу нарезать одинаковыми кусочками. Кефир развести небольшим количеством охлажденной минеральной воды.
3. Влить кефир в миску с овощами, тщательно перемешать. Разлить по тарелкам. В каждую тарелку положить несколько кусочков рыбы, посыпать укропом и петрушкой.

## 106. Тюря

**Т**юря – старинный вариант русского холодного супа, родственник окрошки. Готовится в основном из зелени, кваса и хлеба.

- Зеленый лук – 3 веточки
- петрушка – 3 веточки
- кинза – 3 веточки
- укроп – 3 веточки
- огурец – 1 шт.
- огурец соленый – 1 шт.
- квас белый – 700 мл
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – 1 ч. ложка
- перец – 1 ч. ложка
- сухарики из белого хлеба – 100 г
- сухарики из черного хлеба – 100 г
- нерафинированное подсолнечное масло – 2 ст. ложки

1. Подготовить все продукты, зелень и огурцы помыть. Если нет готовых сухариков, то можно сделать самим. Хлеб нарезать кубиками и подсушить на сухой сковороде.
2. Огурцы натереть на крупной терке. Зелень мелко нарубить.
3. Смешать вместе зелень, огурцы. Залить квасом. Посолить и поперчить, добавить сахар. Всыпать сухарики, сверху полить душистым растительным маслом. Сразу же подать к столу.

## 107. Суп холодный из огурцов с простоквашей

- Огурцы – 500 г
- простокваша – 500 мл
- яйца – 4 шт.
- чеснок – 3–4 зубчика
- укроп (зелень) – 50 г
- соль – по вкусу

Огурцы вымыть, с переросших срезать твердую кожицу и удалить семена. Натереть огурцы, смешать с простоквашей. Яйца отварить вкрутую, очистить и порубить. Чеснок растереть. Разделить порубленные яйца и растертый чеснок на 4 порции, залить приготовленной смесью из огурцов и простокваши, посолить и добавить мелко нарезанную зелень петрушки.

## 108. Суп молочный с кореньями

- Молоко – 500 мл
- вода питьевая – 1 л
- морковь – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- корень пастернака – 300 г
- сливочное или растительное масло – 50 г
- мука – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

Морковь, пастернак и лук очистить, нашинковать соломкой и пассеровать на сливочном масле 3 мин. Затем добавить муку, тщательно перемешав ее с овощами, и пассеровать еще 1 мин. Выложив все в кастрюлю, залить кипящим молоком, разбавленным наполовину водой, и варить 5 мин.

## 109. Суп молочный с репой

- Молоко – 2 л
- репа – 4 шт.
- морковь – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- манная крупа – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 20 г

1. Репу, морковь и лук почистить, мелко нашинковать и спассеровать на сливочном масле 3 мин.
2. Добавить манную крупу, перемешать и, выложив все в эмалированную кастрюлю, залить кипящим молоком. Кипятить 3 мин, чуть присолить.

## 110. Суп молочный с тыквой

- Тыква – 500 г
- крупа манная – 2 ст. ложки
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- молоко – 2 л
- вода – 2 стакана
- соль и сахар – по вкусу

Тыкву очистить от кожуры, нарезать кубиками, уложить в кастрюлю, добавить растопленное сливочное масло и потушить. Залить горячим кипяченым молоком и варить на медленном огне 10–15 мин. Добавить соль, сахар. Помешивая, всыпать тонкой струйкой манную крупу. Довести до кипения, снять с огня и выдержать под крышкой 10–15 мин, затем подавать к столу.

## 111. Суп молочный с морковными клецками

- Морковь – 500 г
- молоко – 1½ л
- яйца – 4 шт.
- мука – 1 стакан
- соль – по вкусу

Морковь натереть на мелкой терке, сок отжать, в полученную массу влить яйца по одному, затем небольшими порциями ввести муку. Посолить, чайной ложкой сформировать клецки и опустить в кипящее молоко. Как только клецки всплывут на поверхность – суп готов. Отжатый морковный сок добавить в каждую тарелку при подаче к столу.

## 112. Суп овощной с сельдереем

- Картофель – 3 шт.
- корень сельдерея или пастернака – 200 г
- лук-порей – 100 г
- морковь – 1 шт.
- растительное или сливочное масло – 50 мл
- орехи, чеснок – по вкусу

1. Картофель мелко нарезать, залить крутым кипятком, поставить на огонь. Корень сельдерея или пастернака, лук, морковь измельчить и спассеровать. Когда картофель сварится (это займет 5–7 мин), добавить подготовленные овощи, кипятить еще 1 мин.
2. Готовый суп заправить растертыми с чесноком орехами.

### 113. Суп овощной с грибами

- Картофель – 3 шт.
- свежие грибы – 300 г
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- репчатый лук – 100 г
- растительное или сливочное масло – 50 мл
- соль – по вкусу

1. Лук очистить и измельчить. Морковь очистить, нашинковать на крупной терке или нарезать кружочками, пассеровать вместе с луком на растительном масле.
2. Грибы перебрать, промыть, разрезать на ломтики и обжарить на масле.
3. Картофель очистить, нарезать соломкой, залить кипятком, отварить до готовности. Затем добавить обжаренные грибы и пассерованные овощи, посолить, довести до кипения и варить 3 мин.

### 114. Суп тыквенный с черносливом

- Тыква – 500 г
- чернослив – 200 г
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- вода питьевая – 2 л
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу
- зелень
- орехи

1. Чернослив промыть и отварить. Тыкву очистить и нарезать брусочками. Морковь и лук очистить и мелко нарезать. Спассеровать подготовленные овощи на растительном масле.
2. Сваренный чернослив вынуть из отвара и нарезать кусочками. Отваром залить пассерованные овощи, добавить туда же измельченную тыкву, прокипятить 10 мин.
3. При подаче к столу заправить суп толчеными ядрами орехов и рубленой зеленью.

## 115. Суп тыквенный пряный

- Тыква – 500 г
- вода – 1 л
- крупа манная – 2 ст. ложки
- сахар – 50 г
- лимон – ½ шт.
- гвоздика – 5 шт.
- корица – 1 щепотка

Из лимона выжать сок. Тыкву нарезать на куски, уложить в кастрюлю, залить 750 г воды. Добавить гвоздику, корицу и корки с половины лимона. Варить до готовности. Тыкву протереть сквозь сито, отвар процедить. Манную крупу обжарить на сковороде, залить 1 стаканом воды (250 г) и варить 5 мин. Соединить с протертой тыквой и процеженным отваром, добавить сахар, довести до кипения, снять с плиты и добавить отжатый ранее лимонный сок.

## 116. Суп из лебеды и крапивы

- Крапива – 300 г
- лебеда – 200 г
- крупа ячневая – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- сметана – 150 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Крапиву обдать кипятком, мелко нашинковать вместе с лебедой и луком, пассеровать все на растительном масле 2–3 мин, добавить сметану и тушить еще 1 мин. Сварить в 2 л воды ячневую крупу, затем добавить пассерованную зелень и лук, проварить 3 мин.

## 117. Суп из лебеды с картофелем

- Щавель – 200 г
- лебеда – 200 г
- картофель – 5 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- соль – по вкусу

Картофель очистить, нарезать соломкой и отварить в 2 л воды. Щавель и лебеду мелко нарезать, пассеровать вместе с нашинкованным репчатым луком и морковью на растительном масле 2 мин, положить в картофельный отвар, посолить по вкусу и прокипятить 1–2 мин.



## 118. Суп-крем из моркови

- Морковь – 300 г
- топинамбур – 300 г
- лук-порей – 100 г
- молоко – 1½ л
- масло сливочное – 50 г
- соль – по вкусу

Морковь, топинамбур и лук-порей вымыть, почистить, мелко нашинковать и потушить на сливочном масле до готовности. Протереть сквозь сито, посолить и тонкой струйкой влить молоко. При подаче к столу в каждую тарелку можно добавить гренки.

## 119. Суп-пюре из тыквы и картофеля

- Тыква – 400 г
- картофель – 400 г
- масло сливочное/растительное – 2 ст. ложки
- мука – 1 ст. ложка
- лук репчатый – 1 головка
- томатная паста – 3 ст. ложки
- чеснок – 20 г

Картофель и тыкву очистить, нарезать кусками, залить водой, посолить и отварить до размягчения. Затем всю массу процедить и протереть через сито. Муку поджарить в масле до золотистого цвета, добавить туда же мелко нарезанный лук и слегка обжарить его. Помешивая, развести муку небольшим количеством воды, добавить поджаренные лук и муку в суп, положить томатную пасту. Перемешать и довести до кипения. Подавать суп с жареными в масле гренками и тертым сыром.

## 120. Постный и вкусный суп-пюре

- Вода или овощной бульон – 2 л
  - цветная капуста – ¼ кочана
  - брокколи – ¼ кочана
  - шпинат – 200 г
  - морковь – 1 шт.
  - лук репчатый – 1 шт.
  - масло растительное
  - соевые сливки – 1 стакан
  - соль
- Для гренок:**
- белый хлеб – ⅓ буханки

1. Воду или овощной бульон вскипятить, влить соевые сливки, быстро размешать венчиком, чтобы не осталось комочков.
2. Цветную капусту и брокколи очистить от листьев, вымыть в холодной воде, разобрать на соцветия.
3. В бульон со сливками положить цветную капусту, брокколи, шпинат. Варить овощи на слабом огне, пока они полностью не разварятся.

4. Морковь и лук вымыть, очистить, нарезать произвольно, спассеровать на растительном масле. Добавить лук и морковь в суп, варить еще 10 мин. Посолить, снять с огня. Измельчить овощи вместе с жидкостью блендером или протереть через конус.

5. Для гренок хлеб, срезав корки, нарезать ломтиками или кубиками, подсушить в духовке до образования румяной корочки. Подавать суп с гренками из белого хлеба.

## 121. Чечевичная похлебка

- Вода – 3 л
- красная или зеленая чечевица – 2 стакана
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- корень петрушки – 1 шт.
- укроп или кинза – 2 веточки
- лавровый лист – 3 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- соль
- растительное масло
- черный перец горошком
- молотый черный перец

1. Чечевицу перебрать, тщательно промыть. Залить чечевицу холодной водой, добавить очищенный корень петрушки, варить до готовности. В конце варки корень петрушки вынуть из похлебки.
2. Морковь и лук вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, спассеровать на масле.
3. Добавить в похлебку лук и морковь, соль, перец, лавровые листья и рубленый чеснок. Укроп или кинзу вымыть, обсушить и порубить. При подаче посыпать суп рубленой зеленью.

## 122. Суп из белых грибов с перловкой монастырский

- Вода – 3 л
- перловая крупа – 1½ стакана
- свежие белые грибы (средние) – 8 шт. или сушеные – ½ стакана
- лук репчатый – 2 шт.
- масло растительное
- лавровый лист – 3 шт.
- укроп – 2 веточки
- соль
- душистый перец горошком – 7 шт.
- молотый черный перец

1. Перловую крупу замочить на ночь. Свежие белые грибы очистить, нарезать крупными ломтиками, промыть в холодной воде. Сушеные грибы замочить на ночь, затем промыть. Залить грибы водой, поставить на огонь. Лук-ковицу очистить, разрезать пополам, обжечь на плите, положить в бульон.
2. Довести грибы до кипения, снять пену, уменьшить огонь. Варить на слабом огне 30 мин, постоянно снимая пену. Вынуть грибы шумовкой, бульон процедить (лук выбросить).
3. Если сушеные грибы целые, нарезать их крупными ломтиками. Перловую крупу промыть в холодной воде, засыпать в кипящую воду, перемешать, откинуть на дуршлаг и снова промыть в холодной воде. Довести до кипения 2 л грибного бульона, засыпать в него подготовленную крупу и варить ее почти до готовности.
4. Оставшийся лук вымыть и очистить, нарезать мелкими кубиками и обжарить на масле. Укроп вымыть, обсушить и порубить. Когда крупа будет почти готова, добавить грибы и обжаренный лук, соль, перец, лавровый лист, довести до кипения и снять с огня. Подавать суп с рубленой зеленью.



## 123. Уха классическая

*Поднесут тебе форели!  
Тотчас их варить вели,  
Как увидишь: посинели,  
Влей в уху стакан шабли.*

*Чтоб уха была по сердцу,  
Можно будет в кипятке  
Положить немного перцу,  
Луку маленький кусок.*

**А. С. Пушкин, Из письма к Соболевскому**

- Картофель – 3–4 шт.
- морковь – 1 шт.
- форель, щука или осетр – 450 г
- бульон рыбный – 2–2½ л
- водка или херес – 3 ст. ложки или 100 мл белого сухого вина
- лист лавровый – 1 шт.
- черный перец горошком – 3–5 шт.
- соль
- свежемолотый перец
- пучок зелени для подачи (укроп, петрушка, зеленый лук)

### **Для рыбного бульона:**

- вода – 2½ л
- остовы и головы (без жабр) 3 средних рыб или 500 г мелкой рыбешки
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- корень сельдерея или петрушки – 50 г
- лист лавровый – 1 шт.
- петрушка – 1 веточка
- соль – 2 ч. ложки

1. Обычно рыбный бульон варят из наименее ценных частей рыбы – голов, хвостов, костей – или из недорогой мелкой рыбешки. Кроме того, для бульона редко используют сельдь или скумбрию из-за их специфического привкуса рыбьего жира. Когда бульон сварится, кости и кожу просто выбрасывают. Обратите внимание, что нужно обязательно удалить из рыбьих голов жабры – из-за них бульон может горчить. Рыбный бульон варится намного быстрее других бульонов – 30–60 мин, в зависимости от того, насколько интенсивный вкус вы хотите получить.
2. Положить рыбы головы и кости в большую кастрюлю. Овощи почистить, крупно нарезать и добавить к рыбе. Влить воду, добавить лавровый лист, петрушку, соль и варить 1 ч на слабом огне, не доводя до кипения. Иногда снимать пену. В конце варки бульон процедить.
3. Картофель нарезать кубиками, морковь – кружочками. Рыбу нарезать ломтиками толщиной 2–3 см. Бульон довести почти до кипения, влить алкоголь, варить 5 мин. Добавить картошку, готовить 15 мин на умеренном огне. Добавить соль по вкусу и специи.
4. Опустить в уху кусочки рыбы, через 5 мин добавить морковь и готовить на небольшом огне еще 7–10 мин. Зелень измельчить и посыпать уху перед подачей.

## 124. Уха из ершей и окуней

- По 1 кг ершей и окуней
- лук репчатый – 2 шт.
- корень петрушки – 3–4 шт.
- укроп – 30 г
- лимон – 1 шт.
- соль
- молотый черный перец
- лавровый лист – по вкусу

1. Ершей и окуней промыть и выпотрошить, удалив жабры и внутренности. С окуня снять филе. Ершей и оставшиеся после разделки окуней головы, кожу и кости залить холодной водой (около 3 л), добавить нарезанный кольцами лук, корень петрушки, соль, черный молотый перец, лавровый лист и варить 1 ч до полного разваривания ершей. Бульон процедить через сито и еще раз прокипятить. В кипящий бульон опустить филе окуня, варить его до готовности, переложить в тарелку с укропом, залить бульоном и подать к столу.
2. Отдельно на тарелочке подать ломтики лимона и веточки зелени. Для вкуса в бульон добавить отвар из отдельно сваренного в небольшом количестве ухи нерассыпчатого картофеля.

## 125. Уха рядовая из речной рыбы

- Рыба – 1½ кг
- вода – 2 л
- лук репчатый – 2 шт.
- морковь – ½ шт.
- корень петрушки – 1 шт.
- корень пастернака – 1 шт.
- картофель – 2 шт.
- укроп мелкопорубленный – 1 ст. ложка
- лавровый лист – 3 шт.
- черный перец горошком – 8 шт.
- зелень эстрагона – 1 ст. ложка
- соль – 1 ч. ложка

В подсоленный кипяток положить разрезанный на четвертинки картофель, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь, корень петрушки, пастернака и варить на слабом огне около 20 мин. Снять пену или, при желании, процедить, положить лавровый лист, перец, прокипятить около 5 мин, увеличить огонь и опустить в готовый бульон крупные (по 4–5 см) куски рыбы. Варить на умеренном огне около 20 мин. В конце уху посолить по вкусу, заправить зеленью петрушки, укропа, эстрагона, снять с огня, дать настояться под крышкой 8–10 мин и подать.

## 126. Уха опеканная

- Рыба – 1½ кг
- вода – 2 л
- лук репчатый – 2 шт.
- морковь – 1 шт.
- корень петрушки – 1 шт.
- корень пастернака – 1 шт.
- картофель – 2 шт.
- зелень укропа – 2 ст. ложки
- лист лавровый – 3 шт.
- черный перец горошком – 8 шт.
- эстрагон
- зелень – 1 ст. ложка
- соль – 2 ч. ложки

1. Головы, хвосты, кости разделанной рыбы варить 20–30 мин на умеренном огне. Затем бульон процедить, добавить овощи пряности и отварить в нем в течение 5 мин крупные куски филе рыбы.
2. Рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с 1 ч. ложкой муки яйцо, слегка обжарить («опечь») в сковороде на сливочном масле и вновь опустить в кипящий рыбный бульон еще на 3–5 мин для доваривания.

## 127. Уха стерляжья

*Тотчас после обедни подавали завтрак: круглый пирог, кулебяку с осетром и визигой, икру зернистую и паюсную, сыр и сельди. За обедом всегда было два горячих: стерляжья уха и суп; огромная кулебяка, огромная рыба, два холодных: ветчина и говядина; два соуса: фрикасе из цыплят и рагу. Пирожное и бланманже, потом дыни и арбузы. Вина подавались в изобилии, различных названий; но не думаю, чтобы они были порядочные, потому что покупались в Сызрани, где и теперь вино прескверное.*

**М. А. Дмитриев, «Главы из воспоминаний моей жизни»**

- Мелкая рыба (ерши, окуни и т. д.) – 800 г
- корень петрушки и сельдерея – по 1 шт.
- стебель лука-порея – 1 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- черный перец горошком – 10 шт.
- лист лавровый – 7 шт.
- стерлядь – 1½ кг
- лимон – ½ шт.
- зелень укропа или петрушки
- соль – по вкусу

1. Мелкую рыбу очистить, выпотрошить, хорошо промыть, сложить в кастрюлю вместе с кореньями, залить холодной водой (3 л), посолить и поставить варить примерно на 1 ч. Через час бульон процедить в другую кастрюлю. Рыбную мелочь выбросить.
2. Стерлядь выпотрошить, удалить жабры, нарезать кусками, опустить в процеженный бульон и поставить варить сначала на сильный, а после закипания на слабый огонь, не забывая при этом снимать пену.
3. Когда стерлядь будет готова (через 20 мин), кастрюлю снять с огня, выдержать под закрытой крышкой 5 мин, добавить нарезанный кружочками лимон. Подать, предварительно посыпав зеленью.

## 128. Уха из щуки с пшеном и водкой

- Щука – 800 г
- вода питьевая – 2½ л
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- картофель – 2 шт.
- пшено – 75 г
- лавровый лист – 1 шт.
- черный перец горошком – 6 шт.
- водка – 50–100 мл
- укроп – 2–4 веточки
- соль – по вкусу

1. Подготовить рыбу для ухи. Вымыть ее, почистить, выпотрошить и нарезать крупными порционными кусками. Сложить в кастрюлю емкостью не менее 3 л, залить питьевой водой и поставить на плиту. Довести до кипения на сильном огне и затем шумовкой снять пену. Посолить по вкусу. Огонь под кастрюлей убавить и варить рыбу в бульоне для ухи в течение 10 мин.
2. Лук репчатый для ухи тщательно вымыть. Не очищать! Морковь вымыть, почистить и разрезать вдоль крупными ломтиками. Картофель вымыть и очистить. Нарезать крупными брусочками.
3. Пшено для ухи тщательно промыть теплой водой до тех пор, пока она не станет прозрачной. Положить в бульон с рыбой, добавить все подготовленные овощи. Положить лавровый лист, перец горошком и довести до кипения. Варить 10 мин.
4. Влить в уху водку и варить на слабом огне 10 мин. Луковицу удалить из супа. Укроп вымыть, обсушить и мелко порубить. Уху с пшеном и водкой подать к столу, посыпав зеленью.

## 129. Щучина

**Щ**учина – это уха, но только с квасом. Им разбавляют рыбный бульон, и это главное отличие от ботвиньи, другого традиционного русского супа. Рыба для щучины – обязательно щука: щучину готовят из осетра, налима, судака, гольца, форели, ерша, других речных рыб (и необязательно речных), а чаще всего из смеси разной рыбы. Также в щучину добавляют раков.

- Рыба (щука, судак, палтус, форель) – 1 кг
- слабосоленая рыба (палтус, форель) – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- черный перец – 1 ч. ложка
- укроп – 1 пучок
- лимонный сок – 2 ч. ложки
- огурцы – 3 шт.
- лук зеленый – 3 веточки
- горчица – 1 ст. ложка
- квас – 2 л
- соль и черный перец – по вкусу

1. Очищенную, выпотрошенную и разделанную на куски рыбу залить водой, только чтобы покрыть рыбу. Добавить нарезанную луковицу, черный перец горошком, укроп. Слегка посолить и добавить лимонный сок. Довести до кипения, снимая пену, и варить рыбу на небольшом огне 30 мин.
2. Достать рыбу. Процедить бульон в чистую емкость, попробовать и при необходимости посолить. Остывший до комнатной температуры бульон поставить в холодильник, чтобы он стал студенистым.
3. Огурцы и соленую рыбу нарезать кубиками, у укропа удалить стебли. Зеленый лук и зелень укропа мелко нарезать. Отваренную рыбу разобрать на кусочки, тщательно отделяя от костей. Перемешать, приправить солью и перцем, добавить горчицу.
4. Застывший рыбный бульон развести квасом и залить овощную смесь.



## 130. Суп из раков с севрюгой

- Филе судака – 200 г
- масло сливочное – 100 г
- сельдерей корневой –  $\frac{1}{4}$  клубня
- соль
- укроп – 3 веточки
- раки – 4 шт.
- белки яичные – 2 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- белый хлеб без корки – 100 г
- лист лавровый – 1 шт.
- севрюга – 500 г
- морковь – 2 шт.
- молоко – 1 стакан

1. Вскипятить воду. Варить раков 10 мин. Бульон сохранить. У раков отрезать клешни, удалить из панцирей внутренности, панцири промыть.
2. Хлеб размочить в молоке. Филе судака измельчить в блендере, добавить отжатый хлеб и белки. Перемешать.
3. Нафаршировать получившейся массой панцири раков.
4. Овощи очистить, нарезать тонкой соломкой. Севрюгу разрезать на 4 куса. Положить в большую кастрюлю клешни раков.
5. Добавить севрюгу, овощи и лавровый лист. Посолить, поперчить.
6. Поместить фаршированных раков в пароварку и готовить на слабом огне. Выключить и оставить на 20 мин.
7. Влить в кастрюлю бульон от раков и сливочное масло, закрыть крышкой. Настаивать еще 10 мин.
8. В каждую тарелку положить по куску севрюги и по одному раку. Влить бульон с овощами, посыпать измельченным укропом.

## 131. Суп с рыбными фрикадельками

- Рыбный бульон – 3 л
- картофель – 5 шт.
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- пшеничная крупа –  $\frac{1}{3}$  стакана
- укроп – 2 веточки
- масло растительное
- лавровый лист – 3 шт.
- соль
- черный перец горошком – 5 шт.
- молотый черный перец

### Для бульона:

- вода – 5 л
- мелкая рыба (плотва, окуни, ерши, уклейки) – 2 кг
- лук репчатый – 3 шт.
- морковь – 2 шт.
- пастернак
- корень петрушки или сельдерея – 1 шт.
- укроп или петрушка – 1 пучок.

### Для фрикаделек:

- филе горбуши – 50 г
- филе судака – 50 г
- филе трески – 50 г
- лук репчатый –  $\frac{1}{2}$  шт.
- масло растительное
- соль
- молотый черный перец

1. Сварить бульон. Рыбу тщательно промыть в холодной воде, выпотрошить, удалить жабры и внутренности, чешую оставить. Выпотрошенные тушки промыть в холодной воде еще раз.
2. Уложить рыбу в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь. Сразу добавить очищенные белые корни и зелень.
3. Лук и морковь вымыть, очистить, разрезать вдоль на три части, обжечь на конфорке плиты, добавить к рыбе. Воду в кастрюле с рыбой довести до кипения, пену снять, варить на очень слабом огне 1 ч, постоянно снимая пену.
4. Снять готовый бульон с огня, процедить через двойную марлю или через сито.
5. Рыбу из бульона можно охладить и разобрать на чистое филе. Остатки рыбы, вареные корни, овощи и зелень выбросить. Полученное филе дальше использовать для рыбного супа или как самостоятельное блюдо.
6. Для фрикаделек филе трех видов рыбы пропустить через мясорубку два раза или измельчить блендером до получения однородной массы.
7. Репчатый лук очистить, нарезать мелкими кубиками, обжарить на растительном масле.
8. В рыбный фарш добавить жареный лук, соль, перец, тщательно перемешать. Из фарша сформовать фрикадельки – шарики 1–2 см в диаметре.
9. Варить фрикадельки в кипящей подсоленной воде 10 мин, затем осторожно вынуть их шумовкой так, чтобы сгустки белка остались в воде.

10. Для заправки картофель вымыть, очистить, нарезать средними кубиками. Репчатый лук и морковь вымыть, нарезать мелкими кубиками, пассеровать на растительном масле. Укроп вымыть, обсушить, порубить.
11. Пшеничную крупу промыть, залить кипятком, слить воду, еще раз промыть (чтобы крупа не дала горечь).
12. В кипящий рыбный бульон всыпать подготовленную крупу, варить до готовности, добавить картофель, варить еще 10 мин. Добавить в суп пассерованные лук и морковь, соль, лавровые листья, перец и довести до кипения.
13. При подаче в тарелку положить рыбные фрикадельки, налить суп, посыпать зеленью.

## 132. Калья рыбная

**К**алья – блюдо русской кухни, рыбный или мясной суп, сваренный на огуречном рассоле, прообраз современного рассольника. В толковом словаре Даля о калье можно прочесть следующее: «КАЛЪЯ ж. – род борща, похлебка на огуречном рассоле, с огурцами, со свеклой и с мясом, а в пост с рыбой и икрой; похлебка из икры с солеными огурцами».

- Жирная рыба (палтус, лосось, форель) – 1 кг
  - огурцы соленые – 3 шт.
  - черный перец молотый
  - лимон – для подачи, по желанию
  - лук репчатый – 1 шт.
  - огуречный рассол – 1 стакан
  - икра любой речной или морской рыбы
  - свежей или малосольной – 150 г
1. Рыбу при необходимости выпотрошить, очистить, промыть и положить в кастрюлю. Залить рыбу 1½ л холодной воды, довести до кипения, снять пену и варить на небольшом огне 30 мин.
  2. Вынуть из готового бульона рыбу, удалить кости, мякоть разобрать на небольшие куски. Бульон процедить.
  3. Икру растереть деревянной ложкой или толкушкой до пастообразного состояния и добавить в бульон.
  4. Огурцы очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить дряблую серединку. Мякоть очень мелко нарезать. Лук нарезать тонкими кольцами. Положить огурцы и лук в кастрюлю. Влить рассол, поперчить.
  5. Довести бульон до кипения и варить на слабом огне 30–40 мин. При подаче можно добавить ломтики лимона.

## 133. Солянка мясная сборная

Солянка – суп с историей. Раньше солянка считалась простым крестьянским блюдом и готовилась не только на мясном, но и на рыбном и даже грибном бульоне. В солянку клали практически все – мясо, рыбу, овощи, грибы, капусту, соленые огурцы. И подавали в качестве закуски. В советское время солянка возродилась – ее стали готовить с докторской колбасой и сосисками, класть мясную нарезку. Общепит оценил солянку по достоинству, как безотходное блюдо. Основа правильной солянки – мясная нарезка, соленые бочковые огурцы, рассол, ломтик лимона и маслины. Солянку, приготовленную без картофеля, часто загущают мукой: нужно добавить ложку муки в пассеровку после протертых помидоров, перемешать, а затем влить немного бульона или рассола. Солянка становится вкуснее на следующий день, поэтому ее можно приготовить впрок.

- Лук репчатый – 1 шт.
- огурцы соленые – 3–4 шт.
- морковь – 1 шт.
- перец сладкий – 1 шт.
- картофель (по желанию) – 3 шт.
- колбаса, ветчина – 400 г
- топленое или растительное масло – 40 г
- паста томатная – 30 г
- мясной или куриный бульон – 2 л
- рассол огуречный – 100 мл
- каперсы – 50 г
- оливки без косточки – 100 г
- черный перец горошком – 4–6 шт.
- лист лавровый – 1 шт.
- острый красный перец – 5 г
- соль
- свежемолотый перец

### Для подачи:

- лимон – 1 шт.
- небольшой пучок петрушки
- сметана

1. Лук порубить, соленые огурцы нарезать кубиками, морковь натереть на терке, болгарский перец и картофель нарезать кубиками.
2. Колбасу и ветчину нарезать соломкой. Сотейник разогреть на среднем огне, добавить масло, пассеровать лук и морковь до золотистого цвета, 5–7 мин. Добавить болгарский перец, мясную нарезку и соленые огурцы, готовить 5 мин. Добавить томатную пасту, влить немного рассола или бульона, томить на небольшом огне 15 мин.
3. Бульон довести почти до кипения, всыпать картофель и варить 15 мин.
4. Пассеровку, каперсы, оливки, перец горошком и лавровый лист добавить в бульон и готовить 10–15 мин на небольшом огне. Попробовать, посолить и поперчить по вкусу. При желании добавить немного рассола.
5. Нарезать ломтиками лимон и измельчить петрушку.
6. Подавать солянку с лимоном, щепоткой острого перца, зеленью и сметаной.

## 134. Солянка рыбная

- Стерлядь, судак, белуга или осетр – 400 г
  - лук репчатый – 4 головки
  - огурцы соленые – 2 шт.
  - масло сливочное – 30 г
  - каперсы – 40 г
  - маслины – 80 г
  - томатная паста – 2 ст. ложки
  - бульон рыбный – 1½ л
  - лимон – 4 дольки
1. Рыбу семейства осетровых разделить на филе с кожей без хрящей, нарезать на порционные куски, ошпарить для удаления сгустков белка и промыть. Рыбу с костным скелетом разделить на филе с кожей без костей.
  2. Из головизны и рыбных отходов сварить рыбный бульон. Солянка готовится порционно, для чего в порционную миску надо положить 3–4 куса сырой рыбы, пассерованный лук и томатную пасту, припущенные огурцы, залить рыбным бульоном и варить 10–15 мин, затем положить каперсы, вареную нарезанную головизну, специи, соль и варить еще 2–3 мин. При подаче в солянку положить маслины, кружочек очищенного лимона и посыпать мелко нарезанной зеленью. Маслины, лимон и зелень можно подать отдельно в розетке.

## 135. Суп рыбный со свекольными листьями

- Рыба – 500 г
  - свекольный лист – 300 г
  - морковная ботва – 30 г
  - петрушка, зелень – 50 г
  - лук зеленый – 50 г
  - масло растительное – 100 мл
  - соль – по вкусу
1. Зелень промыть, осушить, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле. Картофель вымыть, очистить и нарезать тонкой соломкой. Соединить с пассерованной зеленью, залить кипятком, довести до кипения. После закипания добавить нарезанную кусочками рыбу и варить до готовности. В конце варки посолить.
  2. При подаче к столу заправить сметанным соусом с чесноком.

## 136. Суп «Морской коктейль»

Продукты моря (кальмары, мидии, креветки, любая морская рыба) вымыть, обдать крутым кипятком и опустить в кипящий бульон на 15 мин. Подавать в горячем виде, добавив в каждую тарелку по 1 ст. ложке зелени укропа.

### Бульон для «Морского коктейля»:

- Вода – 2 л
- вино сухое белое – 100 мл
- сахарный песок – 1 ч. ложка
- соль – 1 ч. ложка
- лук репчатый – 50 г
- морковь – 100 г
- сельдерей корневой или пастернак – 100 г
- перец черный (горошек) – 10 шт.
- лук-порей – 100 г

Все овощи очистить, вымыть, мелко нашинковать, пассеровать на оливковом масле 1–2 мин, залить крутым кипятком и варить 20–30 мин. Затем бульон процедить, добавить сухое вино и продукты моря. Варить еще 15–20 мин.

## 137. Суп вермишелевый с кальмаром

- Кальмар – 300 г
- вермишель – 100 г
- лук репчатый – 50 г
- морковь – 100 г
- вода – 2 л
- масло растительное – 30 мл
- соль – по вкусу

1. Морковь вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке. Лук репчатый очистить, мелко нарезать.
2. Кальмара свежемороженого выдерживать при комнатной температуре для размораживания, обдать кипятком, выдержать до остывания, очистить от пленок, промыть холодной водой и нарезать очень тонкой лапшой.
3. Пассеровать измельченного кальмара и овощи на растительном масле в течение 3 мин, залить все кипятком, довести до кипения, заправить вермишелью и варить до готовности вермишели.

## 138. Суп рисовый с кальмаром

- Кальмар свежемороженный – 300 г
- рис – 1 стакан
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 100 г
- помидоры свежие – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- вода – 2 л
- соль – по вкусу

1. Кальмаров разморозить при комнатной температуре, обдать кипятком, выдержать до остывания, освободить от пленок и промыть холодной водой. Нашинковать тонкой соломкой и пассеровать в течение 5 мин на растительном масле.
2. Морковь вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке. Лук очистить и мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать дольками.
3. Подготовленные овощи спассеровать на растительном масле, 2–3 мин.
4. Рис промыть, замочить на 10–12 ч, залить кипятком, отварить до готовности, добавить пассерованные овощи и кальмаров, прокипятить 2–3 мин, посолить.

## 139. Суп из кальмара с яйцом

- Кальмары – 300 г
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 200 г
- сельдерей (коренья) – 100 г
- яйца – 2 шт.
- масло растительное – 50 мл
- вода – 2 л
- соль – по вкусу

1. Кальмары ошпарить кипятком, освободить от пленок, промыть холодной водой, нашинковать тонкой соломкой, пассеровать 5 мин на растительном масле.
2. Сельдерей, морковь и лук очистить, нашинковать и пассеровать 2 мин на растительном масле.
3. Смешать кальмары и пассерованные овощи, залить кипятком, довести до кипения, в кипящий суп тонкой струйкой влить, перемешивая, взбитые яйца.
4. Прокипятить 2–3 мин, посолить.

## 140. Суп из креветок с домашней лапшой

- Креветки – 500 г
- морковь – 100 г
- лук-порей – 100 г
- масло сливочное – 50 г
- корень пастернака или сельдерея – 200 г

1. Очищенных креветок пассеровать на сливочном масле 3 мин.
2. Лук-порей промыть и мелко нарезать. Морковь и белый корень вымыть, очистить и мелко нашинковать.
3. Пассеровать овощи на сливочном масле в течение 3 мин.
4. Пассерованные овощи и креветок залить крутым кипятком, забросить в него домашнюю лапшу и варить до готовности. Вместо домашней лапши можно использовать также обычную «фабричную» вермишель.
5. При подаче к столу добавить измельченную зелень петрушки или укропа.





**Свекла острая (с. 29, № 19)**





Оливье советский (с. 22, № 2)





Селедка под шубой (с. 47, № 48)





Щи царские (с. 63, № 65)





Борщ со свиной (с. 73, № 78)





Уха классическая (с. 99, № 123)





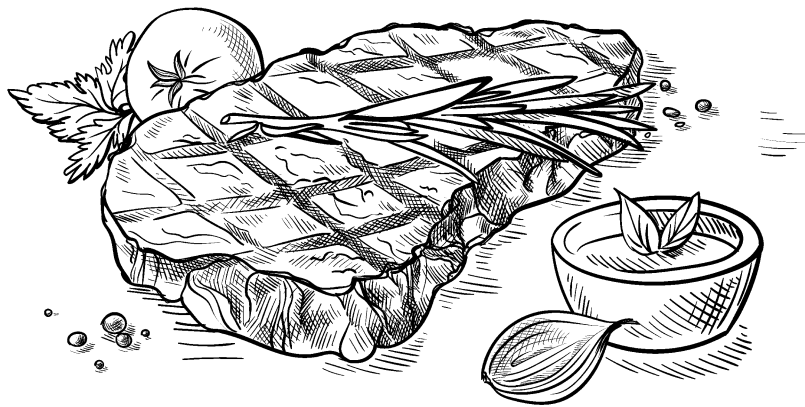
Бүженина (с. 122, № 152)





Котлеты Пожарские (с. 161, № 200)





**ГОРЯЧИЕ  
БЛЮДА  
ИЗ МЯСА,  
ПТИЦЫ И ДИЧИ**



*В великий мясоед после Рождества Христова в стол яства подают: лебеди, потроха лебяжьи, гуси верченые, тетерева, куропатки, ряби, поросята верченые, баранина рассольная, баранина печеная, поросята рассольные, потроха пороссячи, ухи курачьи, солонина с чесноком и с зельем, лосина, осердие лосие в рассоле, осердие лосие крошеное, губа лосиная, печень лосиная, потроха гусиные, говядина шестная, свинина шестная, ветчина, колбасы, желудки, гуси шестные, куры шестные, минты кривые, тукмачи, лапша, караси, кундумы, щи.*

**М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»**

Существует пять основных способов приготовления мясных блюд: варка, жаренье, тушение, припускание, запекание в тесте.

В русской кухне обыкновенно применяются первые три способа приготовления: варка, жаренье и тушение, в редких случаях запекание в тесте.

### Качество мяса

Свежее мясо имеет хороший красный цвет и плотную консистенцию. При нажатии пальцем на поверхности должен быть некоторое время виден след. Если же мясо выглядит увядшим и издает неприятный запах, его не следует использовать.

### Перед приготовлением...

Мясо перед приготовлением его одним из вышеуказанных способов **необходимо зачистить**, т. е. отделить от лишнего жира, костей, сухожилий и пленок. Нужно всегда оставлять небольшое количество жира, чтобы мясо было сочным и нежным. **У стейка перед началом обжаривания** разрезают в нескольких местах жировой край, чтобы мясо во время жарки не скручивалось наверх.

**Обмывание.** Мясо следует только обмыть, окатить водой, но не держать его в воде долго, иначе оно отдает свой сок и становится безвкусным. После обмывания необходимо обтереть мясо полотенцем, чтобы его поверхность не была влажной. Нежные сорта мяса, как то – вырезку, не моют, а обтирают влажным полотенцем.

**Отбивание.** Всякое мясо, если оно не предназначено для мелкой рубки или супа, необходимо перед приготовлением отбить, этим достигается: 1) уравнивание толщины куска, 2) сглаживание поверхности мясных волокон и 3) размягчение мяса. Не следует сильно ударять тяпкой по одному месту, иначе мясные волокна разрываются и из мяса вытекает его сок. После каждого удара тяпкой последнюю притягивают вдоль куска к себе, чем достигается как сглаживание волокон, так и уравнивание толщины куска. Порционные куски мяса, как то бифштексы, зразы, лангет, антрекот и порционные куски телятины, баранины и свинины, не следует отбивать очень тонко, так как при жарении тонкий кусок высыхает, т. е. теряет свою сочность и становится жестким.

**Соль.** Большие куски мяса солят перед жаркой, тонкие куски, печень и рубленое мясо солят всегда после обжаривания. Благодаря маринованию, т. е. закладыванию в пряный соус, мясо будет нежнее. К рубленому мясу соль прибавляется при промешивании с жиром, от этого оно получает нужную клейкость. Рубленое мясо, посоленное задолго до приготовления, получает красноватый цвет.

### Проверка готовности мяса

Нажмите вилкой на мясо, если оно еще мягкое, внутри красное и из него выступает ярко-красный сок, то мясо пожарено по-английски, т. е. с кровью. Если мясо пружинит, внутри еще розовое и из него выступает светло-розовый сок – оно прожарено умеренно.

Если мясо твердое на ощупь и с трудом протыкается вилкой, то оно прожарено насквозь.

### Посуда

**При варке и тушении** посуда должна быть закрыта крышкой, во-первых, для того, чтобы мясо готовилось под действием пара, во-вторых, чтобы из мяса, а также из тех продуктов, с которыми оно готовится, не испарился аромат.

**Жарение** производится преимущественно в открытой посуде, чтобы на мясе образовалась румяная корочка.

**Припускание** производится в закрытой посуде по тем же причинам, что и тушение.

**При запекании в тесте** не приходится закрывать посуду крышкой, так как тесто задерживает аромат мяса и продуктов, с которыми жаркое готовится.

## 141. Бефстроганов

- Вырезка говяжья – 300 г
- шампиньоны – 100 г
- жирные сливки (33%) – 100 мл
- лук репчатый – 1 шт.
- сухие белые грибы – 20 г
- херес или портвейн – 20 мл
- горчица дижонская – 1 ч. ложка
- топленое масло
- соль
- перец

1. Лук нарезать полукольцами. У шампиньонов отрезать ножки, шляпки нарезать тонкими ломтиками.
2. Вырезку нарезать на медальоны 1 см толщиной, а затем каждый на полоски 0,5 см шириной. Посолить и оставить.
3. Белые грибы замочить в 100 мл кипятка.
4. В большой сковороде разогреть 2 ч. ложки топленого масла. Грибы извлечь из воды (воду сохранить), отжать и мелко порубить. Обжарить лук и белые грибы в течение нескольких минут, до золотистого цвета. Переложить в миску.
5. В ту же сковороду, не добавляя масла, всыпать шампиньоны и жарить, помешивая, пока не выйдет и не выпарится вся влага. Грибы должны стать сухими. Отправить их к луку.
6. Добавить в сковороду еще 2 ч. ложки масла, выложить половину мяса и быстро обжарить на сильном огне (не больше 2 мин); у мяса должна схватиться корочка, но оно не должно выпустить сок. Переложить к луку и грибам, накрыть тарелкой. Повторить процедуру с оставшимся мясом. Переложить в миску.
7. Влить херес и воду от грибов в сковородку, положить горчицу, перемешать венчиком или лопаткой, влить сливки и уварить на  $\frac{1}{3}$ . Добавить содержимое миски, перемешать, прогреть 1–2 мин и сразу подавать.

## 142. Говядина с фруктами «Стольная»

- Говяжья вырезка – 500 г
- апельсины – 2 шт.
- ананас – 2 кружка
- морковь – 1 шт.
- зеленый лук – 2 стебля
- мука – 1 ст. ложка
- жареный арахис измельченный – 1 ст. ложка
- имбирь и тимьян – по ½ ч. ложке
- соевый соус – 1 ч. ложка
- соль и перец – по вкусу
- мясной бульон или вода – 1 стакан

1. Говядину, порезанную ломтиками и залитую тертым апельсином с цедрой, выдержать около 20–30 мин, затем сок слить. На разогретой с маслом сковороде обжарить ломтики мяса до изменения цвета.
2. Муку, соевый соус, бульон, имбирь и специи перемешать и вылить на сковороду. Добавить мелко нашинкованную морковь и лук, еще раз перемешать и подержать на огне еще несколько минут.
3. За минуту до готовности очищенный и мелко нарезанный оставшийся апельсин и кружок ананаса добавить к мясу.
4. Украсить блюдо зеленью и ломтиками ананаса.

## 143. Говядина «Гусарская печень»

- Говядина – 1½ кг
- масло растительное – 100 мл
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- лук репчатый – 2 шт.
- перец молотый
- соль – по вкусу
- сыр – 50 г
- хлеб белый без корки – 300 г
- желтки – 2 шт.

1. Кусок говядины без костей отбить, посолить, поперчить и обжарить в масле, поливая выделившимся соком. Подрумянившуюся говядину надрезать глубоко наискось и переложить фаршем.
2. **Приготовление фарша:** лук мелко порубить, добавить сливочное масло, натертый на мелкой терке сыр, черный перец, соль, желтки и мякиш белого хлеба, предварительно измельченный. Все тщательно перемешать и нафаршировать жаркое.
3. Положить в сотейник, облить соком, оставшимся от жарки мяса, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 30 мин.

## 144. Говядина-филе с маринованными грибами

- Говядина – 1½ кг
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- сельдерей черешковый – 2 черешка
- черный перец душистый – 10 горошин
- бульон – 200 мл
- лист лавровый – 5 шт.
- мука – 1 ст. ложка
- масло растительное – 2 ст. ложки
- грибы маринованные – 75 г
- соль – по вкусу

1. Говядину посолить. Луковицу, морковь, сельдерей нашинковать, положить в сотейник, добавить говядину, растительное масло, лавровый лист, бульон и запекать 2 ч в духовке при 245 °С.
2. Готовое мясо разложить по тарелкам. В мясной сок, оставшийся от запекания, добавить маринованные грибы и муку, вскипятить и подавать вместе с говядиной.

## 145. Телятина, запеченная под белым соусом

- Телятина – 1 кг
- масло топленое – 1 ст. ложка
- бульон – 500 мл
- сыр тертый – 50 г
- соль и перец – по вкусу

### Для белого соуса:

- мука – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- молоко – 2 стакана

### Для гарнира:

- вермишель – 250 г
- масло сливочное или растительное – 70 г
- соль – по вкусу

1. Вынуть кости из телятины, свернуть мякоть рулетом, обвязать прокипяченным шпагатом, посолить, полить растопленным маслом и поставить на противне в духовку. Когда телятина зарумянится со всех сторон, подлить бульон и продолжать жарить до мягкости. Часто поливать телятину образующимся соком. С готовой телятины снять шпагат, нарезать рулет наискось тонкими ломтиками поперек волокон. Каждый ломтик смазать белым соусом. Сложить из намазанных ломтиков такой рулет, каким он был до нарезки. Сложенный таким образом рулет положить на продолговатое эмалированное блюдо, обмазать со всех сторон оставшимся соусом, посыпать тертым сыром и подрумянить в духовке. К рулету подать жареную вермишель.
2. **Приготовление белого соуса.** Прогреть муку с маслом на сковороде, развести ее горячим молоком, посолить и проварить, помешивая, чтобы соус сильно загустел.

3. **Приготовление вермишели.** Сырую вермишель быстро пожарить на сковороде в масле, непрерывно помешивая. Поджаренную вермишель

сложить в кастрюлю, залить подсоленным кипятком так, чтобы вода покрывала вермишель на 2 пальца, размешать вилкой и довести до готовности.

## 146. Телятина с укропом

- Телятина – 600 г
- масло топленое – 80 г
- укроп – 200 г
- соль
- перец

Телятину нарезать тонкими ломтиками и обжарить на масле. Зелень укропа промыть и крупно нарезать. На сковороде с растопленным маслом положить слой укропа, потом слой телятины, посыпать перцем, снова положить укроп, сбрызнуть маслом, закрыть крышкой и поставить в духовку на 15–20 мин.

## 147. Телятина на грибной подушке

- Телятина – 1 кг
- грибы свежие – ½ кг
- сливки – 300 мл
- лук репчатый – 200 г
- сыр – 100 г
- соль – по вкусу

Телятину промыть, нарезать порционными кусками по 200–250 г, замочить в сливках на 1–2 ч. Грибы свежие (шампиньоны или любые другие съедобные грибы) перебрать, промыть, нарезать крупными кусками. Мелкие грибы можно не нарезать, используя их целиком. Лук репчатый (лучше брать лук сладких сортов) очистить и мелко нарезать. Сыр натереть на мелкой терке. На сковородку или противень уложить слой подготовленных грибов, затем слой репчатого лука, посолить и посыпать все тертым сыром, уложить сверху вымоченные в сливках куски телятины и поместить все в духовку, разогретую до 200 °С. После появления на кусках телятины румяной корочки полить мясо сливками (оставшимися после вымачивания телятины), снизить температуру духовки до 180 °С и запекать еще 40–50 мин, после чего мясо можно сразу подавать к столу.



## 148. Телятина жареная со сладким картофелем

- Телятина – 500 г
- яблочный сок
- сладкий картофель – 500 г
- соль
- зелень по вкусу

1. Нарезать телятину небольшими кусочками, обжарить, уложить в сотейник и залить яблочным соком, тушить до готовности, посолить.
2. Сладкий картофель очистить, нарезать на кусочки и обжарить в сливочном масле: жарится он быстро. Подавать горячим, украсив зеленью. Отдельно подать любой соус.

## 149. Рулеты из говядины, фаршированные грибами

- Говядина – 1 кг
- лук репчатый – 1 шт.
- шпик соленый – 150 г
- соленые или отварные грибы – 100 г
- шпик – 50 г
- масло топленое – 2 ст. ложки
- грибной отвар или вода – 1–1½ стакана
- мука – 1 ст. ложка
- сметана – 1–2 ст. ложки
- томатный соус
- соль
- перец
- зелень петрушки

1. Говядину разрезать на порционные куски, отбить, каждый кусок посыпать солью и перцем, нашинкованным луком и грибами, шпиком, зеленью петрушки, завернуть рулетиками и обвязать ниткой. Рулетики подрумянить в разогретом масле, подлить воду или отвар и тушить до готовности. Если грибов или лука оказалось больше, чем требовалось, их также следует положить в соус.
2. Готовые мясные рулеты вынуть, нитки удалить. В отвар, где тушились рулеты, добавить муку и томат-пюре, прокипятить, в конце положить сметану.
3. Подать к столу на отдельном блюде. Соус налить в соусник. Гарнировать жареным или отварным картофелем, тушеными овощами.

## 150. Поджарка сборная

- Говядина – 150 г
- свинина – 150 г
- колбаса – 100–150 г
- шпик – 120 г
- лук репчатый – 2 головки
- яйца – 2–3 шт.
- молоко – 100 мл
- картофель – 600 г
- огурцы или помидоры
- зелень

1. Поджарку можно приготовить из остатков различных мясных продуктов. Поджарить свиной шпик, нарезанный кубиками, добавить нашинкованный репчатый лук и дать ему слегка подрумяниться.
2. Положить на ту же сковороду нарезанные небольшими ломтиками говядину и свинину, вареную колбасу.
3. На обжаренные мясные продукты уложить ломтики сваренного в мундире и очищенного картофеля, залить смесью сырых яиц с молоком и запечь в духовом шкафу.
4. Отдельно к блюду подать огурцы или помидоры, поджарку посыпать укропом или петрушкой.

## 151. Мясо, жаренное с черникой и сельдереем

- Говядина, свинина или баранина - 500 г
- черника - 100 г
- сок 1/2 лимона
- сельдерей (корень или черешки)
- соль

1. Любое мясо (говядину, свинину или баранину) – котлетную часть или вырезку – обжарить с двух сторон, перед подачей к столу посолить.
2. В промытые ягоды черники добавить сахарный песок и лимонный сок, поставить на огонь, довести до кипения и подать к свежееобжаренному мясу.
3. Отдельно обжарить на растительном масле корень или черешки сельдерея и подать как гарнир вместе с черникой.

## 152. Бүженина

Свиней кололи перед Рождеством. Свинное мясо солилось или коптилось, и ветчина употреблялась на зимние щи; а голова, ноги, кишки, желудок подавались свежими в разных приготовлениях, как то: голова под студнем, с чесноком и хреном; из кишок делали колбасы, начиняя их смесью мяса, гречневой каши, муки и яиц. Русские в старину любили свинину, кажется, более, чем теперь.

**М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»**

- Свиной окорок без кости – 2,5–3,2 кг
- чеснок – 5–6 зубчиков
- свежий корень имбиря – кусочек длиной 3–4 см
- соль – 1 ст. ложка
- свежемолотый черный перец – 2 ч. ложки
- коричневый сахар – 1 ч. ложка
- масло растительное – 1–2 ст. ложки
- горчица – 1 ст. ложка

1. Подготовить свинину. Вымыть окорок, зачистить (тонкий слой жира можно оставить) и обсушить бумажными полотенцами. Зубчики чеснока очистить. Корень имбиря очистить и вымыть. Нарезать чеснок и имбирь тонкой соломкой длиной около 1 см.
2. В небольшой мисочке смешать соль, свежемолотый черный перец и коричневый сахар. Добавить растительное масло и тщательно перемешать ложкой до образования кашицы.
3. Кончиком тонкого острого ножа глубоко проколоть свинину и повернуть его. Поместить в отверстие немного масляной смеси, затем кусочек чеснока или имбиря. Так же нашпиговать весь окорок. Если на свинине есть слой жира, надрезать его ромбами. Оставшуюся масляную смесь смешать с горчицей и натереть всю поверхность куска, тщательно втирая в надрезы.
4. Обвязать свиной окорок кулинарной нитью, формируя аккуратный кусок. На дно просторной миски положить решетку или перекрещенные палочки для еды, уложить мясо, прикрыть тканевой салфеткой и поставить в холодильник на 24–48 ч.
5. Разогреть духовку до 220 °С. Установить решетку в нижнюю треть духовки. На дно глубокой жаровни поместить несколько скрепленных палочек для еды, сверху выложить мясо. Запекать 15 мин. Убавить температуру духовки

до 180 °С. Продолжать запекать буженину из расчета 30 мин на каждые 500 г мяса плюс еще 30 мин на кусок. За время запекания несколько раз полить свинину жидкостью со дна жаровни.

6. Достать буженину из духовки и прикрыть фольгой. Оставить на 20 мин. Снять фольгу, дать полностью остыть. Подавать буженину, нарезав тонкими ломтиками, с горчицей, хреном.

## 153. Горячая буженина

- Кусок свиной шейки весом 3–3½ кг
- чеснок – 1 головка
- молотая паприка
- соль
- свежемолотый черный перец

### Для подачи:

- малосольные огурцы
- хрен
- горчица

1. Разогреть духовку до 250 °С. Очистить чеснок и нарезать вдоль небольшими брусочками.
2. Удалить с шейки все пленки, обсушить мясо бумажными полотенцами. Нашпиговать его чесноком. Делать это при помощи длинного острого ножа: вводить нож перпендикулярно поверхности, затем, не вынимая, поворачивать на 90° – и в образовавшееся отверстие вкладывать брусочек чеснока.
3. Когда весь чеснок закончится, натереть мясо со всех сторон солью и перцем и уложить на решетку, установленную в противне.
4. В противень влить 2 стакана воды. Через 15 мин уменьшить температуру до 160 °С и запекать 2–2,5 ч, при необходимости подливая воду.
5. Перед подачей мясо, вынутое из духовки, прикрыть куском фольги и дать ему постоять 20 мин. Подавать буженину горячей, с малосольными огурцами и хреном или горчицей.
6. Оставшуюся буженину держать в холодильнике завернутой сначала в бумагу для запекания, а потом в пленку – так она простоит до 5 дней, делаясь все вкуснее и вкуснее.

## 154. Поросенок запеченный

– Поросенок есть? – с таким вопросом обратился Чичиков к стоявшей бабе.

– Есть.

– С хреном и со сметаной?

– С хреном и со сметаной.

– Давай его сюда!

Н. В. Гоголь, «Мертвые души»

- Потрошенный молочный поросенок весом 4–5 кг – 1 шт.
- бренди – 100 мл
- грибы белые сухие – 50 г
- гречка – 1 стакан
- масло растительное – 1 ст. ложка
- говяжья печенка – 250 г
- куриная печенка – 250 г
- лук репчатый – 2 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- бекон – 150 г
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- вино белое сухое – 100 мл
- бульон мясной – 400 мл
- яйца – 2 шт.
- топленое сало – 50 г
- черный перец свежемолотый
- соль

1. Ошпарить поросенка, поскоблить, опалить горелкой. Промыть, обсушить. Начав с ребрышек, аккуратно подрезая, удалить из него все косточки, оставив только в ножках. Натереть изнутри солью и перцем, зашить брюшко толстой нитью, но не до конца. Положить поросенка в поддон, натереть бренди и поставить в холодильник на 8–10 ч.
2. Для фарша грибы замочить в кастрюле в 400 мл горячей воды на 20 мин. Затем довести до кипения, сразу же откинуть на дуршлаг, грибной бульон процедить, грибы промыть и крупно нарезать.
3. Гречку обжарить, помешивая, в кастрюле с толстым дном в растительном масле, влить кипящий грибной бульон. Довести до кипения, поперчить и добавить соль. Варить на небольшом огне без крышки 20 мин.
4. Говяжьё и куриную печенку нарезать небольшими кусочками. Лук и чеснок измельчить. Так же нарезать бекон и обжарить на среднем огне в сливочном масле 4 мин.
5. Положить печенку и готовить 5 мин. Вынуть печенку шумовкой на блюдо. В этой же сковороде обжарить лук до золотистого цвета. Добавить чеснок и грибы, готовить 3 мин.
6. Влить 100 мл вина и готовить до полного выпаривания жидкости. Влить бульон, довести до кипения и гото-

вить на сильном огне 6 мин. Вернуть в сковороду бекон и печенку.

7. Еще раз довести до кипения, снять с огня и дать остыть. Добавить готовую гречку и слегка взбитые яйца, приправить солью и перцем и тщательно перемешать.
8. Нафаршировать подготовленного поросенка фаршем. Сделанный разрез за-

шить до конца и закрепить нитку. Положить поросенка на противень швом вниз, тщательно смазать всего салом.

9. Накрыть фольгой и готовить в разогретой до 200 °С духовке 1,5 ч. Снять фольгу, обмотать ее кусочками уши и пяточок, облить поросенка оставшимся вином и готовить еще 1 ч.

## 155. Рулет из свинины, фаршированный черносливом

- Свинина, филе – 400 г
- яблоко – 1 шт.
- чернослив без косточек – 70 г
- сливочное масло – 40 г
- сливки –  $\frac{1}{2}$  стакана
- вода или бульон – 1 стакан
- крахмал
- соль

1. Филе разрезать вдоль, отбить, положить на него размягченный чернослив и яблоки, нарезанные тонкими дольками.
2. Подготовленное мясо скатать по длине куска в виде рулета и крепко обвязать ниткой.
3. Получившийся рулет обжарить в сильно разогретом жире, посолить, добавить воду или бульон и тушить до готовности.
4. Крахмал развести в сливках и влить в соус.
5. Рулет освободить от нитки, нарезать ломтиками толщиной 1,5–2 см, полить соусом и подать с картофелем.

## 156. Рулет из свинины с зеленью

- Свинина – 1–1,2 кг
- шпикат – 500 г
- зелень укропа и эстрагона – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1–2 головки
- луковая шелуха – 1–2 горсти
- перец черный (горошек) – 8–10 шт.
- соль – по вкусу

1. Свинину мясную с жировыми прослойками нарезать на широкие пласты, уложить на стол шкурой вниз, посолить по всей поверхности и посыпать крупно растолченными горошинами черного перца. Зелень промыть, нарезать и равномерно распределить по пластам свинины, затем их туго свернуть в рулеты и обвязать суровыми нитками либо плотно завернуть в чистую марлю.
2. Луковую шелуху залить водой, положить туда же крупную луковицу и черный перец, довести до кипения, опустить в раствор сформированные рулеты и варить их до готовности на медленном огне около 2 ч. Вынув из отвара, рулеты обвалять в толченом чесноке, смешанном с черным молотым перцем, поместить между двумя досками, сверху положить гнет и выставить на холод. Подавать в холодном виде.

## 157. Свинина, тушенная в квасе

- Свинина – 600 г
- квас хлебный – 2½ стакана
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- масло сливочное – 50 г
- лавровый лист
- перец горошком
- гвоздика
- соль

1. Репчатый лук нашинковать. Чеснок мелко порубить. Мясо положить в кастрюлю, добавить лавровый лист, перец, гвоздику, нашинкованный лук, нарубленный чеснок, залить квасом, выдержать 1 ч на холоде. Растопить масло. Мясо вынуть из маринада, обсушить, натереть солью и жарить на противне в духовке до готовности, поливая маслом и выделяющимся соком. Нарезать готовое мясо на куски, положить в глубокую сковороду, полить квасом, в котором мясо мариновалось, довести до кипения и снять с огня.
2. Подать с печеным картофелем. Отдельно подать хрен и соленые огурцы.

**ГОРЯЧИЕ БАЮДА ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И ДИЧКИ**

- Для маринада:**

- йогурт натуральный – 100 г
- соль – 10 г
- мускатный орех – 3 г
- черный молотый перец – 5 г
- зернистая горчица – 10 г

- 127



8. Чтобы вкус праздничной свинины был еще более ярким, можно заметить половину чернослива курагой, добавить изюм или клюкву. Если

не любите сочетание мяса и сухофруктов, то можно положить в разрезы вместе с сыром кружки помидоров.

## 159. Свинина в духовке

- Филейная часть свинины – 2 кг
- чеснок – 6–7 зубчиков
- молотая сладкая паприка –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- сушеный можжевельник – 4 ягоды
- сушеный розмарин –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- гвоздика – 2 бутона
- кориандр –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- перец чили хлопьями –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- растительное масло – 1 ст. ложка
- соль, свежемолотый перец – по вкусу
- мед – 1 ч. ложка
- горчица – 1 ч. ложка
- оливковое масло – 1 ч. ложка

1. Подготовить свинину для запекания. Вымыть ее и обсушить бумажными полотенцами. Зубчики чеснока очистить. Крупные нарезать длинными ломтиками, мелкие оставить целыми.
2. Приготовить пряную смесь для свинины. Сладкую паприку, можжевельник, розмарин, гвоздику, кориандр и перец чили хлопьями сложить в ступку. Растереть пестиком. Добавить масло и перемешать.
3. Свинину выложить на стол. Тонким ножом сделать в мясе глубокие проколы. Вставить в них половину зубчиков чеснока. Перевернуть мясо на другую сторону и нашить оставшимся чесноком.
4. Свинину натереть солью, затем смазать пряной масляной смесью со всех сторон. Завернуть в пищевую пленку и оставить при комнатной температуре на 1–1,5 ч.
5. Духовку нагреть до 200 °С. Со свинины снять пищевую пленку и завернуть мясо в фольгу. Выложить на противень и запекать в течение 3,5–4 ч. К столу подать горячим.
6. Когда запеченная свинина будет почти готова, достаньте ее из духовки, осторожно разверните фольгу сверху и смажьте мясо смесью меда, горчицы и оливкового масла (1:1:1). Запекайте еще 10 мин в открытом виде.

## 160. Свинина, фаршированная клюквой

- Свинина (лопатка) – 2–3 кг
- клюква или другие ягоды – 200 г
- чеснок, перец черный (горошек) – по вкусу

1. Кусок мяса вымыть холодной водой, сделать в нем глубокие надрезы. В углубления положить клюкву, бруснику или зерна граната, соединенные с давленным чесноком и перцем горошком.
2. Сверху смазать свежееотжатым ягодным соком и поставить на несколько часов для маринования.
3. Запекать в духовке при температуре 200–220 °С 10 мин, затем – при температуре 150 °С в течение 1–1,5 ч. Блюдо готово, если при прокалывании мяса появляется прозрачный сок.

## 161. Свинина с брусничным соусом

- Мякоть свинины одним куском – 2 кг
- красное сухое вино – 250 мл
- мед – 2 ст. ложки
- свежий корень имбиря – 30 г
- молотая корица –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- свежемолотая смесь четырех перцев – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

### Для соуса:

- брусника – 500 г
- красное сухое вино – 100 мл
- сахар – 100 г

1. Приготовить маринад для свинины. Влить в небольшую миску красное сухое вино. Добавить мед и тщательно перемешать, чтобы получилась смесь однородной консистенции.
2. Корень имбиря очистить и натереть на мелкой терке. Добавить в миску с вином и медом. Всыпать молотую корицу и смесь перцев. Посолить по вкусу. Еще раз тщательно перемешать.
3. Мякоть свинины вымыть и хорошо обсушить бумажными полотенцами. Обмазать мясо со всех сторон получившимся маринадом. Завернуть в фольгу и убрать в холодильник на 2–4 ч.
4. Духовку нагреть до 200 °С. Выложить подготовленную свинину на противень и запекать 10 мин. Затем нагрев духовки уменьшить до 160 °С. Запекать свинину 1,5 ч.

5. Раскрыть фольгу. Запекать свинину еще 30 мин, чтобы верх подрумянился. Достать мясо из духовки. Выделившийся в фольгу сок аккуратно слить в сотейник. Верх куска свинины снова прикрыть фольгой и оставить в теплом месте на 15 мин.
6. Пока мясо «отдыхает», приготовить брусничный соус. В выделившийся из мяса сок добавить вино. Варить

на среднем огне до тех пор, пока объем не уменьшится на две трети.

7. Бруснику вымыть, обсушить и разделить пополам. Одну часть измельчить в блендере вместе с сахаром до состояния пюре. Соединить с содержимым сотейника. Добавить оставшиеся ягоды брусники и перемешать. Подать соус со свининой.

## 162. Поросенок фаршированный холодный

- Поросенок весом от 2,6 до 3,2 кг

### Для начинки:

- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- булочки сдобные – 2 шт. (100 г)
- яйца – 2 шт.
- очищенные несоленые фисташки – 50 г
- вареная формовая ветчина – 200 г
- филе курицы или индейки – 600 г
- соль – 20 г
- молотый белый перец – 10 г
- орех мускатный – 1 шт.
- желатин – 30 г
- бульон куриный – 2 стакана
- майонез – 500 г
- лист лавровый – 2 шт.
- морковь – 2 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- перец сладкий – 2 шт.

### Для украшения и гарнира:

- маслины
- мини-кукуруза
- сладкий перец
- петрушка
- помидоры
- соленья
- грибы

1. Понадобятся острый нож, большая широкая кастрюля (поросенок должен помещаться в ней целиком), блюдо для подачи, миска для ланспика, миска для фарша, марля (1,5 м в длину), пищевая пленка, поварской шпагат или льняная нитка, поварская кисть, выемки для кондитерских изделий.
2. Поросенка опалить над газовой горелкой, стараясь не повредить кожу. Затем ополоснуть и промыть его под струей холодной воды. Замочить в холодной воде на 3 ч. Это позволит избавиться от специфического запаха, кожа станет белой, а мясо – нежно-розовым. Поросенка вынуть из воды и обсушить бумажным полотенцем снаружи и внутри.
3. Положить поросенка на спинку, острым ножом сделать разрез от брюшка до головы. Распластать тушку на столе. Вырезать все доступные кости: ребра, хребет, бедренные и лопаточные. При этом старайтесь не повредить кожу. Конечно, это требует определенного навыка. Главный секрет – вести ножом вдоль кости.

4. После этого срезать часть мяса в области холки и окорочков. Срезанное мясо поросенка и куриное филе трижды пропустить через мясорубку. Срезать у сдобных булок корки и замочить хлебный мякиш в молоке на пару минут. Слегка отжать и добавить в фарш. Хлеб добавляется для того, чтобы начинка была более мягкой.
5. Вбить в фарш яйца. Еще раз пропустить массу через мясорубку. Добавить соль, 4 щепотки белого перца. На терке натереть немного мускатного ореха – он придаст пикантности и отобьет специфический запах поросенка. Перемешать, вновь пропустить через мясорубку. Влить молоко и размешать.
6. Формовую ветчину нарезать кубиками со стороной 1 см, положить в фарш. Добавить фисташки, перемешать. Можно добавить и зелень, но после варки она побуреет и будет не очень аппетитно выглядеть на разрезе. А вот хорошие фисташки даже после термической обработки сохранят свой яркий зеленый цвет.
7. Расстелить марлю, сложенную вдвое, сверху положить пищевую пленку. На нее спинкой вниз положить поросенка. Хорошенько посолить и поперчить внутреннюю поверхность. Выложить фарш и равномерно его распределить. Поросенка сложить и подогнуть ему ножки. Плотно обернуть пленкой, затем марлей.
8. При варке поросенок будет деформироваться, поэтому, используя шпагат, надо обвязать поросенка способом «петля» (так же обвязывают колбасы). Шпагат не надо затягивать сильно, так как потом на коже поросенка останутся вмятины. Положить «кулек» с фаршированным поросенком в большую кастрюлю (можно использовать рыбный котел вытянутой формы).
9. Туда же положить косточки, лавровый лист, сладкий перец, морковь и луковицы. Можно добавить корень петрушки или сельдерея. Залить водой, крепко посолить, довести до кипения. Варить при среднем кипении в течение 2 часов. Остудить до комнатной температуры, не вынимая из бульона. Поставить в холодильник на 12 ч.
10. Желатин залить стаканом холодной воды. Подготовить украшение. Используя выемки для кондитерских изделий, вырезать фигурки из сладкого перца, маслин. Нарезать поперек мини-кукурузу, нарвать листики петрушки. Вынуть поросенка из бульона. Аккуратно срезать шпагат, снять марлю и пищевую пленку. Мордочку оформить маслинами.
11. В горячий куриный бульон ввести набухший желатин. Тщательно размешать. Небольшое количество полученного желе (ланспика) оставить для украшения. В оставшуюся часть ввести майонез, соль и перец. Размешать до однородности. Полученной смесью с помощью кисти равномерно обмазать всего поросенка несколько раз. Поставить в холодильник на 20 мин.
12. Достать поросенка. Каждую деталь рисунка сначала макать в чистый ланспик, затем выкладывать на поросенка. Полить остатками ланспика. Поставить поросенка в холодильник на 15 мин. Вокруг готового поросенка выложить гарнир.

## 163. Бараний бок с кашей

... – Возьмите барана, – продолжал он, обращаясь к Чичикову, – это бараний бок с кашей! Это не те фрекасе, что делаются на барских кухнях из баранины, какая суток по четыре на рынке валяется! Это все выдумали доктора немцы да французы, я бы их перевешал за это! Выдумали диету, лечить голодом! Что у них немецкая жидкостная натура, так они воображают, что и с русским желудком сладят! Нет, это все не то, это все выдумки, это все... – Здесь Собакевич даже сердито покачал головою. – Толкуют: просвещение, просвещение, а это просвещение – фук! Сказал бы и другое слово, да вот только что за столом неприлично. У меня не так. У меня когда свинина – всю свинью давай на стол, баранина – всего барана тащи, гусь – всего гуся! Лучшие я съем двух блюд, да съем в меру, как душа требует. – Собакевич подтвердил это делом: он опрокинул половину бараньего бока к себе на тарелку, съел все, обгрыз, обсосал до последней косточки.

Н. В. Гоголь, «Мертвые души»

- Ребрышки бараньи – 1,2–1,4 кг
- крупа гречневая – 300 г
- лук репчатый – 4 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- масло топленое – 100 г
- соль
- свежемолотый черный перец
- соленые огурчики для подачи

1. Раздавить, очистить и как можно мельче порубить чеснок. Смешать с 2 ст. ложками масла, солью и перцем, натереть бараньи ребрышки со всех сторон. Дать помариноваться при комнатной температуре 1 ч.
2. Разогреть духовку до 140 °С. Положить баранину на застеленный пергаментом противень, закрыть фольгой, поставить в нижнюю треть духовки на 1,5 ч.
3. Очистить лук и нарезать средними кусочками. Нагреть оставшееся масло в большой кастрюле, положить лук, обжаривать 10 мин.
4. Добавить гречку и соль, обжаривать, помешивая, 2–3 мин, затем залить кипятком так, чтобы гречка была покрыта на 4–5 см. Довести до кипения, закрыть крышкой и поставить в духовку к баранине на 25–30 мин. Подавать бараний бок с гречкой и солеными огурцами.

## 164. Баранья лопатка запеченная

Жаркое или жареные кушанья были: верченые, шестные, печеные, сковородные. Баранина составляла самый обычный вид мясных кушаньев в скоромные дни, с весны до поздней осени. Домострой научает, как поступить с бараньим мясом: купив целого барана, облупить его и распределить на несколько частей его мясо: грудинка давалась на уху или щи; лопатки или почки – на жареное; крюки подавались к взварам. Ножки начинялись яйцами; рубец кашей; печенку иссекали с луком и, обернув перепонкою, жарили на сковороде; легкое приготавливали со взболтанным молоком, мукою и яйцами. Из головы вынимали мозги и делали из них особую похлебку, или соус с пряностями, а из густо сваренной с бараньим мясом ухи, ставя ее на день, приготавливали холодный студень.

М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»

- Баранья лопатка – 1–1½ кг

### Для маринада:

- кинза – 1 большой пучок
- чеснок – 2 зубчика
- цедра целого лимона и сок ½ лимона
- масло растительное – 100 мл
- паприка – 1 ч. ложка
- корица – 1 ч. ложка
- перец острый – ½ ч. ложки
- кумин – 1 ч. ложка
- кориандр – 1 ч. ложка
- соль – 1 ч. ложка
- черный перец молотый – 1 ч. ложка

1. За сутки-двое до приготовления засолить лопатку, положить мясо в сухой контейнер, накрыть пищевой пленкой; отправить в холодильник.
2. За час до приготовления извлечь мясо из холодильника, чтобы оно согрелось. Для приготовления маринада взбить все ингредиенты в блендере до однородности.
3. Разогреть духовку до 230 °С. Если вы заранее солили мясо, делать этого больше не нужно. Поставить противень в разогретую духовку на средний уровень и запекать при 230 °С примерно 15 мин. За это время появится прекрасная золотистая корочка.
4. Как только она даст о себе знать, полить мясо маринадом, снизить температуру до 130–180 °С и запекать до внутренней температуры мяса 60° (использовать кулинарный термометр со щупом) примерно 2 ч. Не поливайте маринадом сразу, потому что при такой высокой температуре зелень и специи в нем начнут гореть.
5. Мясу всегда нужно дать отдохнуть. В это время распределятся соки, и мясо доберет еще несколько градусов. Необходимо извлечь противень из духовки и накрыть неплотно фольгой примерно на 10 мин. Плотно заворачивать не нужно, иначе корочка размягчится.

## 165. Жаркое из баранины в горшочке по-шүшенски

- Баранина молодая – 300 г
- бульон мясной –  $\frac{1}{2}$  стакана
- масло топленое – 2 ст. ложки
- морковь – 1 шт.
- петрушка, корень – 1 шт.
- сельдерей, корень – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- лук репчатый – 1 шт.
- рубленая зелень петрушки и укропа – 2 ст. ложки
- лист лавровый
- отварной картофель
- сметана

1. Мясо промыть, обсушить, порубить на 6 кусков.
2. Картофель, лук, морковь, корни и чеснок очистить. Картофель, морковь и корни нарезать кубиками, лук – кольцами, чеснок измельчить. Обжарить в масле по отдельности картофель, лук и морковь до золотистого цвета.
3. Разогреть на сковороде 1 ст. ложку масла и обжаривать в нем мясо с обеих сторон по 5–7 мин, до образования румяной корочки. Обжаренные мясо, картофель, лук, морковь положить в керамический горшок.
4. Добавить рубленые корни петрушки и сельдерея, соль, перец, лавровый лист, влить немного бульона.
5. Поместить в духовку, разогретую до 180 °С, и готовить 30 мин. За 10 мин до окончания приготовления залить жаркое сметаной, посыпать чесноком и мелко рубленой зеленью.
6. Подавать с салатом из свежих овощей, солеными огурцами и квашеной капустой.

## 166. Оленина, шпигованная рябиной

- Мясо – 2–2½ кг
- ягоды рябины – 500 г

### Для маринада:

- яблочный сок – 200 мл
- водка – 50 г
- сахарный песок – 50 г

1. Ягоды рябины промыть и пробланшировать. Подготовленное мясо и ягоды мариновать двое суток.
2. На поверхности маринованного куска оленины сделать карманы, распределив их равномерно на расстоянии 2–3 см друг от друга. Карманы плотно наполнить маринованными ягодами рябины. Оставшимся маринадом обмазать нашпигованное мясо, обернуть его двумя-тремя слоями пищевой фольги (или бумаги) и запечь в духовке.
3. Таким же образом можно приготовить шпигованное рябиной мясо лося, косули, кабана и др.

## 167. Мясо с картофелем в горшочке

- Мясо любое – 200 г
- морковь – 50 г
- лук репчатый – 50 г
- картофель – 300 г
- перец черный – 4–5 горошин
- лавровый лист – 1 шт.
- соль – по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать кусочками и обжарить на сковороде в собственном жире или любом другом, если оно нежирное. Измельченную морковь пассеровать вместе с кольцами лука. Уложить в горшочек сначала обжаренное мясо, затем пассерованные овощи и сверху очищенные и промытые картофелины небольшого размера. Если клубни крупные, разрезать их на 4 части. Наполнив горшочек, залить его содержимое кипящей водой, добавить соль, перец и лавровый лист, накрыть крышкой и тушить в духовке до готовности. При подаче к столу добавить сверху измельченную зелень укропа или петрушки и любой томатный соус либо нарезанные ломтиками свежие томаты с размятыми 2–3 зубчиками чеснока.
2. Для этого блюда рекомендуется использовать разваривающиеся сорта картофеля.



## 168. Телятина с грибами в горшочке

- Телятина – 200 г
- грибы свежие – 100 г
- лук репчатый – 50 г
- масло сливочное – 50 г
- сметана – 50 г
- соль – по вкусу

Свежие грибы, лучше шампиньоны, перебрать, промыть, нарезать кусочками, лук очистить и нашинковать, соединить и пассеровать на сливочном масле. Телятину промыть, нарезать кусочками, уложить в горшочек, сверху – пассерованные грибы и лук. Все залить кипящей водой, посолить и поставить в духовку, разогретую до 200 °С, накрыв крышкой, на 30 мин. Затем добавить столовую ложку сметаны и тушить еще 3 мин при той же температуре.

## 169. Кролик в хлебном соусе

- Кролик весом 1½ кг с печенкой, сердечком и почками
- черствый белый хлеб – 3 средних куска
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 5 зубчиков
- петрушка – 7 веточек
- растительное масло
- щепотка молотой корицы
- соль
- свежемолотый черный перец
- бренди или коньяк – 3–4 ст. ложки

1. Кролика обсушить бумажными полотенцами и разрезать на порционные куски. Натереть их солью и перцем. Печенку разрезать на 3–4 части.
2. Хлеб положить в миску, полить питьевой водой комнатной температуры и оставить на 10–15 мин. Затем слить воду, если она не вся впиталась.
3. Очистить и мелко порубить лук и чеснок. Мелко нарезать петрушку, удаляя жесткие нижние концы стеблей. Лук обжарить в растительном масле в кастрюле с толстым дном до мягкости, 5 мин.
4. Добавить в кастрюлю чеснок, петрушку, корицу, соль, печенку и остальные потрошки, замоченный хлеб. Потушить на среднем огне 5–7 мин. Взбить соус прямо в кастрюле погружным блендером в относительно однородную массу (не взбивайте в гладкое пюре, иначе соус будет значительно менее интересным на вкус).
5. Налить в чистую сковороду 2–3 ст. ложки растительного масла, обжарить куски кролика до золотистого цвета

со всех сторон, переложить в кастрюлю, добавить бренди, немного подержать на огне, помешивая, чтобы выпарился алкоголь и остался только аромат бренди.

6. Влить в соус 150 мл питьевой воды, посолить, поперчить. Накрыть крышкой и тушить, время от времени помешивая, 30–40 мин (при необходимости добавляйте еще воды). Подавать кролика горячим.

## 170. Кролик, жаренный с пряностями

- Кролик – 1 тушка
- перец черный молотый
- чеснок
- зелень укропа
- сок лимонный или яблочный

1. Тушку кролика разрезать на куски, пересыпать перцем черным крупного помола, чесноком, зеленым укропом. Смочить куски лимонным или яблочным соком и дать мясу промариноваться в холодном месте 6 ч. Уложить куски на противень, облить сливочным растопленным маслом или кроличьим жиром и зажарить в духовке при 200 °С.
2. Подавать горячим с вишней свежей или маринованной. У вишни надо удалить косточки.

## 171. Заяц шпигованный с яблоками

- Тушка зайца (около 3 кг)
- шпик – 100 г
- масло для жарки
- соль
- пряности и яблоки по вкусу

**Для маринада:**

- уксус
- вода
- соль
- специи

1. Тушку зайца нашпиговать тонкими полосками шпика с помощью заостренной палочки, которой сделать проколы в мышцах. Перед шпигованием зайчатину хорошо выдержать около 1 ч в маринаде.
2. Тушку разделить на 4–6 частей, натереть солью и жарить в открытой гусятнице в горячей духовке до появления румяной корочки. При необходимости добавить сливочное масло или свиной жир. Обжаренную зайчатину разделить на порции, уложить в посуду с крышкой, добавить мясной сок от жарки, антоновские яблоки и тушить около 50 мин в духовке. Вместо яблок можно взять капусту.

## 172. Курица в сливочно-горчичном соусе

- Лук репчатый – 2 шт.
- чеснок – 2 больших зубчика
- бекон сырокопченный – 100 г
- бедро куриное – 8 шт.
- масло топленое – 1–2 ст. ложки
- вермут или херес – 50 мл
- куриный бульон или вода – 150 мл
- тимьян – 5 веточек
- горчица зернистая – 2 ст. ложки
- белый винный уксус – 1 ст. ложка
- сливки жирностью 22–35 % – 200 мл
- соль
- свежемолотый перец

1. Лук разрезать на 4 части и нарезать тонкими ломтиками. Чеснок порубить. Бекон нарезать кубиками. Курицу посолить со всех сторон.
2. Растопить 1 ст. л. масла в большом сотейнике, обжарить курицу со всех сторон до золотистой корочки. Переложить на тарелку. Если нужно, добавить еще масла, всыпать лук, бекон и чеснок и обжарить до золотистого цвета.
3. Вернуть в сотейник курицу, влить алкоголь, выпарить его в течение минуты. Влить бульон или воду. Добавить листья тимьяна, поперчить, накрыть крышкой и готовить на медленном огне до готовности курицы, примерно 25 мин.
4. Снять крышку, добавить горчицу, уксус, влить сливки. Аккуратно перемешать, чтобы горчица разошлась в сливках. Довести до кипения, уменьшить огонь и уварить соус до консистенции жидкой сметаны. Попробовать, если нужно, еще посолить и поперчить.

## 173. Курица в сметане

- Курица весом 1,2–1,4 кг – 1 шт.
- мука – 80 г
- топленое масло – 3 ст. ложки
- молодой чеснок – 1 головка
- укроп – 150 г
- зеленый лук – 100 г
- питьевая вода – 250 мл
- сметана 30–40% – 250 г
- соль
- свежемолотый черный перец

1. Подготовить курицу для жарки и тушения в сметане. Вымыть тушку, слегка обсушить бумажным полотенцем и разрезать большим ножом на порционные куски. Посолить и поперчить по вкусу.
2. Куски курицы обвалять в муке. Разогреть большую сковороду, добавить топленое масло и распустить его. Положить куски курицы и обжарить со всех сторон до корочки. Переложить в кастрюлю или сотейник с толстым дном.
3. Чеснок очистить и разделить на дольки. Каждую раздавить плоской стороной ножа. Зеленый лук и укроп вымыть. Лук нарезать колечками, укроп – мелко порубить.
4. Куски курицы в кастрюле или сотейнике посыпать чесноком и зеленым луком. Влить очень горячую воду и довести до кипения. Затем емкость закрыть и тушить курицу 30 мин на слабом огне.
5. В сковороду или сотейник с курицей добавить сметану и укроп. Посолить и поперчить по вкусу. Перемешать и тушить без крышки на слабом огне еще около 15 мин.
6. Готовую курицу, тушенную в сметане, разложить по порционным тарелкам и сразу же подавать к столу. На гарнир можно предложить отварной картофель.
7. Вместо целой курицы вы можете подобным образом тушить в сметане только окорочка, голени или грудки. В последнем случае положите побольше сметаны, так как эта часть птицы содержит очень мало жира.

## 174. Курица, фаршированная грибами

- Курица – 1 шт.
- шампиньоны свежие – 500 г на 1 кг куриного мяса
- соль – по вкусу

Подготовленную тушку курицы (выпотрошенную, ошипанную, опаленную) промыть холодной водой, разрезать нижнюю часть тушки вдоль по грудинке от шеи до огузка. Шампиньоны промыть, удалив пленку с нижней части шляпки, треть грибов пожарить целиком на растительном масле, оставшиеся сырые грибы нарезать тонкими пластинками, посолить по вкусу и начинить ими куриную тушку. «Захлопнув» нафаршированные грибами половинки, поместить тушку на 40 мин в духовку, нагретую до 200 °С. Зажаренную фаршированную тушку курицы подать на блюде, обложив ее жареными шампиньонами. К такой курице можно подать чесночный, сметанно-грибной или сметанно-чесночный соус.

## 175. Курица фаршированная

- Курица
- хлеб белый – 150 г
- молоко или сливки – 100 мл
- масло сливочное – 50 г
- яйца – 2 шт.
- соль
- перец
- мускатный орех

1. С курицы осторожно снять кожу через шейку или гузку. Кончики ножек отрезать вместе с косточкой, крылышки отрезать целиком изнутри и стянуть кожу как чулок. Если кожа порвалась – зашить нитками.
2. Для фарша мякоть курицы нарезать на куски, пропустить через мясорубку, добавить мякиш пшеничного хлеба, размоченного в молоке или сливках, и пропустить еще раз через мясорубку с частой решеткой. В измельченную массу добавить размягченное масло, сырое яйцо, молоко, соль, перец, мускатный орех и перемешать. В фарш можно также положить фисташки и измельченные грибы.



3. Нафаршировать кожу приготовленным фаршем, перевязать концы и положить в посуду.
4. Варить курицу в небольшом количестве бульона в закрытой посуде на сла-

бом огне. Время варки фаршированной курицы – 35–40 мин на 1 кг фарша.

5. Фаршированную курицу можно после припускания полить маслом и обжарить в жарочном шкафу.

## 176. Куриные шейки фаршированные

1. С куриных шеек снять кожу «чулком» вместе с жиром, зашить с одной стороны суровой ниткой или заколоть зубочисткой, чтобы получился мешочек.
2. Плотно наполнить его начинкой и затем зашить с другой стороны. Подготовленные шейки пожарить на сковороде или запечь в духовке.
3. По этому рецепту можно фаршировать шейки любой птицы.

*Поскольку шейки птицы имеют разную длину и объем, мы не приводим количественное соотношение ингредиентов для начинки.*

### Начинка из куриных потрошков и репчатого лука

Куриные потрошки (желудочки, сердце, печень) отварить до готовности или пожарить и мелко порубить. Лук репчатый наре-

зать и обжарить. Зелень сельдерея измельчить. Все смешать и посолить по вкусу.

### Начинка из куриных желудочков с рисом

Куриные желудочки отварить до готовности и пропустить через мясорубку. Рис промыть и отварить до готовности (по объему его в начинке должно быть втрое меньше, чем желудочков). Лук репчатый мелко нарезать и обжарить. Все соединить, добавить сырое куриное яйцо, посолить и поперчить по вкусу, тщательно перемешать.

### Начинка из куриных потрошков и зелени

Куриные потрошки отварить до готовности, мелко нарезать, смешать с пережаренным куриным жиром. Зелень шпината и укропа промыть и мелко нарезать. Все соединить, посолить по вкусу и перемешать.

## 177. Курица по-двински в горшочке

- Курица весом  $1\frac{1}{2}$  кг – 1 шт.
- куриный бульон –  $\frac{1}{2}$  л
- морковь – 2 шт.
- соль
- перец
- нарезанная петрушка – 3 ст. ложки
- масло растительное – 3 ст. ложки
- лук репчатый – 2 шт.

### Для лапши и теста:

- желток для смазывания
- мука – 2 стакана
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- соль
- яйца – 2 шт.
- разрыхлитель – 1 ч. ложка

1. Приготовить лапшу. Взбить 1 яйцо с 2 ст. ложками холодной воды и щепоткой соли, добавить 1 стакан просеянной муки. Замесить крутое тесто. Накрыть влажной салфеткой и оставить на 25–30 мин. Затем раскатать на присыпанной мукой поверхности в тонкий пласт, сложить в несколько раз и нарезать тонкой соломкой. Разложить на полотенце или бумаге и оставить на час, чтобы лапша подсохла.
2. Приготовить тесто для лепешек. Растворить щепотку соли в 3 ст. ложках воды, добавить оставшееся яйцо и размягченное сливочное масло, как следует взбить. Всыпать оставшуюся просеянную муку и разрыхлитель. Вымесить тесто, накрыть и отставить на 30 мин.
3. Курицу вымыть, обсушить. Удалить кожу, мясо нарезать кусочками. В сковороде разогреть 2 ст. ложки масла. Обжарить куски курицы до образования золотистой корочки, 15 мин. Разложить равными порциями по горшочкам.
4. Морковь и лук очистить, нашинковать тонкой соломкой, обжарить в той же сковороде, где жарилась курица, положив оставшееся масло, 7 мин. Добавить к курице.
5. Бульон довести до кипения. Разложить по горшочкам лапшу и петрушку, добавить соль и перец по вкусу. Залить горячим бульоном.
6. Тесто скатать в колбаску, нарезать ломтиками. Раскатать каждый ломтик в лепешку, накрыть горшочки. Смазать тесто желтком. Поставить в разогретую до  $180^{\circ}\text{C}$  духовку на 20 мин.

## 178. Томленное в молоке куриное филе

- Филе куриное – 1 шт.
- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- соль
- специи для курицы – 2 ст. ложки

1. Филе зачистить от пленок и видимого жира, промыть под проточной водой и промокнуть бумажным полотенцем. Смешать соль со смесью специй для курицы. Филе обвалить в специях, прижимая руками, чтобы специи покрыли мясо ароматной корочкой полностью.
2. Молоко влить в сотейник и довести до кипения. Аккуратно переложить в молоко филе и дать молоку снова закипеть. Досчитать до 30 (!) и выключить огонь. Если филе достаточно крупное, варить его не дольше 1 мин. Накрыть кастрюлю крышкой и укутать в плед, создав эффект термоса. Когда молоко полностью остынет (2–3 ч), достать филе и обсушить бумажным полотенцем. Мясо готово к нарезке.

## 179. Цыпленок на фруктовых веточках

- Цыпленок – 2 шт. по 1 кг
- лимоны – 2 шт.
- масло растительное
- сухой чесночный порошок
- морская соль
- веточки любых плодовых деревьев

Приготовить для цыплят соляной раствор: отмерить столько воды, чтобы она покрыла тушки полностью в емкости. На каждый литр воды добавить 25 г соли и 2 г чесночного порошка, перемешать до растворения. Положить цыплят в рассол, прижать тарелкой и поставить в холодильник на 12 ч. Разогреть духовку до 205 °С. Обсушить цыплят и обжарить на растительном масле со всех сторон до золотистой корочки. В брюшко каждого цыпленка вложить лимон. Выложить промытые веточки на противень, уложить цыплят. Запекать 45 мин. Когда они будут готовы, осторожно поджечь ветки, погасить огонь и закрыть духовку (открыв форточку). Дайте постоять минимум 15, а лучше 30 мин. Подавать, вынув лимоны и разрезав цыплят для подачи.



## 180. Цыпленок с вишневой подливой

- Цыпленок весом 1,2 кг – 1 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- перец черный молотый –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- масло растительное – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу
- сухой тимьян –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки

### Для подливы:

- лист лавровый – 2 шт.
- сахар – 100 г
- горошины черного перца – 10 шт.
- свежая или замороженная вишня – 200 г
- красное сухое вино – 125 мл.

1. Цыпленка вымыть, обсушить и разрезать на 4 части. Лук очистить и крупно нарезать. Чеснок очистить и измельчить. Смешать в миске растительное масло, чеснок, тимьян, молотый перец и соль.
2. Натереть получившейся смесью куски цыпленка, положить на противень кожей вверх и поставить в разогретую до 220 °С духовку на 15 мин.
3. Приготовить подливу. Вишню вымыть. Сделать на каждой ягоде несколько проколов иголкой. Сложить вишню в кастрюльку.
4. В небольшом сотейнике смешать вино, 100 мл воды и сахар. Довести до кипения и влить кипящий сироп в сотейник с вишней.
5. Добавить горошины перца, лавровые листья. Еще раз довести на среднем огне до кипения. Удалить лавровые листья.
6. Уменьшить температуру духовки до 200 °С. Цыпленка полить выделившимся соком, разложить вокруг лук и вернуть в духовку еще на 30 мин. Подавать с вишневой подливой.

## 181. Фаршированные куриные окорочка

Окорочка промыть, сделать сверху и снизу надрезы-кармашки, уложить в них примерно по 1 ч. ложке приготовленной начинки. Фаршированные окорочка запечь в духовке на противне, поливая их выделяющимся при запекании жиром. Если курица нежирная, то следует добавить сливочное либо растительное масло.

Для фарширования куриных окорочков можно использовать следующие смеси:

- Курага или изюм – 1 часть
- ядра грецких орехов – 1 часть
- зелень петрушки – 1 часть
- зелень кориандра – 1 часть
- Лук репчатый – 1 часть
- сыр твердый – 1 часть
- морковь – 1 часть
- перец горький красный – по вкусу

Зелень промыть и очень мелко нарезать, соединить с ядрами толченых орехов и мелко нарезанной курагой, тщательно перемешать, добавив немного воды.

Морковь вымыть и очистить, мелко нарубить, лук очистить и нашинковать. Снять с курицы лишний жир, нарезать мелкими кусочками, смешать с измельченными овощами, сыром и горьким перцем. Вместо стручкового можно использовать красный молотый перец.

## 182. Рулет из курицы, запеченный в духовке

1. Разделанную тушку курицы (очищенную, выпотрошенную, опаленную и промытую) разрезать со стороны спинки и освободить от костей.
2. Не нарушая целостности, разложить тушку на столе шкуркой вниз, покрыть лимонным соком по всей поверхности и распределить на ней ровным слоем начинку, посолить и поперчить по вкусу.
3. Свернуть в рулет, завернуть в фольгу и запечь в духовке.
4. Для такого блюда лучше подходит жирная курица. Если курица недостаточно жирная, то в начинку необходимо добавить сливочное масло.
5. Рулет из курицы можно приготовить, не заворачивая в фольгу. Его надо обвязать толстой нитью и во время запекания 2–3 раза полить выделяющимся на противень жиром и соком.

## 183. Начинки для ролета из курицы (весом 1–1½ кг)

### **Начинка шпинатная**

- Шпинат – 500 г
- зелень петрушки – 100 г
- чеснок – 1 головка
- соль – по вкусу

Зелень промыть и мелко нарезать. Чеснок разобрать на зубчики, очистить от шелухи, растолочь, смешать с измельченной зеленью, посолить по вкусу.

### **Начинка ореховая с репчатым луком**

- Лук репчатый – 300 г
- орехи грецкие очищенные – 200 г
- куркума – ½ чайной ложки
- перец черный (горошек) – 5 шт.

Лук репчатый очистить, мелко нарезать и обжарить на курином жире, снять с огня, добавить куркуму, крупномолотый черный перец и раздробленные ядра грецких орехов, перемешать. Репчатый лук можно заменить луком-пореем. Такая начинка получается более сочной и вкусной.

### **Начинка из черешкового сельдерея и лука-порея**

- Сельдерей черешковый – 500 г
- лук-порей – 300 г
- перец черный (горошек) – по вкусу
- соль – по вкусу

Черешковый сельдерей и лук-порей вымыть, стебли нарезать на длинные куски, соответствующие распластанной тушке курицы, обжарить их на курином жире или растительном масле с двух сторон, уложить на тушку, посыпать крупномолотым черным горьким перцем, посолить.

### **Начинка из шампиньонов**

- Шампиньоны – ½ – 1 кг
- масло сливочное – 100 г

Шампиньоны свежие перебрать, промыть, нарезать ломтиками, пожарить на сливочном масле или в курином жире, посолить и перемешать.

### **Начинка из вешенок быстромаринованных**

- Вешенки – 500 г
- укроп (зелень) – 50 г
- лимонный сок – 2 ст. ложки
- соль и перец черный молотый – по вкусу

Свежие вешенки промыть, мелко нарезать, полить лимонным соком, добавить зелень укропа, поперчить, посолить, выдержать не менее 15–20 мин.

## 184. Шейка куриная фаршированная

Шейки куриные промыть, удалить оставшиеся «пенечки» от перьев, снять с них кожу «чулком» вместе с жиром, зашить с одной стороны суровой ниткой, чтобы получился мешочек. Плотнo заполнить мешочек начинкой и затем зашить с другой стороны. Подготовленные шейки пожарить на сковороде или запечь в духовке. По этому рецепту можно фаршировать шейки любой другой птицы.

В связи с тем, что шейки птицы имеют разную длину и объем, мы не приводим

здесь точную рецептуру фаршей, а предлагаем хозяйке взять соотношение продуктов по желанию.

### Начинка из куриных потрошков с картофелем

Куриные потрошки промыть, мелко нарезать, пережарить на курином жире. Картофель вымыть, очистить, натереть на терке, смешать с жареными потрошками и куриным жиром, посолить и поперчить по вкусу.

## 185. Запеканка из птицы с грибами

- Индейка или курица – 1 кг
- грибы свежие – 1 кг
- лук репчатый – ½ кг
- яйца – 3 шт.
- соль, перец черный – по вкусу

1. Обработанную тушку индейки или курицы нарезать крупными кусками и запечь в духовке до готовности.
2. Отделить мясо от костей и пропустить через мясорубку.
3. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
4. Грибы перебрать, промыть, нарезать пластинками и пожарить на растительном масле.
5. Яйца взбить миксером.
6. Соединить провернутое мясо, жареный лук и грибы, залить все взбитой яичной массой, посолить и поперчить, тщательно перемешать.
7. Приготовленной массой наполнить формы и запечь в духовке, нагретой до 200 °С.

## 186. Утка, запеченная с яблоками

«Утки, гуси, цапли и другие птицы, как то: лебеди, журавли, тетерева, рябчики, куропатки, жаворонки тоже шли в пищу. Утки во щах и жареные. Гуси шестные начинались гречневой кашей и подправлялись говяжьим салом; из гусей готовили полотки, которые ели зимою с хреном и уксусом. Гусиные потроха шли в уху или в особые кушанья под взварами. Рябчики, тетерева и куропатки – кушанья зимние, обыкновенно подавались: первый – приправленный с молоком; прочие жареные со сливами и другими плодами. Люди во всякое время считали их изысканным блюдом: их подавали под взваром с топешками, то есть изрезанными ломтиками, опущенными в коровье масло; потроха лебязьи, как и гусиные, подавались под медвяным взваром, иногда же с говядиной, или в пирогах и перепечах».

М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»

- Тушка утки весом около 2½ кг – 1 шт.
  - чеснок – 4 зубчика
  - лимонный сок – 2 ст. ложки
  - мед – 2 ст. ложки
  - масло растительное – 4 ст. ложки
  - зеленые яблоки – 7–8 шт.
  - тимьян – 2–3 веточки
  - соль, свежемолотый черный перец – по вкусу
1. Подготовить все ингредиенты блюда. Тушку утки вымыть и срезать лишний жир, затем хорошо обсушить бумажными полотенцами. Чеснок очистить и пропустить через пресс.
  2. В миску налить лимонный сок, затем перемешать его с медом и растительным маслом. Добавить чеснок, пропущенный через пресс, посолить, поперчить и перемешать.
  3. Получившейся чесночно-масляной смесью смазать тушку утки. Переложить в миску или кастрюлю подходящего размера, затянуть пленкой и оставить мариноваться в течение часа при комнатной температуре.
  4. Духовку нагреть до 150 °С. Яблоки вымыть, хорошо обсушить и разрезать на четвертинки. Из каждой удалить семена. Мякоть яблок нарезать тонкими ломтиками.
  5. Утку достать из миски. Поместить в брюшко веточки тимьяна и 6–8 ломтиков яблок. Отверстие зашить кулинарной нитью или скрепить маленькими деревянными шпажками.
  6. Уложить тушку утки спинкой вниз в жаропрочную форму. Влить около 150 мл горячей питьевой воды.

Накрыть фольгой и запекать 1 ч. Затем нагрев духовки увеличить до 180 °С. Фольгу снять. Вокруг утки

разложить оставшиеся яблоки, полить жидкостью из формы и запекать около 30 мин.

## 187. Утка без костей, фаршированная кашей

- Утка весом 3–4 кг
- гречневая крупа отваренная – 450 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- масло сливочное – 50 г
- масло растительное
- соль
- свежемолотый черный перец

1. Избавить утку от костей: вывернуть кожу на тушке со стороны шеи и лишнюю кожу срезать. Положить утку на спинку и маленьким острым ножом сделать надрез по центру грудки до кости.
2. С двух сторон от грудины острым коротким ножом обрезать мясо вокруг костей. Удалить вилочковую косточку: обрезать ее коротким острым ножом со всех сторон и с силой вырвать.
3. Продолжать обрезать мясо вокруг костей, вынимая скелет, пока не дойдете до суставов, где бедра и крылья крепятся к туловищу. Провернуть суставы, чтобы они четко прорисовались под кожей, а затем рассечь их изнутри.
4. Положить тушку горловиной к себе и осторожно отпилить верх хребта от кожи. Аккуратно, чтобы не рассечь кожу (на спинке утки практически нет мяса), отделить хребет от кожи на спинке. В конце рассечь хребет со стороны хвоста и вынуть скелет.
5. Для приготовления начинки лук мелко нарезать, морковь крупно натереть. Обжарить лук в разогретом растительном масле 3–4 мин, затем добавить морковь и жарить все вместе, пока морковь не станет мягкой, а лук не подрумянится, 10 мин.
6. Утку изнутри натереть солью и перцем. Смешать гречку с морковью и луком, добавить сливочное масло. Начинить этой смесью утку и зашить.

до 180 °С духовке примерно 1 ч или чуть дольше.

- Утка – 1 шт.
- крупа перловая – ½ стакана
- лук репчатый – 1 шт.
- сушеные белые грибы – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу



## 189. Фаршированный гусь с яблоками

Рахманов имел качества, которыми обладает не всякий: тонкий вкус и умение есть приготовленные блюда. Особенно много у него было приложено старания к приготовлению домашней птицы; его цыплята, индейки кормлены были особенной кашей с трюфелями, а гуси после выкормки для увеличения печени подвергались различным истязаниям; их сажали перед пылающими каминами, где они обгорали почти заживо. Налимов для этой же цели травил аршинными голодными жуками и т. д.

М. И. Пыляев, «Старое житье»

- Гусь весом  $2\frac{1}{2}$  кг – 1 шт.
- картофель – 800 г
- лук-порей (белая и зеленая части) – 1 стебель
- чеснок – 5 зубчиков
- масло сливочное –  $2\frac{1}{2}$  ст. ложки
- листики свежего тимьяна – 1 ст. ложка
- петрушка нарезанная – 1 ст. ложка
- тертая цедра 2 лимонов
- свежемолотый черный перец
- соль

### Для яблочного гарнира:

- средние яблоки – 6 шт.
- клюква – 100 г
- ягодный сироп – 100 мл
- масло сливочное –  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки
- коричневый сахар демерара – 2 ч. ложки

1. Подготовить овощи для фарша. Картофель очистить, нарезать кусками и отварить до готовности.
2. Лук-порей промыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде половину сливочного масла и обжарить в нем лук-порей, 8 мин. Добавить тимьян, чеснок и готовить 1 мин.
3. Слить воду с картофеля и размять в пюре с оставшимся сливочным маслом. Смешать пюре с обжаренным луком-пореем, петрушкой, лимонной цедрой. Посолить, поперчить по вкусу.
4. Разогреть духовку до  $220^{\circ}\text{C}$ . Нафаршировать гуся подготовленной массой, разрез закрепить деревянными зубочистками. Ножки перевязать бечевкой. Если осталась лишняя начинка, сохранить ее для гарнира. Натереть тушку солью и перцем. Выложить на смазанный жиром противень. Запекать 30 мин, после чего снизить температуру духовки до  $180^{\circ}\text{C}$  и готовить еще 2 ч, время от времени поливая гуся выделяющимся соком.
5. Запечь яблоки. Смешать в миске клюкву и ягодный сироп. Острым ножом снять с яблок «крышечки» и вырезать сердцевину, оставив тонкие стенки.
6. Заполнить яблоки клюквенной смесью, сверху положить по кусочку

сливочного масла и посыпать сахаром. Накрыть «крышечками» и запекать 20 мин при температуре 170 °С, до мягкости.

7. Вынуть гуся из духовки и дать постоять 20 мин. Затем переложить на большое сервировочное блюдо, вокруг разместить печеные яблоки.

## 190. Гусь в карамельной глазури

- Гусь весом 3–4 кг
- корни (морковь, пастернак, сельдерей, лук и т. п.) – 1 кг
- соль

### Для глазури:

- сахар коричневый – 150 г
- вода – 100 мл
- мед – 2 ст. ложки
- сладкий крепкий ликер типа куантро или наливка – 2 ст. ложки

1. Наколоть кожу гуся, не протыкая мясо, посолить со всех сторон внутри и снаружи за двое суток и держать в холоде. Если времени мало, засолить гуся за несколько часов до запекания и оставить при комнатной температуре.
2. Разогреть духовку до 160 °С. Очистить корни и нарезать кусками. Выложить корни на противень, на них положить гуся, налить столько горячей воды, чтобы она почти закрыла корни, но не касалась гуся. Неплотно накрыть фольгой весь противень и поставить в разогретую духовку. Через час фольгу снять и запекать почти до готовности. Определить готовность можно так: проколите мясо тонким ножом и посмотрите, какого цвета вытекающий сок, – он должен быть прозрачным, без примеси красного. Но лучше всего проверить готовность термометром – если внутри около 65 °С, гусь почти готов.
3. Пока гусь запекается, смешать в небольшом сотейнике все ингредиенты для глазури, довести до кипения, уменьшить огонь и варить до загустения 20–30 мин. Увеличить температуру духовки до 220 °С и смазывать гуся каждые 3–5 мин глазурью. Повторить эту процедуру 7–10 раз, пока гусь не станет блестящим, как леденец. Постарайтесь расходовать глазурь так, чтобы ее хватило на все заходы, поэтому наносите ее тонким слоем. Удобнее всего это делать силиконовой кисточкой.

## 191. Грудка гусиная с брусничным соусом

1. Грудки залить красным вином, лучше сухим или полусладким, или виноградным соком и промариновать в течение 3–4 ч. Затем выложить на сковороду (к маринаду можно добавить еще вина или сока) и тушить до готовности. Когда мясо станет мягким, посолить по вкусу и подать с горячим соусом, отдельно подать тушеную квашеную капусту (тушить ее надо на гусином жире).
2. В летнее время к гусю хорошо подать обжаренные помидоры (сначала их обжаривают, а при подаче к столу солят и перчат). Можно подать и жареный кольцами репчатый лук.

### Соус из брусники жгуче-сладкий

- Брусника бланшированная – 200 г
- сахарный песок – 50 г
- перец жгучий –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки

Все продукты хорошо перемешать и потомить на медленном огне 10 мин.

## 192. Индейка фаршированная

– Главное в обеде не рыба, не соусы, а жаркое. Вы какую птицу больше обожаете?

Товарищ прокурора сделал кислое лицо и сказал со вздохом:

– К несчастью, я не могу вам сочувствовать: у меня катар желудка.

– Полноте, сударь! Катар желудка доктора выдумали! Больше от вольнодумства да от гордости бывает эта болезнь. Вы не обращайтесь внимания и кушайте себе. Ежели, положим, подадут к жаркому парочку дупелей, да ежели прибавить к этому куропаточку или парочку перепелочек жирненьких, то тут про всякий катар забудете, честное благородное слово. А жареная индейка? Белая, жирная, сочная этакая, знаете ли, вроде нимфы...

– Да, вероятно, это вкусно, – сказал прокурор, грустно улыбаясь. – Индейку, пожалуй, я ел бы.

А. П. Чехов, «Сирена»

- Индейка – 4–4½ кг
- масло растительное
- сельдерей – 3 черешка
- перец горошком черный – 1 ст. ложка
- крупная морская соль
- перец красный острый чили – 1 шт.
- душистый перец горошком – 1 ст. ложка
- семена сельдерея – 1 ч. ложка
- масло сливочное

- семена кориандра – 1 ч. ложка

### Для начинки:

- лук репчатый – 2 шт.
- соль
- перец черный свежемолотый
- смесь риса басмати с диким рисом – 2 стакана
- полукопченые колбаски – 600 г
- шалфей – 4–5 веточек
- грудка не слишком жирная – 400 г

1. Отрубить у индейки нижние суставы ножек, удалить последнюю фалангу крыльев (во время запекания эти части подгорают). Внимательно осмотреть тушку – не остались ли где-нибудь неудаленные основания перьев.
2. Положить индейку в большую емкость, куда она свободно помещалась бы, и залить на 3 пальца холодной водой. Измерить количество жидкости и добавить соль из соотношения 1 ст. ложка соли (без горки) на 1 л воды.
3. Порубить сельдерей небольшими кусками, произвольно нарезать чили. Добавить в отмеренную воду сельдерей, чили, душистый и черный перец горошком, семена кориандра и сельдерея. Довести воду с солью и специями до кипения, варить 10 мин.
4. Остудить рассол до комнатной температуры. Положить индейку в рассол грудкой вниз, накрыть крышкой или пленкой, оставить в прохладном месте на 12–24 ч.
5. Для фарша залить рис 3 стаканами кипящей воды, добавить щепотку соли, довести до кипения и варить на среднем огне 15 мин. Снять с огня и остудить. Шалфей нарезать полосками, колбаски – кусочками длиной 2 см, грудинку и лук – небольшими кубиками.
6. Вытопить из грудинки жир на небольшом огне. Добавить лук, обжаривать, помешивая, 15 мин. Добавить колбаски, обжаривать еще 3–4 мин. Снять с огня, положить шалфей, смешать с рисом, приправить солью и перцем по вкусу. Полностью остудить начинку (при желании ее можно сделать заранее, за 1 день, и держать в холодильнике).
7. Вынуть индейку из рассола, обсушить, натереть оливковым маслом со всех сторон. Сначала довольно плотно нафаршировать индейку со стороны шеи, продвигая фарш как можно глубже внутрь кожного «мешка». Закрепить кожу металлической шпажкой, несколькими предварительно замоченными в воде зубочистками или зашить крепкими нитками.
8. В брюшко птицы тоже положить фарш, но уже немного, неплотно, чтобы внутри птицы мог циркулировать воздух и она хорошо прожарилась. Тщательно зашить отверстие крепкими нитками. Оставшуюся начинку переложить в жаропрочную форму.
9. Уложить индейку грудкой вниз на решетку, установленную в противне. Налить в противень 2 стакана воды. Накрыть всю конструкцию фольгой так, чтобы внутри мог циркулировать горячий воздух с паром. Поставить в разогретую до 230 °С духовку. Через 15 мин снизить температуру до 180 °С. Готовить 2,5 ч.
10. Вынуть противень с индейкой из духовки, снять фольгу, слить всю образовавшуюся в противне жидкость в форму с начинкой. Индейку смазать растопленным сливочным маслом и вернуть в духовку вместе с формой с начинкой. Запекать, смазывая маслом каждые 10–15 мин, до готовности, 30–45 мин.
11. Готовые индейку и начинку вынуть из духовки, накрыть фольгой и оставить «отдыхать» на 20–30 мин. Затем удалить нитки и выложить птицу на подогретое блюдо. Начинку выложить на отдельное подогретое блюдо (чтобы она не мешала разделке). Подавать все вместе.

## 193. Индейка с орехами

- Тушка индейки – 2–3 кг
- орехи грецкие или фундук – 200 г
- базилик или эстрагон свежие – 100 г (или сухая зелень – 5 г)
- вода – 100 мл
- мед

1. Подготовленную тушку индейки (тщательно промытую, очищенную от оставшихся перышек и «пеньков») натереть изнутри и снаружи солью, смешанной с измельченной зеленью.
2. Ядра грецких орехов (или фундука) пропустить через мясорубку или размолоть в кофемолке, смешать с водой, добавив мелкорубленную зелень базилика или эстрагона, посолить, тщательно перемешать или взбить миксером, чтобы получилась пастообразная масса.
3. В тушке индейки сделать с помощью ножа надрезы-кармашки, располагая их равномерно по всей ее поверхности, и наполнить их приготовленной ореховой пастой. Кармашки делаются в мякоти индейки и под кожей.
4. Фаршированную индейку с помощью кисточки обмазать медом и запечь в духовке на противне, периодически поливая выделяющимся соком.
5. К индейке хорошо подать запеченные в духовке яблоки, груши или сливы, маринованные овощи или фрукты.

## 194. Гречаники с индейкой

- Фарш индейки – 500 г
- гречневая крупа – 150 г
- лук репчатый – ½ шт.
- морковь – ½ шт.
- яйца – 2 шт.
- мука – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- соль
- перец молотый – по вкусу

### Соус:

- лук репчатый – 2 шт.
- морковь – 1 шт.
- сметана – 2 ст. ложки
- томатная паста – 1 ст. ложка
- вода – 150 мл
- масло растительное – 50 мл

1. Гречку отварить до готовности и остудить. Лук нарезать мелко, морковь натереть на терке, немного обжарить, добавить в фарш, также добавить яйца, отварную гречку, соль, специи и вымесить. Сформировать котлетки, обвалять их в муке и обжарить со всех сторон, буквально по паре секунд, чтобы схватились.
2. Для соуса лук нарезать полукольцами, морковь натереть на крупной терке, немного обжарить.
3. Добавить сметану и томатную пасту, разведенную водой, соль, перец, дать покипеть пару минут. На дно кастрюли положить пару ложек овощей из соуса, на них выложить гречаники и залить остальным соусом.
4. Тушить на среднем огне 30 мин.

## 195. Домашняя ветчина из индейки

Домашняя ветчина из индейки получится особенно вкусной, если за основу вы возьмете не большое филе, а несколько малых: они отличаются более нежной, деликатной текстурой.

- Филе индейки – 1½ кг
- яйца перепелиные – 20 шт.
- зеленый горошек замороженный – 50 г
- вода – 100 мл
- соль – ½ ч. ложки
- паприка – 1 ч. ложка
- перец черный молотый – 1 ч. ложка

1. Филе индейки вымыть и обсушить. Половину нарезать и измельчить в блендере или пропустить дважды через мясорубку. Оставшуюся часть нарезать небольшими кубиками.
2. Переложить готовый фарш и нарезанное мясо индейки в миску. Влить немного воды, добавить соль и хорошенько вымесить, чтобы вся влага впиталась в мясной фарш. Готовую смесь оставить в холодильнике на ночь.
3. В охлажденный фарш добавить специи, мороженный зеленый горошек, предварительно бланшировав его пару минут

в подсоленном кипятке, а затем погрузив в холодную воду. Перемешать, чтобы все ингредиенты равномерно распределились между собой.

4. Перепелиные яйца отварить в течение минуты, отключить огонь и оставить в кипятке еще на 1 мин. Затем переложить в холодную воду. Аккуратно очистить их от скорлупы. Половину фарша индейки распределить на жаропрочной пленке для запекания. По всей длине по центру выложить отваренные и очищенные от скорлупы перепелиные яйца.
5. Сверху по перепелиным яйцам распределить оставшийся фарш индейки. Ак-

куратно свернуть в тугой рулет и закрепить края пленки кулинарной нитью. Зафиксировать рулет эластичной сеткой (ее можно купить в аптеке).

6. Духовку разогреть до 90 °С. Запекать ветчину до температуры внутри рулета 80–85 °С (при наличии термометра). По времени это займет примерно 1,5 ч.
7. Низкая температура запекания позволит ветчине из индейки сохранить цвет и сочность. Готовому изделию следует дать остыть и затем убрать его в холодильник минимум на 3 ч.

## 196. Индейка с овощами на сковороде

- Филе бедра индейки – 800 г
- большой спелый помидор – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- красный сладкий перец – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное – 30 мл
- паприка молотая – 10 г
- молотый острый красный перец – 5 г
- соль – 7 г
- черный молотый перец – 5 г
- чеснок – 2–3 зубчика
- кинза – ½ пучка

1. Подготовить продукты для приготовления индейки с овощами на сковороде. Птицу вымыть, обсушить, а затем нарезать средними кусками, по 2–3 см. Приправить паприкой, солью, черным и красным перцем. Перемешать, чтобы специи впитались в мясо.
2. Луковицу очистить и мелко нарезать. Морковь очистить и нарезать соломкой. У сладкого перца удалить семена с плодоножкой, а мякоть также нарезать соломкой.
3. На сковороде с толстым дном разогреть растительное масло. Выложить индейку и жарить на среднем огне, помешивая, до появления румяной золотистой корочки.
4. Добавить в сковороду с мясом нарезанные лук, морковь, сладкий перец и тушить под крышкой, иногда помешивая, до готовности мяса, примерно 10–15 мин.
5. Помидор вымыть, обсушить и нарезать довольно крупными дольками. Выло-

6. Зубчики чеснока очистить и пропустить через пресс или мелко порубить. Кинзу

также вымыть, обсушить и измельчить. Сковороду снять с огня, добавить чеснок и зелень, перемешать и немедленно подавать, прямо в сковороде.

ГОРЯЧИЕ БАЮДА ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И ДИЧКИ

- Крупная голень индейки
- не меньше 1 кг
- натуральная мясная колбаска или сосиска – 1 шт.
- мясницкая соль из расчета 18 г на 1 кг продукта

- 159



## 198. Рябчик с орехами в сметане

В качестве жаркого чаще всего подавали птицу или дичь, причем и тут принято было, чтобы одно жаркое было из крупной, а другое – из мелкой птицы, например индейка и рябчики (гусь и утка вообще считались неаристократической пищей – но на столе Дурново появляются).

Ю. М. Лотман, Е. А. Погосян, «Великосветские обеды»

- Рябчики весом по 300–350 г каждый – 4 шт.
  - фундук жареный – 100 г
  - зелень (петрушка, укроп, кинза, тархун) – по 3–4 веточки
  - молоко, желательна жирностью 6 % – 1½ л
  - жирная сметана – 200 г
  - топленое масло – 3 ст. ложки
  - соль
1. Рябчиков положить в широкую кастрюлю, залить холодным молоком, поставить на слабый огонь и довести почти до кипения (но не кипятить!). Сразу вынуть рябчиков, дать стечь молоку. Это позволит рябчикам остаться сочными.
  2. Обсушить рябчиков бумажными полотенцами, натереть солью и перцем изнутри и снаружи. В сковороде разогреть масло, положить рябчиков и обжарить на среднем огне до золотистой корочки со всех сторон, 7–10 мин.
  3. Фундук порубить. Очень мелко нарезать зелень, большую часть смешать с фундуком и разложить внутри рябчиков, оставшейся зеленью посыпать их сверху.
  4. Положить рябчиков в жаропрочную форму, смазать сметаной и поставить в разогретую до 180 °С духовку. Жарить до готовности, 20–30 мин, часто смазывая рябчиков сметаной и поливая образующимся в форме соком. Перед подачей накрыть фольгой и дать рябчикам постоять 10 мин.

## 199. Рулет из мясного фарша с зеленью

- Фарш мясной – 1 кг
- манная крупа – 2 ст. ложки
- мангольд – 300 г
- зелень кинзы – 100 г
- чеснок – 1 головка
- перец черный молотый и соль – по вкусу

Молодые листья мангольда и зелень кинзы промыть в холодной воде. Чеснок очистить от шелухи и размять. Мясной фарш посолить и поперчить по вкусу, добавить в него манную крупу, тщательно перемешать и хорошо вымесить. Разложить ровным слоем (толщиной примерно в 2 см) на смазанный растительным маслом лист фольги. Поверх фарша равномерно уложить листья мангольда, зелень кинзы и размятый чеснок (можно добавить также измельченные ядра грецких орехов), свернуть все в рулет, обернуть фольгой и запечь в духовке.

## 200. Котлеты Пожарские

Эти нежнейшие котлеты воспел Пушкин в письме к Вяземскому. И не зря – котлеты необыкновенно нежные. Чтобы их приготовить, необходимо соблюдать определенную технологию – масло заранее замораживают в морозилке, фарш вымешивают вилкой и не отбивают, жарят котлеты на топленом масле или жире.

- Куриное мясо с целой курицы без кожи (грудка и пара ножек) – 800 г
  - черствый белый хлеб без корки – 200 г
  - сливки холодные – 200 мл
  - масло сливочное замороженное – 150 г
  - соль – 1½ ч. ложки без верха
  - замороженный белый хлеб для панировки – ½ батона
  - топленое масло для жарки
1. Хлеб нарезать кубиками, замочить в сливках на 10–15 мин, слегка отжать.
  2. Куриное мясо без кожи нарезать кубиками и дважды прокрутить через мясорубку. Во второй раз добавить замоченный в сливках хлеб.
  3. Фарш посолить. Поставить на миску с фаршем терку и натереть на крупной терке замороженное сливочное масло. Несколько раз останавливаться и перемешивать фарш вилкой. Поставить фарш на час в холодильник.
  4. Духовку разогреть до 160 °С. Замороженный хлеб натереть на крупной терке или измельчить в блендере (но не слишком сильно). Поджарить крошки в духовке.

5. Мокрыми руками сформовать овальные котлеты и обвалить в панировке.
6. В большой сковороде, подходящей для духовки, разогреть топленое масло и обжарить котлеты по 2–3 мин с каждой стороны до золотистой корочки.

Масла должно быть достаточно много. Переставить сковородку в духовку или переложить котлеты в форму для запекания и поставить в духовку на 15–20 мин, чтобы котлеты прогрелись внутри до 70 °С.

## 201. Котлеты классические

Самые что ни на есть классические котлеты. Готовьте и наслаждайтесь вкусом мяса!

- Говядина и свинина для фарша – по 250 г, или 500 г смешанного фарша
- лук репчатый – 1 шт.
- черствый белый хлеб без корок – 125 г
- соль – 10 г
- свежемолотый перец
- масло топленое

1. Лук порубить. Разогреть сковороду, добавить 1 ч. ложку топленого масла, пассеровать лук до прозрачности и легкого золотистого цвета. Дать остыть.
2. Черствый хлеб нарезать кубиками, залить холодной водой, чтобы она покрыла хлеб, оставить на 5 мин. Затем отжать.
3. Мясо нарезать кубиками со стороной 3 см. Прокрутить мясо через мясорубку с самой мелкой решеткой, чередуя с луком и хлебом. Фарш посолить, поперчить. Аккуратно перемешать вилкой или руками. Если вы используете готовый фарш, нужно аккуратно перемешать его с хлебом, луком, солью и перцем. Но лучше приготовить фарш самостоятельно, чтобы хлеб равномернее перемешался с мясом.
4. Накрыть миску пленкой и убрать в холодильник на 1,5–2 ч. Достать фарш из холодильника, еще раз перемешать вилкой и сформовать влажными руками круглые или овальные котлеты.
5. Разогреть духовку до 160 °С. Разогреть сковороду, подходящую для духовки. Добавить столько топленого масла, чтобы оно доходило до одной трети высоты котлет. Как только масло растает, можно класть первую котлету.

Выложите остальные котлеты. Каждую котлету чуть прижать посередине пальцем, чтобы они быстрее прожарились. Немного убавить огонь и обжарить котлеты с двух сторон до золотистой корочки.

6. Отправить сковородку в духовку примерно на 20 мин, пока котлеты не прогреются внутри до 65–70 °С. Готовые котлеты снять сразу со сковороды – не оставлять в жире! Дать «отдохнуть» несколько минут и подавать к столу.

## 202. Котлеты с тыквой

Кроме лука в котлеты можно добавить тыкву, кабачок, морковь, картофель.

- Мясо для фарша или готовый фарш (смешанный, свиной или говяжий) – 400 г
- тыква – 150 г
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- хлеб ржаной – 50 г
- вода или молоко – 150 мл
- сметана жирная – 40 г
- желток – 1 шт.
- соль – 1 ч. ложка
- масло топленое
- свежемолотый перец

1. Мясо нарезать небольшими кусочками. Овощи очистить и нарезать произвольными кубиками. С хлеба срезать корки и замочить в воде на 15–20 мин, затем отжать лишнюю влагу.
2. Перемолоть мясо с овощами и хлебным мякишем в мясорубке. Если вы используете готовый фарш, измельчить овощи и мякиш блендером и смешать с фаршем.
3. Добавить в фарш сметану и желток, посолить, поперчить, тщательно вымешать руками. Убрать фарш в холодильник на час.
4. Сформовать котлетки весом по 60–65 г. Разогреть духовку до 180 °С.
5. Хорошо разогреть сковородку, пригодную для духовки, на среднем огне. Добавить 1 ст. ложку топленого масла. Выложить котлеты на небольшом расстоянии друг от друга и готовить на умеренном огне по 7–10 мин с каждой стороны, до золотистой корочки.
6. Переставить сковородку в духовку и запекать 10–12 мин.

## 203. Котлеты по-владивостокски

- Фарш говядина/свинина – 600 г
- яйца – 5 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- масло сливочное – 150 г
- мука – 2 ст. ложки
- хлеб белый – 100 г (для крошки)
- масло топленое
- перец
- соль

1. В готовый фарш добавить измельченный пассерованный лук, яйца, перец, соль. Хорошо перемешать и сделать небольшие лепешки. В середину каждой положить по кусочку сливочного масла. Края защипать, придать котлетам овальную форму, обвалять в муке и поставить в холодильник на 15–20 мин. Затем обмакнуть во взбитые яйца, обвалять в крошке, приготовленной из черствого белого хлеба (без корки), и обжарить на топленом масле, пока не зарумянятся.
2. Готовое блюдо украсить зеленым горошком, зеленью, помидорами, подавать с жареным картофелем.

## 204. Котлеты куриные с подливой из щавеля

- Фарш куриный – 400 г
- хлеб белый без корки – 4 ломтика
- щавель – 1 пучок
- листья черемши – 1 пучок
- вино белое сухое – 200 мл
- петрушка измельченная – 1 пучок
- сливки жирностью 33% – 150 мл
- лук репчатый
- яйцо – 1 шт.
- соль
- молоко
- масло растительное

1. Лук очистить, очень мелко нарезать. Разогреть в сковороде немного растительного масла, добавить половину лука и обжарить до мягкости, 3 мин. Хлеб размочить в молоке, слегка отжать.
2. Смешать в миске куриный фарш, вымоченный в молоке хлеб, обжаренный лук и яйцо, приправить солью и перцем. Тщательно вымесить фарш.
3. Слепить из фарша круглые котлеты. Разогреть в сковороде 2 ст. ложки растительного масла. Обжарить котлеты до румяной корочки, по 4 мин с каждой стороны. Убавить огонь до минимума. Накрыть сковороду крышкой, поставить на край плиты.
4. Щавель, черемшу и петрушку вымыть, крупно нарезать. В сотейнике обжарить в небольшом количестве масла

5. Добавить зелень, готовить еще 3 мин.
6. Влить в подливу сливки, перемешать и варить, время от времени помешивая, 5 мин. Дать немного остыть,

7. Горячие котлеты выложить на блюдо, полить подливой.

- Мясо куриное – 1 кг
- шампиньоны – 500 г
- лук репчатый – 200 г
- соль – по вкусу
- растительное масло

1. Куриное мясо пропустить через мясорубку.
2. Лук репчатый очистить и нашинковать. Шампиньоны промыть и очень мелко нарезать.
3. Пассеровать подготовленный лук и грибы на курином жире, перемешать с фаршем, посолить по вкусу.
4. Из приготовленной смеси сформировать котлеты, обмакнуть их в кляр и жарить на растительном масле.
5. Для кляра 1 яйцо смешать с 1 ст. ложкой муки, добавить 2 ст. ложки воды и взбить все венчиком или миксером.

## 206. Котлеты из индейки на сковороде

- Филе индейки – 900 г
- масло сливочное – 120 г
- яйцо – 1 шт.
- сливки жирностью 33% – 200 мл
- масло растительное для жаренья – по необходимости
- тимьян – 1 веточка
- красный портвейн – 100 мл
- свежемолотый черный перец – по вкусу
- соль

1. Приготовить фарш для котлет. Филе индейки пропустить через мясорубку вместе с 80 г мягкого сливочного масла. Тщательно перемешать, чтобы получился фарш однородной консистенции.
2. Яйца слегка взбить со сливками венчиком. Добавить соль и свежемолотый черный перец. Перемешать. Получившуюся смесь влить в фарш из индейки. Перемешать. Можно еще немного посолить и поперчить.
3. Получившийся фарш вымешивать в течение 10 мин, периодически отбивая о рабочую поверхность. Чтобы он не прилипал к рукам, смачивать их холодной водой. Сформовать котлеты.
4. В большой сковороде нагреть растительное масло. Выложить котлеты и обжарить с обеих сторон до румяной корочки. Переложить на теплую тарелку и закрыть фольгой. Оставить на 5 мин.
5. Тимьян вымыть и обсушить. Оборвать с веточки листочки. В сковороду, где жарились котлеты, влить портвейн. Довести до кипения. Добавить тимьян и выпаривать на сильном огне до уменьшения объема на треть.
6. В сковороду добавить сливочное масло. Помешивая, держать на среднем огне, чтобы оно полностью растаяло. Немного посолить и поперчить. Котлеты разложить по тарелкам и полить получившимся соусом из сковороды.

## 207. Биточки в сметане

Биточки сначала были французским блюдом и носили название «медальоны». В России медальоны стали называть битками, и готовили их уже не из цельного куска мяса, а из рубленого, сохраняя прежнюю круглую форму. По рассказам историка русской кулинарии В. Похлебкина, чаще всего для биточков использовали баранину. Биточки томят в сливочном или овощном соусе, фаршируют сыром, грибами, вареными яйцами или овощами.

- Фарш говяжий – 300 г
- фарш свиной – 200 г
- соль – по вкусу
- черный молотый перец – по вкусу
- мука – 3 ст. ложки
- сметана 250 г
- масло растительное – 50 мл
- зелень – по вкусу

1. Смешать фарш с солью и перцем и разделить его в форме биточков диаметром 3–4 см.
2. Биточки обвалять в муке и обжарить в глубокой сковороде. Далее залить сметаной, накрыть крышкой и тушить в течение 5–7 мин.
3. Перед подачей к столу биточки полить соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

## 208. Черноморские биточки из барашка

- Баранина – 2 кг
- сало – 230 г
- лук репчатый – 180 г
- вода – 150 г
- соль
- перец – по вкусу
- кумин – 5 г
- масло растительное
- розмарин – 3 г
- чеснок – 5 г

1. Для биточков лук обжарить на сале и прокрутить через мясорубку вместе с бараниной, приправить солью и перцем. Добавить кумин, воду и хорошо отбить.
2. Сформировать биточки и обжарить на растительном масле с чесноком и розмарином.



## 209. Битки из отварной курицы с грибами со сливочным майонезом

- Курица – 1 шт.
- белые грибы или шампиньоны – 400 г
- масло сливочное – 100 г
- мука – 3 ст. ложки
- молоко – 2 стакана
- яйца – 5 шт.
- панировочные сухари – 2 стакана
- масло растительное для фритюра.

### Для майонеза:

- куриный бульон – 2 стакана
- желатин – 2 ст. ложки
- масло сливочное – 60 г
- желтки – 4 шт.
- сливки – 200 мл
- уксус и соль – по вкусу

1. Курицу отварить до полной готовности, разделить мясо от костей и кожи, нарезать мелкими кубиками.
2. Грибы очистить от земли, хорошо промыть, нарезать такими же кубиками, положить в кастрюлю, добавить 1 ст. ложку масла, 3–4 ст. ложки воды и на слабом огне тушить до готовности.
3. Приготовить густой соус бешамель из муки, масла и молока, уварив его до густоты манной каши. Добавить в соус 3 сырых желтка, мясо и грибы, хорошо вымешать и остудить.
4. Подготовленную массу разделить на битки, обвалять их в муке, затем в разболтанном яйце и сухарях.
5. Жарить во фритюре. Подавать со сливочным майонезом.
6. **Приготовление майонеза.** Желатин растворить, залив его предварительно  $\frac{1}{3}$  стакана холодного бульона и поставив на край горячей плиты. Затем смешать его с остальным горячим бульоном.
7. Туда же добавить горчицу, сливочное масло, желатин, соль – по вкусу. Перемешать все в кастрюльке и поставить на водяную баню, непрерывно помешивая до тех пор, пока масса не загустеет.
8. Снять с огня и мешать до тех пор, пока масса не остынет. Добавить по вкусу соль, уксус и в конце взбитые сливки.

## 210. Битки долгоруковские

- Фарш говяжий – 500 г
- масло сливочное – 50 г
- хлеб белый без корок – 200 г
- сливки –  $\frac{1}{2}$  стакана
- сухари панировочные – 150 г
- масло растительное – 250 мл
- соль
- перец – по вкусу

### Для начинки:

- мясо (вареное, копченое, жареное) – 250 г
- грибы отварные или слабосоленые – 50 г
- мука – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- бульон – 150 мл

1. Фарш пропустить через мясорубку, смешать с мелко порубленным сливочным маслом, вымоченным в сливках белым хлебом, посолить, поперчить.
2. Сформировать круглые битки, запанировать в сухарях и поджарить на сковороде в масле до готовности.
3. У готовых битков срезать верхушку и сделать в центре углубление. Начинить битки смесью рубленого мяса.
4. Смесью приготовить следующим образом: мясо порубить, добавить мелко рубленные грибы, сложить в кастрюлю.
5. Муку поджарить на сливочном масле 2 мин, развести бульоном и дать прокипеть 5 мин на сильном огне.
6. Мясо с грибами залить мучной бульонной смесью, дать прокипеть и остудить.
7. Начинить битки фаршем, поставить в духовку, разогретую до 260 °С, на 15–20 мин. Подавать со сметаной и рубленой зеленью.

## 211. Тефтели из птицы в грибной подливке

- Филе индейки или курицы – 600 г
- хлеб белый – 80 г
- молоко – 80 мл
- лук репчатый – ½ шт.
- масло растительное для жарки – 3–4 ст. ложки
- укроп – 3 веточки
- соль – по вкусу

### Для соуса:

- лук репчатый – ½ шт.
- лесные грибы – 400 г
- масло сливочное – 30 г
- мука – 2 ст. ложки
- сливки жирностью 20% – 4 ст. ложки
- куриный бульон – 240 мл
- белое сухое вино – 60 мл
- соль, свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Приготовить фарш для тефтелей. С ломтиков хлеба срезать корку, мякиш залить холодным молоком и оставить на 15 мин при комнатной температуре. Филе индейки пропустить через мясорубку с частой решеткой.
2. Половинку луковицы очень мелко нарезать. Добавить к индейке. Хлеб слегка отжать. Переложить к индейке с луком. Посолить по вкусу и тщательно вымесить фарш для тефтелей. Убрать в холодильник до использования.
3. Приготовить подливу. Половинку луковицы мелко нарезать. Грибы почистить и вымыть. Шляпки отделить от ножек и нарезать крупными ломтиками. Ножки нарезать небольшими кубиками.
4. Сливочное масло растопить в большой сковороде. Выложить в нее лук и подрумянить, помешивая, в течение 2 мин. Положить нарезанные ножки грибов. Жарить на слабом огне 5 мин.
5. Добавить шляпки грибов и посыпать мукой. Влить сливки, бульон и вино. Перемешать и довести до кипения на сильном огне. Затем уменьшить его до минимального и тушить 5 мин.
6. Из фарша сформовать тефтели размером чуть больше грецкого ореха. Выложить в грибной соус и тушить под крышкой 15–20 мин. Укроп вымыть, обсушить и порубить, удалив крупные стебли. Посыпать зеленью тефтели в подливке.

## 212. Жаркое из печени с водкой

- Бульон куриный – 1 кубик
- лук репчатый – 1 шт.
- острый красный перец – 1 шт.
- водка – 2 ст. ложки
- сладкий красный перец – 1 шт.
- лук зеленый – 100 г
- масло растительное – 1½ ст. ложки
- апельсин – 1 шт.
- печень куриная – 300 г

1. Печень вымыть, разрезать каждую пополам. Лук очистить, измельчить. Перцы вымыть, удалить сердцевину, мякоть нарезать полукольцами.
2. С апельсина снять теркой цедру, из мякоти выжать сок. Зеленый лук вымыть, обсушить и крупно нарезать наискосок.
3. Печень обжарить на растительном масле, 3 мин. Переложить на блюдо, накрыть, сохранять теплой.
4. Положить в эту же сковороду репчатый лук, сладкий и острый перец и готовить 2 мин. Добавить зелень, жарить 30 сек. Вернуть печень в сковороду.
5. Добавить цедру, 2 ст. ложки апельсинового сока, раскрошенный кубик куриного бульона и водку.
6. Готовить на сильном огне 2 мин. Снять с огня и сразу же подать к столу.

## 213. Бефстроганов из печени со сметаной и картофелем

- Куриная печень – 300 г
- картофель – 550 г
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 2 зубчика
- укроп – 1–2 веточки
- петрушка – 1–2 веточки
- масло растительное – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 60 г
- сметана жирностью 25–30 % – 150 г
- молоко – 70 мл
- соль, свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Для картофельного пюре очистить картофель и вымыть. Крупные клубни разрезать на половинки или четвертинки. Сложить в кастрюлю и залить горячей водой так, чтобы она полностью покрыла картофель. Довести до кипения и варить 20–25 мин.
2. Пока готовится картофель, приготовить бефстроганов. Куриную печень вымыть и обсушить бумажными полотенцами. Нарезать полосками. Лук очистить и разрезать пополам. Нарезать полукольцами.
3. Укроп и петрушку вымыть, затем хорошо обсушить бумажными полотенцами. Удалить грубые стебли. Оставшуюся зелень мелко нарезать. Зубчики чеснока очистить и порубить.
4. В сковороде с толстым дном и высокими стенками нагреть растительное масло. Положить куриную печень и жарить, помешивая, 5 мин. Добавить 30 г сливочного масла, лук и чеснок. Жарить 2 мин.
5. Добавить в сковороду к печенке сметану и половину измельченной зелени. Посолить, поперчить по вкусу и перемешать. Тушить на среднем огне 5 мин. Бефстроганов готов.
6. С картофеля слить воду и размять клубни толкушкой. Добавить горячее молоко и 30 г сливочного масла. Тщательно перемешать. Подать картофельное пюре вместе с бефстрогановом, посыпав оставшейся зеленью.

## 214. Телячьи мозги жареные

- Телячьи мозги – 500 г
- мука – 4 ст. ложки
- соль
- перец
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- уксус – 2 ст. ложки

1. В большой миске развести уксус в 1 л холодной воды, положить мозги и оставить на 2 ч.
2. В кастрюле вскипятить подсоленную воду. Мозги тщательно промыть, положить в кастрюлю и варить 7 мин. Переложить шумовкой на блюдо и дать немного остыть.
3. Нарезать мозги крупными кусками, обвалять в муке и обжарить в разогретом сливочном масле, по 4 мин с каждой стороны. Подавать с отварным или жареным картофелем и зеленым салатом.

## 215. Почки в горчице

- Почки говяжьи – 2 шт.
- говяжий бульон – 500 мл
- крупнозернистая горчица – 1 ст. ложка
- масло растительное – 2 ст. ложки
- лавровый лист – 1 шт.
- соль
- перец
- сладкая горчица – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 1 ч. ложка
- молоко – 500 мл
- лук репчатый – 2 шт.
- сливки жирностью 22% – 200 мл

1. Почки вымыть, разрезать на 4 части, удалить все жировые прослойки и протоки. Положить почки в молоко на 5 ч, 2 раза его сменить.
2. Приготовить соус. Лук очистить и измельчить. Разогреть в сковороде 1 ст. л. растительного масла и обжарить лук до прозрачности, 4 мин. Влить в сковороду бульон и сливки, размешать, довести до кипения, уменьшить огонь и готовить без крышки 15 мин. Снять сковороду с огня, добавить сладкую горчицу. Перемешать и протереть соус через сито. Добавить в соус крупнозернистую горчицу, соль, перец и сливочное масло. Тщательно перемешать. Перелить в огнеупорную миску, накрыть фольгой и поставить на водяную баню.
3. Почки еще раз промыть, нарезать тонкими пластинами. Разогреть оставшееся растительное масло и обжарить почки, помешивая, 10 мин. Переложить обжаренные почки в соус и прогреть, не доводя до кипения.

## 216. Почки в сметане

- Говяжьи почки – 500 г
- яйцо (желток) – 1 шт.
- соль – по вкусу
- вино белое сухое – 2 ст. ложки
- сода – 2 ст. ложки
- масло растительное
- лук мелкий – 1 шт.
- уксус – 150 мл
- соленые огурцы – 4 шт.
- жирная сметана – 100 г

1. Почки разрезать на 4 части, удалить протоки и жир. Положить в миску, засыпать содой и оставить на 20 мин. Затем промыть, нарезать кусочками, засыпать 2 ст. ложками соли и залить уксусом еще на 20 мин.
2. Почки промыть и нарезать кусочками. Лук нашинковать полукольцами. В разогретом масле обжарить почки порциями, по 3–5 мин каждую. Отдельно обжарить в сковороде лук в 2 ст. ложках разогретого масла, 7 мин. Добавить к луку почки, влить вино и 0,3 стакана воды, тушить без крышки 5 мин.
3. Соленые огурцы нашинковать соломкой и добавить к почкам вместе со сметаной и желтком. Посолить, поперчить и готовить 5 мин.

## 217. Говяжий рубец отварной

- Говяжий рубец – 1 кг
- пучок укропа
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- черный молотый перец
- чеснок – 4 зубчика
- корень петрушки – 1 шт.
- пучок петрушки
- соль

1. Рубец тщательно очистить металлической щеткой или ножом. Положить в миску с холодной водой на 4 ч. Еще раз промыть, поместить в кастрюлю со свежей водой, довести до кипения. Снять пену, добавить соль, очищенные лук, морковь и корень петрушки. Варить на среднем огне 4 ч. Вынуть рубец из кастрюли, дать остыть. Бульон процедить.
2. Зелень вымыть и измельчить. Чеснок очистить и мелко нарезать. Рубец присыпать перцем, чесноком и зеленью. Свернуть в тугий рулет, перевязать.
3. Бульон еще раз довести до кипения, положить рубец и варить при слабом кипении 1 ч. Перед подачей нарезать ломтиками. Можно подавать как горячим, так и холодным.

## 218. Вымя жареное

- Вымя – 500 г
- лук репчатый – 1 шт.
- коренья
- мука – 2 ст. ложки
- яйца – 2 шт.
- сухари панировочные – 150 г
- масло топленое – 150 г

1. Вымя варить в подсоленной воде до готовности (примерно 3 ч), затем добавить коренья и лук и проварить до полной мягкости.
2. Готовое вымя вынуть из кастрюли и остудить. Холодное вымя нарезать тонкими ломтиками, посолить, запанировать в муке, смочить во взбитом яйце и запанировать в сухарях.
3. Класть на горячую сковороду с маслом и жарить на среднем огне.
4. Вымя можно также жарить в кляре.
5. **Приготовление кляра:** взять 2 яйца, примерно 70 г муки, соль, зелень петрушки, 150 г жира.
6. Яйцо тщательно смешать с мукой, добавить минеральной воды или пива, щепотку соли и рубленую зелень петрушки.
7. Ломтики вымени посолить, запанировать в муке, опустить в кляр и жарить на разогретой с маслом сковороде.



## 219. Сердце, тушенное с овощами

- Говяжье сердце – 500 г
- картофель – 350 г
- морковь – 2 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- петрушка – 1 корень
- репа – 1 шт.
- соленые огурцы – 2 шт.
- сметана – 100 г
- лавровый лист
- соль
- перец черный горошком
- зелень

1. Сердце говяжье промыть, вымочить в холодной воде в течение 2–3 ч. Затем промыть, положить в кипящую воду и варить сердце при слабом кипении 3–4 ч. За 1 ч до окончания варки добавить соль. Сваренное до мягкости сердце вынуть из отвара, положить в холодную воду на 20–30 мин, затем, вынув из воды, нарезать поперек волокон на небольшие тонкие ломтики, положить в посуду, залить горячим красным соусом и добавить сметану. Сырой картофель, морковь, репу, петрушку и репчатый лук нарезать небольшими дольками и слегка обжарить с жиром.
2. Некрупные соленые огурцы с незрелыми семенами нарезать тонкими кружочками, а крупные со зрелыми семенами и грубой кожей очистить, разрезать вдоль на 3–4 части, удалить семена и нарезать дольками. Огурцы и обжаренные овощи положить в посуду с кусочками вареного сердца, добавить лавровый лист, перец горошком, перемешать и тушить в закрытой посуде при слабом кипении до готовности овощей.
3. При подаче сердце вместе с овощами положить на тарелку и посыпать зеленью петрушки или укропом.

# БЛЮДА ИЗ РЫБЫ



*Рыба и рыбные кушанья. Московское государство изобиловало рыбою, составлявшею половину года обычную пищу. Употребительные сорта рыбы были: лососина, привозимая с севера из Коре-  
лы, осетрина шехонская и волжская, волжская белорыбица, ладожская ладога и сырть, бело-  
зерские снятки и рыбки всех небольших рек: судак, караси, щуки, окуни, леици, голец, пискари,  
ерши, вандыши, хохолки, вьюны. По способу приготовления рыба была свежая, вяленая, сухая,  
соленая, провесная, ветряная, паровая, подваренная, впрок щипаная, копченая.*

**М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»**

## 220. Семга под соусом из грейпфрута и тыквы

- Семга – 400 г
- тыква (пюре) – 300 г
- мякоть грейпфрута – 200 г
- имбирь – 3 г
- соль – по вкусу

1. Семгу отварить или обжарить (без масла). Грейпфрут вымыть, разрезать на 2 части, вынуть ложкой мякоть, добавить  $\frac{1}{2}$  ч. ложки свежего имбиря, натертого на мелкой терке. Тыкву натереть на мелкой терке, поставить на огонь, довести до кипения. Смешать с грейпфрутом и имбирем. Посолить. Подавать с отварной семгой.
2. Если грейпфрут слишком сладкий, можно добавить сок лимона.

## 221. Семга, приготовленная на пару́

1. Выпотрошенную тушку семги очистить от чешуи, не снимая кожи. Промыть и нарезать ломтями (разрезая поперек тушки) толщиной 2–3 см. Уложить подготовленные куски в пароварку, завернув внутрь края брюшка, и сварить на пару́ до готовности. Готовые ломти семги вынуть лопаточкой, украсить крабовыми

ножками. Если нет пароварки, то нарезанные порционные ломти семги можно отварить, опустив их в кипящую подсоленную воду, в которую рекомендуется также добавить ломтик лимона.

2. Такую рыбу можно подать с гарниром из овощей, с салатом, рисом, картофельным пюре.

## 222. Осетрина, зажаренная в сухарях

Свежий кусок осетрины (200 г) обвалять в очень свежих сухарях, хорошо использовать для этой цели панировку с зеленью. Обжарить куски осетрины во фритюре в большом количестве растительного масла. После жарки кусочки осетрины промакните со всех сторон чистыми бумажными салфетками

(уберите лишний жир). Затем посолите, подайте к столу с гарниром из маринованных овощей и фруктов. Хорошо подать маринованные в натуральных соках патиссоны, кабачки, яблоки, сливы, перец. Вкусные домашние булочки с зеленью сделают это блюдо неповторимым.

## 223. Царский ужин с осетром

- Осетр или стерлядь – 1,6 кг
- соль морская – по вкусу
- перец свежемолотый – по вкусу
- лимон – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- укроп – 1 пучок

1. Удалить у рыбы жабры. Выпотрошить. Удалить вязигу. Обдать кипятком рассеянной струей, чтобы не сошла кожа и легче было снять боковые и брюшные «жучки».
2. Рыбу хорошо помыть, обильно натереть солью, чтобы убрать запах рыбы, и оставить на 30 мин.
3. Помыть от соли и замариновать в смеси соли и перца. Нафаршировать дольками лимона и веточками укропа, нарезанным кольцами луком. Оставить в холодильнике на ночь. Утром обернуть осетра фольгой в несколько слоев. Уложить на противень и запекать в духовке 30 мин при температуре 190 °С. Раскрыть фольгу и готовить еще 10 мин. Нос оставить в фольге, чтобы не пригорел.
4. Рыбу вынуть из духовки, выдержать 15 мин и подавать к столу.

## 224. Форель речная, приготовленная в пароварке

Форель – нежнейшая рыба, требующая очень бережного отношения при готовке и не требующая никаких иных приправ, кроме лимонного сока. При приготовлении на пару у форели удаляют внутренности (через жабры вместе с жабрами),

аккуратно снимают кожу, смачивают лимонным соком и оливковым маслом и помещают в пароварку. Форель доводят до готовности в течение 15–20 мин. Подают к столу в горячем или холодном виде с зеленым салатом.



## 225. Фаршированная щука по-суворовски

Перед обедом Суворов пил рюмку тминной сладкой водки, а когда страдал желудком, то выпивал рюмку пеннику с толченым перцем. Закусывал водку всегда редькой. Кушанья для Суворова готовили в пяти горшочках. В скоромные дни были: вареная с разными пряными веществами говядина, под названием духовой, щи из свежей или кислой капусты; иногда калмыцкая похлебка – бешбармак, пельмени, каша из разных круп и жаркое из дичи или телятины. В постные дни: белые грибы, различно приготовленные, пироги с грибами, иногда ... щука; готовилась она так: снимут со щуки кожу, не отрезывая головы, и, очистив мясо от костей, растирают с хреном... .. после обеда Суворов умывался, выпивал стакан английского пива с натертой лимонной коркой и с сахаром – этот напиток тогда ввела в употребление княгиня Дашкова... .. Суворов любил и просто разварную щуку, под названием щуки с голубым пером.

И. Пыляев, «Старое житье»

- Охлажденная щука весом 1,8–2 кг
  - лук репчатый – 5 шт.
  - морковь – 3 шт.
  - хлеб белый – 200 г
  - сливки жирностью 35 % – 500 мл
  - масло сливочное – 350 г
  - яйца – 8 шт.
  - чеснок – 6 зубчиков
  - лист лавровый – 1 шт.
  - масло растительное для обжаривания
  - соль
  - горошины черного и душистого перца.
1. Щуку очистить от чешуи. Голову, хвост, плавники отрезать и отложить в сторону. Сделать разрез вдоль брюшка и удалить внутренности.
  2. Промыть рыбу. Надрезать изнутри тушки реберные кости с обеих сторон. Раскрыть рыбу как книгу и удалить хребтовую кость. Удалить все реберные кости. Начиная с того конца тушки, где была голова, и держа нож почти параллельно поверхности стола, срезать мясо с кожи. Края кожи подровнять, срезанные кусочки сохранить.
  3. Лук, чеснок и морковь очистить. Рыбью голову, хвост, плавники и кости сложить в кастрюлю с водой и довести до кипения. Снять пену, добавить 2 луковицы, 2 морковки, лавровый лист, соль и несколько горошин перца. Варить 20 мин. Бульон процедить.
  4. Оставшиеся лук, морковь и чеснок нашинковать. Морковь и половину лука обжарить в 2 ст. ложках растительного масла, 10 мин. Хлеб размочить в сливках. Филе щуки нарезать небольшими кусочками и перемешать с обжаренными овощами, оставшимся сырым луком, размоченным хлебом и чесно-

ком. Пропустить смесь через мясорубку 3 раза. Выложить фарш в миску, добавить яйца, размягченное сливочное масло, соль и перец. Перемешать.

5. Растянуть на столе пищевую пленку. Разложить на нее рыбью кожу, отложенными кусочками закрыть разрезы от спинных плавников. Положить на кожу приготовленный фарш, придать ему форму толстой колбасы.

6. Завернуть фарш сначала в кожу, затем в 3 слоя пленки. Края завязать крепкими узлами. Сверху завернуть в фольгу, положить в кастрюлю типа гусятицы, влить приготовленный бульон и варить под крышкой 40 мин. Вынуть рулет из кастрюли, дать полностью остыть, затем переставить в холодильник. Охлажденный рулет нарезать порционными кусками, подавать с хреном.

## 226. Щука в молоке

- Щука, филе – 1 тушка
- молоко
- мука для панировки
- соль – по вкусу
- масло растительное для жарки
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- зеленый лук – для подачи

1. Нарезать филе кусками и запанировать в смеси муки и соли.
2. Обжарить филе в растительном масле до золотистой корочки. Лук и морковь нашинковать и обжарить отдельно.
3. Переложить рыбу в жаропрочную форму вместе с обжаренным луком и морковью и залить молоком. Запекать в разогретой до 180 °С духовке 35–40 мин до полной готовности. Подавать горячей с нарезанным зеленым луком.

## 227. Щука под чесноком

- Щука – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- белые корни (сельдерей или петрушка) – 1 шт.
- лук-порей, зеленая часть

Щуку разделать, удалить жабры, очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть в холодной воде. Сварить овощной бульон из перечисленных овощей (варить 30 мин). Бульон посолить, дать закипеть и опустить в него щуку (можно нарезать порционными кусками), через 20 мин осторожно вынуть, выложить на блюдо и полить чесночным соусом. **Соус:** процедить бульон, в котором варилась щука, добавить туда растертый чеснок и мелко нарезанный укроп.

## 228. Щука, сваренная кольцом

- Щука – 1 кг
- белое сухое вино –  $\frac{1}{2}$  л
- лук репчатый – 2 шт.
- петрушка, сельдерей, корень – по 1 шт.
- лист лавровый – 2–3 шт.
- душистый перец – 5–6 горошин
- огурцы соленые – 2 шт.

Очистить, выпотрошить и тщательно промыть щуку. Свернуть ее кольцом так, чтобы хвост входил в пасть, закрепить чистой деревянной лучинкой. Положить в кастрюлю, влить белое сухое вино, добавить перец, лавровый лист, репчатый лук, нарезанные ломтиками соленые огурцы, корни петрушки и сельдерея. Поставить на сильный огонь, через 7–10 мин уменьшить огонь и варить рыбу до готовности. Подать, выложив на блюдо с отваром. Вместо вина щуку можно залить процеженным огуречным рассолом.

## 229. Лец золотой с картофелем

- Лец или карп –  $1\frac{1}{2}$ –2 кг
- картофель – 1 кг
- лимон – 1 шт. (крупный)
- масло растительное – 75 мл
- горчица зерновая (сырая) – 2 ст. ложки
- сметана 20% – 75 г
- соль – 1 ч. ложка
- перец черный (молотый) –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- специи для рыбы – 1–2 ст. ложки (по желанию)
- вода – 1 стакан

1. Вымыть и почистить картофель. Нарезать его крупно и выложить в глубокое блюдо для запекания.
2. Рыбу вымыть, выпотрошить и удалить жабры. Сделать на одном боку косые надрезы на расстоянии 1–1,5 см друг от друга. Смазать поверхность рыбы растительным маслом, посыпать специями, солью и перцем, натереть ими изнутри брюшко и посыпать картофель.
3. Разогреть духовку до 200 °С.
4. Тонко нарезать лимон на полукольца и вставить его в разрезы на рыбе. Горчицу и сметану хорошо перемешать и смазать рыбу и картофель.
5. На дно противня вылить стакан кипятка и поставить блюдо запекаться в полностью разогретую духовку на 50–60 мин.



## 230. Лещ, запеченный в соли

- Лещ (1 шт.) – 800 г
- соль – 500 г
- укроп – 2–3 веточки
- вода – 2–3 ст. ложки

1. Леща выпотрошить, удалить жабры. От чешуи не очищать. Тщательно промыть рыбу внутри и снаружи, обсушить бумажным полотенцем.
2. Соль выложить в миску, налить 2–3 ст. ложки воды.
3. Перемешать соль с водой. Получится масса, похожая на снег.
4. Противень для запекания застелить фольгой с учетом дальнейшего заворачивания рыбы. Высыпать на дно половину соляной массы.
5. В брюшко леща положить несколько веточек свежего укропа. Выложить леща в противень на соль.
6. На леща выложить оставшуюся соляную массу. Плотно прижать соль к рыбе, как бы запечатывая рыбу солью со всех сторон.
7. Завернуть леща в фольгу. Поставить в духовку, разогретую до 200 °С, примерно на 30–40 мин.
8. Готовую рыбу аккуратно очистить от соли.
9. Выложить леща на блюдо. Подавать со свежими овощами и зеленью.

## 231. Запеченный карп с гречкой и груздями

- Карп – 1 шт.
- гречневая крупа – 100 г
- грузди соленые – 100 г
- лук репчатый – 1 шт.
- петрушка – 4 веточки
- масло растительное – 100 мл
- соль, перец – по вкусу
- сметана – 2 ст. ложки

1. Подготовить ингредиенты для начинки. Лук обжарить до золотистого цвета на растительном масле. Гречку отварить до полуготовности. Грузди нарезать мелкими кубиками.
2. Смешать гречку, грузди, лук. Добавить нарезанную петрушку и сметану. По вкусу посолить и поперчить.



3. Карпа почистить и сделать надрез по спинке вдоль спинного плавника. Подрезать ребра и вырезать хребет. Выпотрошить и хорошо помыть. Хвост не разрезать, иначе не получится красивой формы. Рыбу посолить и поперчить внутри и снаружи. Карпа красиво расположить в форме для запекания. Форму смазать маслом. Если рыба заваливается набок, то можно подло-

жить с той стороны скатанную в комок фольгу, чтобы она поддерживала в нужном положении.

4. Нафаршировать карпа гречкой с грибами. Полить маслом начинку и саму рыбу – голову, бока, хвост. Поставить в разогретую до 170–180 °С духовку на 40–50 мин. Прикрыть карпа фольгой, через 30 мин ее снять. Важно не пересушить рыбу.

## 232. Карп в квасе по-русски

- Карп – 2 кг
- лук репчатый – 2 шт.
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- квас – 500 мл
- орех мускатный тертый –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- гвоздика – 4 бутона
- соль – по вкусу
- зелень петрушки – для подачи

1. Рыбу почистить, выпотрошить, обмыть и обтереть бумажным полотенцем. Разрезать на порционные куски, присыпать солью, выложить в один слой на блюдо или поднос. Убрать в холодильник на 1,5–2 ч.
2. Голову карпа разрезать и положить на дно кастрюли с тяжелым дном.
3. Нарезать лук полукольцами. Куски карпа еще раз промокнуть бумажными полотенцами и положить в кастрюлю вместе с луком. Залить квасом, чтобы рыба была полностью покрыта жидкостью. Добавить сливочное масло и приправы.
4. Тушить до готовности рыбы, примерно 30 мин. Переложить рыбу на блюдо, прикрыть фольгой, чтобы сохранить тепло. Соус процедить и уварить до половины объема. Полить рыбу соусом.

## 233. Карп в белом вине с овощами

- Карп – 1 кг
- морковь – 1 шт.
- корень петрушки – 1 шт.
- корень сельдерея – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- белое сухое вино – 400 мл
- соль
- перец

1. Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи, удалить жабры. Обработанную рыбу нарезать на куски. Нарезать соломкой морковь, корни петрушки и сельдерея, репчатый лук. Обжарить на сливочном масле в сотейнике, не подрумянивая, так, чтобы овощи были достаточно мягкими. Влить в сотейник вино и положить нарезанную рыбу, посолив и поперчив ее, довести до кипения. Варить на слабом огне до готовности, 35 мин. Готовую рыбу вместе с овощами выложить на блюдо. Можно залить ее выпаренным отваром.
2. На гарнир подать гренки, поджаренные на масле.

## 234. Карп по-рыбацки

- Карп – 1½ кг
- чеснок – 10 зубчиков
- перец молотый – 1 г
- масло растительное – 100 мл
- сладкий перец – 1 шт.
- томатный сок – 250 мл
- белое вино – 100 мл
- свежие помидоры – 5 шт.
- зелень петрушки
- соль – по вкусу

1. Уложить в посуду очищенную, вымытую и нарезанную на порции рыбу, положить толченый чеснок и мелко нарезанный сладкий перец, посыпать молотым перцем и солью, полить растительным маслом и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 20 мин, после чего влить томатный сок и вино, положить на каждый кусок рыбы ломтик помидора и подержать опять в духовке еще 5–10 мин.
2. Готовую рыбу выложить на блюдо, полить протертым через сито соусом и посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

## 235. Шишка из карпа

- Карп весом  $1\frac{1}{2}$  кг – 1 шт.
- крахмал – 1 ст. ложка
- мука – 1 ст. ложка
- масло растительное для фритюра – 1 л.

### Для соуса:

- чеснок измельченный – 3 зубчика
- соль – по вкусу
- перец красный острый измельченный – 1 шт.
- мед – 100 мл
- вода –  $\frac{1}{2}$  стакана
- крахмал – 1 ст. ложка
- зира – щепотка
- уксус – 2 ст. ложки

1. Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить голову и плавники. Разделать на 2 филе. Положить филе карпа на рабочую поверхность кожей вниз. Небольшим ножом сделать на мясе диагональную сетку, прорезая мясо до самой кожи, но при этом стараясь ее не повредить. Обвалять оба филе в смеси муки и крахмала.
2. Масло перелить в широкую кастрюлю и довести до кипения. По очереди обжарить в масле филе, по 6 мин каждое. Переложить на бумажные салфетки. Приготовить соус. Чеснок, перец, зиру и мед выложить в сотейник. Влить воду и уксус. Проварить 5 мин. Добавить соль и разведенный в 1 ст. ложке воды крахмал. Перемешать, снять с огня. Полить карпа.

## 236. Скумбрия фаршированная

- Скумбрия – 300 г
- соль, перец – по вкусу

### Для начинки:

- Шпинат – 500 г
- укроп – 100 г
- лимон – 1 шт.

1. Рыбу выпотрошить, отделить голову, снять кожу, вырезать хребет, вынуть кости, промыть, разрезать тушку по всей длине со стороны брюшка, распластать, посолить, поперчить, полить лимонным соком. Уложить на одну половину распластанной тушки равномерно по всей длине начинку из зелени, накрыть ее другой половиной, завернуть в фольгу, уложить на противень и запечь в духовке.
2. Зелень промыть и мелко нарезать. Лимон вымыть, стереть теркой цедру и смешать с зеленью.

## 237. Скумбрия в горшочке

- Скумбрия – 300 г
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- зелень укропа – 20 г
- сметана – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить и нарезать кольцами. Скумбрию очистить от кожицы, нарезать кусочками. Уложить в горшочек слоями скумбрию, морковь и лук, пересыпая мелко нарезанным укропом, посолить по вкусу, залить сверху сметаной, накрыть крышкой и запечь в духовке.

## 238. Треска в горшочке

- Треска – 500 г
- яйцо – 1 шт.
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- соль и зелень – по вкусу

1. Треску разделать, промыть, нарезать кусочками, уложить в горшочек, посолив по вкусу, положить сверху сливочное масло и залить все взбитым яйцом. Накрыть крышкой или фольгой и запечь в разогретой до 180 °С духовке в течение 40 мин.
2. При подаче к столу добавить измельченную зелень укропа или петрушки.

## 239. Рыба фаршированная

- Рыба крупная – 2–3 кг
- хлеб белый – 100–200 г
- лук репчатый – 2 шт.
- свекла – 2 шт.
- морковь – 3 шт.
- сахар – 1 ст. ложка
- яйца – 2 шт.
- масло растительное – 1 ст. ложка

1. Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову и, не разрезая брюшка, вынуть внутренности; удалить из головы жабры, промыть холодной водой и нарезать рыбу поперечными кусками.
2. Нарезать рыбу на филе, не повредив кожи. Для приготовления фарша вырезанную мякоть вместе с луком и хлебом, намоченным в воде и отжатым, пропустить через мясорубку. В фарш добавить сырое яйцо, сахар, растительное масло, перец, соль и все тщательно перемешать.

3. Приготовленным фаршем заполнить куски рыбы в тех местах, где была вырезана мякоть, и сровнять ножом, смоченным в воде. На дно кастрюли положить нарезанные кружочками свеклу и морковь, а также тщательно промытую луковую шелуху. Поверх овощей поместить фаршированные куски рыбы, на которые положить еще слой овощей, потом опять рыбу и снова слой овощей. Рыбу с овощами залить холодной водой так, чтобы вода только покрыла их, и, закрыв кастрюлю, поставить варить на слабый огонь

на 1 ч, считая с момента закипания воды. Во время варки необходимо следить, чтобы рыба и овощи не пригорели; верхний слой рыбы надо изредка поливать образовавшимся бульоном.

4. Перед подачей к столу рыбу вместе с овощами переложить на блюдо, оставшийся бульон процедить и полить им рыбу.
5. При желании в полученном бульоне можно сварить очищенный картофель и использовать его как гарнир к рыбе.
6. Таким способом можно приготовить щуку, судака, леща и карпа.

## 240. Судак по-купечески

- Судак – 1 кг
- жидкий мед – 3 ст. ложки
- лимон – ½ шт.
- масло растительное – 50 мл
- соус соевый – 2 ст. ложки
- грейпфрут – 1 шт.
- соль – по вкусу
- ананасы консервированные – 350 г

1. Судака очистить от чешуи, вымыть и выпотрошить. Сделать продольный надрез вдоль спинки и удалить хребет с реберными костями. Поместить рыбу в стеклянную посуду.
2. Грейпфрут и лимон вымыть и измельчить в блендере или пропустить через мясорубку вместе с ананасами. Добавить соевый соус, мед, перец и соль.
3. Залить маринадом рыбу и поставить в холодильник на 8 ч или на ночь. На следующий день вынуть рыбу из маринада, обсушить полотенцем и смазать маслом. Посолить и запечь на гриле до золотистого цвета, по 5 мин с каждой стороны.

## 241. Судак отварной с овощами

- Судак – 1 кг
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- картофель – 800 г
- масло растительное – 1 ст. ложка
- молоко – ½ стакана
- лавровый лист – 2 шт.
- перец
- соль – по вкусу

1. Очистить судака и нарезать на куски. Очищенные морковь и лук нарезать тонкими кружками, а картофель – крупными дольками. Уложить на дно кастрюли морковь, лук, а потом картофель, прибавить 1½ стакана воды и соль. Куски рыбы посолить и положить поверх овощей. Прибавить перец, лавровый лист и залить холодной водой.
2. Варить под крышкой на слабом огне в течение 1 ч, не перемешивая, а встряхивая кастрюлю через каждые 10 мин, чтобы овощи не пригорели. Когда рыба и овощи будут почти готовы, влить в кастрюлю молоко, положить масло и варить еще 15–20 мин. Сняв с огня, поставить кастрюлю наклонно, ложкой осторожно зачерпнуть снизу сок, полить им рыбу и оставить в закрытой посуде до подачи.

## 242. Филе судака со сладким перцем

- Филе судака – 800 г
- чеснок – 2 зубчика
- помидоры спелые – 3 шт.
- перец сладкий разного цвета – 3 шт.
- масло растительное
- тертый хрен – 1–2 ст. ложки
- соль
- свежемолотый белый перец
- молотая паприка

1. Сделать на помидорах крестообразные надрезы и опустить их в кипящую воду. Сразу же переложить в миску с ледяной водой и снять кожицу. Мякоть мелко нарезать.
2. Измельчить чеснок. Положить помидоры и чеснок в сотейник с толстым дном, приправить солью и белым перцем. Довести до кипения, готовить на сильном огне, помешивая, 5 мин. Снять с огня, добавить хрен.
3. У перцев удалить сердцевину, разрезать каждый перец вдоль на 4–6 частей, смазать их маслом и положить на решетку в сильно разогретую духовку с включенным грилем кожицей

вверх. Когда на коже перцев появятся подпалины, вынуть, переложить в герметичный пакет на 10 мин. Затем снять кожу, удалить сердцевину.

4. Филе судака нарезать порционными кусками, натереть солью и паприкой,

поместить в форму для запекания, сверху выложить перцы, залить помидорным пюре. Накрыть фольгой и поставить в духовку на 20 мин. Подавать горячим, сбрызнув перед подачей маслом.

## 243. Судак с картофелем в сметанном соусе

- Судак весом примерно  $1\frac{1}{2}$  кг
- картофель средний – 8 шт.
- сметана – 400 г
- масло сливочное – 150 г
- молоко – 150 мл
- лист лавровый – 1–2 шт.
- соль
- черный перец

1. Очистить судака от чешуи, отрезать голову и удалить внутренности. Хорошо промыть рыбу под проточной водой, обсушить и нарезать порционными кусками.
2. Картофель очистить, нарезать тонкими кружочками.
3. В смазанную маслом глубокую форму выложить слой рыбы, на нее слой картошки, потом снова рыбу, лавровый лист и сверху картошку. Каждый слой солить и перчить.
4. В сотейнике нагреть молоко почти до кипения, снять с огня, положить нарезанное кусочками масло, перемешать, чтобы масло полностью растаяло, слегка остудить. Смешать со сметаной.
5. Залить сметанной смесью рыбу с картофелем. Закрыть форму крышкой или фольгой и поставить в разогретую до  $170\text{ }^{\circ}\text{C}$  духовку до готовности, на 40–50 мин. За 10 мин до готовности снять крышку или фольгу, чтобы получилась румяная корочка.



## 244. Майонез из рыбы и раков

### Старинный русский рецепт

- Судак – 1½–2 кг
- лук репчатый – 2 шт.
- морковь – 2 шт.
- перец душистый – несколько горошин
- вареные раки – 25 шт.
- небольшой корень петрушки или сельдерея – 2 шт.
- шпинат или щавель – 1 пучок
- свекла – 1 шт.

1. Судака помыть, разделать, не снимая чешуи, отделить филе. Голову, хвост, хребтовую кость и шкуру судака положить в кастрюлю, добавить корни, специи, соль и залить холодной водой.
2. Снимая пену, варить до уменьшения объема воды примерно в два раза. Филе порциями отварить в бульоне по 5–10 мин (в зависимости от размеров куска) и осторожно вынуть шумовкой на плоское блюдо. Охладить, чтобы при резке филе не крошилось, а резалось ровными кусочками.
3. Свеклу и шпинат по очереди измельчить в кухонном комбайне и отжать сок.
4. Готовый галантир процедить и остудить до комнатной температуры. Разделить на три части. В первую добавить сок шпината, вторую оставить прозрачной, в третью – сок свеклы до получения красного цвета.
5. Взять форму с отверстием посередине, налить на дно немного зеленого галантира, дать ему остыть. На него положить кусочки рыбы. Залить бесцветным галантиром. Опять ряд рыбы и красный галантир.
6. Когда все хорошо остынет, форму слегка подогреть в теплой воде и опрокинуть на блюдо. Сверху украсить шейками и целыми раками.

## 245. Карась отварной в сметанном соусе

- Карась – 500–600 г
- лук репчатый – 1 шт.
- лист лавровый – 2 шт.
- сметана – 150 г
- сухари молотые – 1½ ст. ложки
- зелень петрушки и укропа
- тмин – на кончике ножа

1. Приготовить рыбу – крупных карасей нарезать пополам, мелких отварить целиком, добавить приправу, выложить в сотейник, залить горячей водой с таким расчетом, чтобы рыба была прикрыта только на ⅓. Добавить соль, лавровый лист, тмин, нарезанную на четыре части луковицу и зелень петрушки и укропа. Варить до готовности. В сметану добавить несколько ложек отвара рыбы, молотые сухари, соль, поставить на огонь и, помешивая, варить, пока соус не загустеет.
2. Выложить рыбу на блюдо, залить соусом, украсить веточками зелени. Вокруг разложить отварной картофель, отдельно подать свежие огурцы и помидоры. Соус можно дополнительно заправить молотым мускатным орехом по вкусу.

## 246. Карась, запеченный с капустой и яблоками

- Карась – 700 г
- белокочанная капуста – 700 г
- морковь – 2 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- яблоки – 3 шт.
- томатная паста – 3 ст. ложки
- зелень – 1 пучок
- масло растительное – 100 мл
- мука – 2 ст. ложки
- сок лимонный – 2 ст. ложки
- сахар
- черный молотый перец
- соль – по вкусу

1. Карася почистить от чешуи, удалить жабры и внутренности. Тщательно вымыть, обсушить бумажным полотенцем. Рыбу полить лимонным соком внутри и снаружи, посыпать солью и перцем, оставить на 20 мин.
2. Капусту нарезать тонкой соломкой, посолить и немного помять руками.
3. Морковь и лук нарезать соломкой.
4. В сковороде разогреть 3 ст. ложки растительного масла, положить морковь и обжарить 2–3 мин. Добавить лук и продолжать обжаривать, помешивая, еще несколько минут.
5. К обжаренным овощам добавить капусту, перемешать. Накрыть сковороду

- крышкой и потушить капусту с овощами на медленном огне до состояния полуготовности.
6. Томатную пасту развести небольшим количеством воды и влить к капусте. По вкусу добавить соль, сахар, перец, перемешать.
  7. Зелень (петрушку и укроп) вымыть, обсушить, мелко нарезать. Часть зелени добавить к капусте, перемешать. Подержать на огне 1–2 мин и снять с огня.
  8. Яблоки помыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Нарезать яблоки крупными дольками.
  9. Карася нафаршировать оставшейся зеленью и частью яблок. На оставшемся масле обжарить с двух сторон карася, предварительно обваляв его в муке.
  10. В форму для запекания выложить половину капусты. На капусту выложить дольки яблок.
  11. Положить вторую часть капусты. На капусту выложить фаршированного карася. Поставить форму в духовку, разогретую до 180 °С, на 35–40 мин.
  12. Готовое блюдо достать из духовки, немного остудить и подать к столу.

## 247. Карась с соусом из хрена и свеклы

- Караси – 2 тушки по 600 г
  - чеснок – 3 зубчика
  - семена фенхеля – 1 ч. ложка
  - цедра и сок ½ лимона
  - масло растительное – 2 ст. ложки
  - петрушка – небольшой пучок
  - свекла вареная – 1 шт.
  - хрен тертый – 1 ст. ложка
  - майонез – 2 ч. ложки
  - соль
  - перец
1. В форму для запекания налить масло, раздавить 2 зубчика чеснока, посолить, поперчить, добавить мелко нарезанную петрушку и цедру лимона с семенами фенхеля.
  2. Натереть этой смесью рыбу. Запекать при 200 °С 25–30 мин.
  3. Для соуса свеклу измельчить блендером, добавить хрен, майонез, раздавить зубчик чеснока и добавить лимонный сок. При необходимости посолить. Рыбу подавать с соусом.

## 248. Караси, запеченные с грибами и яйцами

- Караси – 600–800 г
- белые грибы свежие – 400 г
- яйца – 2–3 шт.
- масло топленое – 3 ст. ложки
- мука – 1½ ст. ложки
- зелень петрушки и укропа – 40 г
- сметана – 3 ст. ложки
- соль
- молотый перец

1. Карасей очистить от чешуи, выпотрошить, снять филе с кожей, освободить от костей. Посолить, поперчить, запанировать в муке, обжарить на масле. Свежие белые грибы почистить, тщательно промыть, нарезать ломтиками и обжарить на масле. Отварить яйца вкрутую, почистить и порубить. Мелко нашинковать зелень петрушки и укропа. Смешать грибы с яйцами и зеленью, посолить. Выложить на дно смазанного маслом сотейника слой грибов, поверх него положить рыбу и прикрыть вторым слоем грибов. Влить сметану, обрызнуть маслом. Запечь в разогретой до 180 °С духовке в течение 20 мин.
2. На гарнир подать отварной или жареный картофель.

## 249. Караси, запеченные в сметане с молодым картофелем

- Караси – 800–1000 г
- мука – 2½ ст. ложки
- масло растительное – 50 мл
- картофель молодой – 1 кг
- сметана – 200 г
- сухари молотые – 1 ст. ложка
- соль
- зелень петрушки

Подготовить рыбу: выпотрошить, очистить от чешуи, крупную нарезать пополам, мелкую использовать целиком. Посолить, запанировать в муке и подрумянить с обеих сторон на сковороде. Отварить картофель, охладить и, если он крупный, нарезать ломтиками. Смазать маслом сотейник, влить на дно половину порции сметаны, заправленной мукой, выложить картофель и поверх него положить подготовленную рыбу. Залить остальной сметаной, посыпать молотыми сухарями. Запечь в духовке. Подать в посуде, в которой блюдо запекалось. Сверху посыпать измельченной зеленью петрушки.

## 250. Окунь отварной

- Окунь – 1 кг
- вода –  $\frac{1}{2}$  л
- соль
- лимонный сок
- лук репчатый – 1 шт.
- вино белое – 150 мл
- масло растительное – 60 мл
- зелень петрушки

1. Окуней выпотрошить, положить в подсоленную воду и варить 5 мин. Затем вынуть из кастрюли, снять кожу, головы и хвосты отрезать, окуней посолить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать мелко нарубленным луком, залить вином и снова варить 6 мин.
2. Готовых окуней переложить на блюдо, посыпать порубленной зеленью петрушки и подать к ним картофель. В винный отвар положить кусочек сливочного масла, разогреть и подать в соуснике. Можно добавить сметаны.

## 251. Рулеты из филе налима, отваренные с укропом

- Филе налима – 1 кг
- укроп рубленый – 2 ст. ложки
- вода –  $1\frac{1}{2}$  л
- уксус столовый –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- соль

1. Филе посыпать мелкой солью и рубленым укропом, свернуть рулетами, края закрепить деревянными шпажками.
2. Положить рулеты в заправленную солью и уксусом кипящую воду с большим количеством укропа. Варить на слабом огне 15–20 мин, затем вынуть из отвара, удалить шпажки. До подачи к столу держать рулеты в тепле.
3. Отвар процедить и приготовить из него соус, потемнив до загустения.
4. При подаче к столу рулеты выложить на середину глубокого блюда, посыпать рубленой зеленью, вокруг уложить овощи: ломтики помидоров, консервированный зеленый горошек, отварную морковь и др.
5. Отдельно подать отварной картофель и соус с укропом.

## 252. Рыбацкие голубцы с рыбой

- Капуста белокочанная – 750 г
- треска или хек – 400 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 2 шт.
- сливочное или топленое масло – 150 г
- соль
- перец

1. Рыбное филе нарезать на кусочки. Натереть на терке морковь и лук. На сковороде растопить масло. Положить рыбу, морковь, лук, перец, посолить и слегка обжарить. Фарш готов.
2. Кочан капусты освободить от верхних листьев и немного поварить в подсоленной воде, потом вынуть кочан из кастрюли, разобрать на отдельные листья, утолщения отбить тылкой. Положить на листья фарш и завернуть конвертом.
3. Противень смазать маслом, уложить на него голубцы, поставить в разогретую до 180 °С духовку на 30 мин и запекать голубцы до тех пор, пока не образуется золотистая корочка.

## 253. Ставрида, запеченная по-русски

- Ставрида – 1 кг
- картофель – 8–10 шт.
- масло сливочное – 40 г
- молоко –  $\frac{3}{4}$  стакана
- яйца – 2 шт.
- соль
- молотый перец
- зелень петрушки и укропа
- тертый сыр

1. Подготовленную рыбу освободить от костей, нарезать крупными кусками. Сковороду смазать маслом, положить рыбу, посолить, поперчить и влить немного бульона. Рыбу накрыть кружочками вареного картофеля, уложив их горкой, посыпать солью и перцем, полить смесью молока и яиц, посыпать тертым сыром и сбрызнуть маслом. Запекать в разогретой до 180 °С духовке до образования светло-коричневой корочки. Если в результате запекания в сковороде остается мало соуса, добавить бульон.
2. При подаче полить растопленным маслом, посыпать рубленой зеленью.

## 254. Сазан, тушеный с хреном

- Сазан – 500 г
- тертый корень хрена – 100 г
- бульон рыбный – 3 л
- сметана – 3 ст. ложки
- мука – 2 ч. ложки
- масло сливочное – 20 г
- уксус
- соль – по вкусу

1. В глубокую посуду положить разогретое сливочное масло, затем насыпать тонкий слой натертого на терке корня хрена, на него положить порционные куски сырой рыбы и посыпать ее тертым хреном (можно готовить рыбу в несколько слоев). Залить рыбу горячим бульоном с добавлением уксуса и тушить 1 ч, закрыв крышкой. Затем часть бульона осторожно слить, добавить в него сметану, довести до кипения и ввести муку, смешанную с мелкими порциями масла, постоянно размешивая до полного соединения муки с жидкостью и образования однородной массы. Довести соус до кипения, залить им рыбу и тушить еще 20 мин.
2. Перед подачей вынуть рыбу шумовкой и положить на тарелки с отварным картофелем. Залить соусом, в котором тушилась рыба.

## 255. Сом, тушеный по-волжски

- Сом, филе – 1 кг
- лук репчатый – 2 шт.
- яблоки – 5–6 шт.
- лимон – 1 шт.
- вино белое сухое – 1½ стакана
- масло сливочное – 30 г
- соль, перец, зелень

1. Рыбное филе нарезать кусочками, обсушить, посолить. Натереть на терке цедру лимона, отжать из лимона сок и сбрызнуть им рыбное филе. Лук и яблоки мелко нарезать и слегка обжарить на сливочном масле. В посуду, где обжаривались лук и яблоки, влить вино и дать немного настояться. Смесь выложить в смазанную маслом форму, поперчить, посолить, посыпать тертой цедрой лимона, сверху уложить рыбу. Накрыть форму крышкой и поставить в разогретую духовку на 25–30 мин.
2. Готовую рыбу выложить на блюдо, облить смесью, в которой она тушилась, украсить зеленью.

## 256. Пескари, тушенные с зеленью

- Пескари – 600–800 г
- лук зеленый – 150 г
- зелень петрушки, укропа, сельдерея – по 25 г
- сухари панировочные – 100 г
- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- яйца – 2 шт.
- мука –  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки
- масло растительное –  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки
- соль

1. Подготовленную, выпотрошенную и тщательно промытую рыбу посолить и выдержать в прохладном месте 30 мин. Мелко нашинковать зеленый лук, зелень петрушки, укропа, сельдерея.
2. Панировочные сухари смешать с зеленью. Выложить на дно смазанного маслом сотейника. Рыбу запанировать в муке, слегка поджарить на масле и положить ее в сотейник поверх зелени. Влить горячее молоко, закрыть крышкой и тушить на слабом огне 25 мин. Готовую рыбу переложить на блюдо, украсить зеленью и посыпать рублеными яйцами.

## 257. Судак, тушенный в огуречном рассоле

- Судак – 600 г
- сельдерей, корень – 400 г
- петрушка, корень – 1 шт.
- рассол огуречный – 500 мл
- вино сухое белое – 120 мл
- мука – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 30 г
- мускатный орех
- зелень петрушки
- соль
- молотый душистый перец

1. Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками. Нашинковать тонкой соломкой корни петрушки и сельдерея. Смазать кастрюлю (или сотейник) маслом, выложить овощи на дно, сверху положить порционные куски рыбы.
2. Посыпать молотым душистым перцем и солью, залить процеженным и прокипяченным огуречным рассолом и вином, чтобы рыба была полностью покрыта. Закрыть кастрюлю крышкой и тушить рыбу на небольшом огне 30 мин.
3. Бульон слить и прокипятить, ввести в него холодную мучную пассеровку, т.е. муку, смешанную с размягченным сливочным маслом, и размешать до получения однородной массы.
4. Проварить соус до загустения, при желании посолить, посыпать перцем,



слегка разбавить огуречным рассолом и вином. Залить рыбу соусом, прогреть, добавить мускатный орех.

5. Подать с рассыпчатой рисовой кашей, заправленной маслом, или с гренками, посыпать зеленью петрушки.

## 258. Судак по-купечески

- Судак – 1 кг
- жидкий мед – 3 ст. ложки
- лимон – ½ шт.
- масло растительное – 50 мл
- клюква или брусника – 100 г
- чеснок – 2 зубчика
- соль – по вкусу
- яблоки моченые – 350 г

1. Судака очистить от чешуи, вымыть и выпотрошить. Сделать продольный надрез вдоль спинки и удалить хребет с реберными костями. Поместить рыбу в стеклянную посуду.
2. Лимон вымыть и измельчить в блендере вместе с ягодами. Добавить мед, перец и соль.
3. Яблоки нарезать мелкими кубиками, добавить в соус.
4. Залить маринадом рыбу и поставить в холодильник на 8 ч или на ночь. На следующий день вынуть рыбу из маринада, обсушить полотенцем и смазать маслом. Посолить и запекать в духовке, разогретой до 180 °С, в течение 15 мин.

## 259. Судак, запеченный в соли

- Судак – 1½ кг
- белок – 3 шт.
- соль – 3 кг
- укроп
- лимон (цедра).

1. Судака выпотрошить и тщательно вымыть, ножницами вырезать жабры. Соль смешать с белками, добавить немного воды, чтобы получилась пастообразная масса, дать немного постоять.
2. На 1 кг рыбы нужно взять 2 кг соли и 1 белок. Количество воды определяется на глаз. Можно использовать как крупную морскую соль, так и обычную.
3. Зелень вымыть, обсушить, измельчить. Цедру мелко нарезать. Смешать

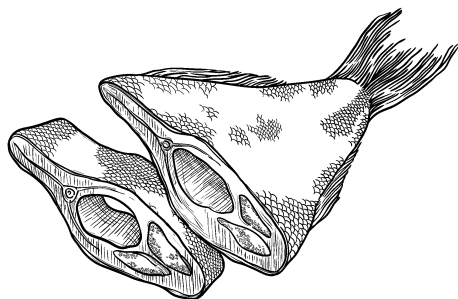
зелень и цедру. Противень накрыть листом фольги. Положить на фольгу половину соли. Выложить на нее рыбу, в брюшко положить зелень с цедрой.

4. Духовку разогреть до 200 °С. Покрыть рыбу сверху оставшейся солью. Запекать 45 мин. Затем осторожно разломить соляную корку и подать рыбу к столу.

## 260. Ледяная рыба с картофелем и чесноком

- Ледяная рыба – 4 тушки по 100 г каждая
- соль
- масло растительное – 20 мл
- чеснок – 1 головка
- петрушка – 4 веточки
- картофель молодой – 4 шт.
- масло сливочное растопленное – 50 г

1. Рыбу почистить, удалить плавники, промыть и обсушить. Картофель вымыть и, не очищая, нарезать кружочками толщиной 0,5 см.
2. Противень застелить пергаментной бумагой, выложить картофель и приправить специями, сбрызнуть небольшим количеством растопленного сливочного масла.
3. Запекать картофельные кружочки в духовке при 200 °С в течение 7–9 мин. Затем уложить на картофель рыбу, обильно обмазанную сливочным маслом и приправленную солью и перцем.
4. Рядом положить разделенную на зубчики головку чеснока и продолжать запекать еще 12 мин при той же температуре. Подавать рыбу горячей с картофелем, украсив петрушкой и полив маслом.



## 261. Щука, тушенная с белыми грибами

- Рыба – 1 кг
- грибы белые – 8–10 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- цедра  $\frac{1}{2}$  лимона
- масло сливочное – 50 г
- вино сухое –  $1\frac{1}{2}$  стакана
- мука –  $\frac{1}{2}$  ст. ложки
- желтки – 2 шт.
- зелень петрушки
- соль
- молотый перец

1. Очищенные грибы нарезать ломтиками. Мелко нашинковать репчатый лук. Положить грибы и лук в сотейник и слегка обжарить в масле. Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками и сложить в ту же посуду. Посыпать измельченной зеленью петрушки и мелко натертой цедрой лимона. Влить вино. Тушить, закрыв посуду крышкой, на слабом огне 20 мин. За 5–7 мин до окончания тушения добавить растертую с маслом и разбавленную водой муку. Готовую рыбу выложить на блюдо. В соус, оставшийся в сотейнике, энергично помешивая, влить сырые желтки. Залить этим соусом рыбу.
2. На гарнир можно подать отварной картофель или зеленый салат.

## 262. Рыба, запеченная в слоеном тесте

- Рыба –  $2\frac{1}{2}$  кг
- шампиньоны – 200 г
- сельдь –  $\frac{1}{2}$  шт.
- сухари панировочные –  $\frac{1}{2}$  стакана
- соль и перец – по вкусу
- готовое слоеное тесто

### Для соуса:

- масло сливочное – 1 ч. ложка
- томатная паста – 100 г
- мука – 1 ч. ложка
- бульон – 2 стакана

1. Очистить рыбу, разрезать по спине, выпотрошить через разрез внутренности и удалить хребтовую кость. Голову и хвост оставить. Хорошо промыть, завернуть в полотенце, обсушить.
2. **Приготовить фарш:** шампиньоны очистить, промыть, нарезать кружочками и потушить в масле; мелко нарезанную сельдь соединить с куском сливочного масла, добавить сухари, соль и перец по вкусу, все хорошо перемешать с приготовленным томатным соусом. Заправленный соусом фарш остудить.
3. Слоеное тесто разделить на две порции и каждую половину раскатать в пласт длиной с рыбу. На один из пластов положить брюшком вниз рыбу, напол-

нить ее фаршем через разрез, накрыть другим пластом теста и, обрезав лишнее тесто, придать закрытой в тесте рыбе ее форму. Края теста смочить водой, чтобы оно хорошо слепилось. Обмазать тесто яйцом, проколоть сверху отверстие, чтобы пар выходил наружу, и поставить рыбу в тесте в хорошо нагретую духовку. Как только тесто зарумянится, убавить огонь и допекать рыбу на небольшом огне. Когда тесто

будет свободно сходить с листа, осторожно снять рыбу на блюдо.

4. Рыба должна печься не менее 1 ч. Нарезать ее порционными кусками и подать. Оставшийся соус подавать отдельно в соуснике.
5. **Приготовление томатного соуса.** Растереть на сковороде муку с маслом (на огне), не давая зарумяниться, положить томат и разбавить бульоном. Прокипятить соус до густоты сметаны.

## 263. Рыба в соусе на сковороде

- Рыба белая, филе – 1 кг
- помидоры спелые – 500 г
- чеснок – 3 зубчика
- огурцы соленые – 3 шт.
- мука – 50 г
- масло растительное
- соль
- свежемолотый черный перец

1. Подготовить ингредиенты для соуса. На помидорах сделать крестообразные надрезы, обдать кипящей водой, затем холодной, снять кожицу. Помидоры нарезать средними кубиками.
2. Очистить чеснок для соуса и затем нарезать как можно мельче. Огурцы очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками.
3. Рыбу нарезать порционными кусками по 200 г и обвалять в муке, смешанной с солью и перцем. Обжарить на масле до румяной корочки с обеих сторон, примерно по 2 мин с каждой стороны. Переложить рыбу на тарелку.
4. В том же масле, где вы жарили рыбу, обжарить чеснок, 20 секунд. Добавить огурцы, обжаривать 1 мин. Затем выложить помидоры. Посолить и поперчить. Тушить на среднем огне 10 мин.
5. Положить в сковороду рыбу и «закрыть» ее в приготовленный соус. Закрыть крышкой и тушить примерно 7 мин.

## 264. Нарядная запеканка из рыбы

- Палтус, зубатка, филе белой рыбы – 500 г
- горбуша, кижуч, форель, филе красной рыбы – 500 г
- сливки жирностью 20 % – 500 мл
- картофель – 1 кг
- лук репчатый – 3 шт.
- чеснок – 6–7 зубчиков
- свежемолотый черный перец
- желток – для смазывания
- соль

### Для теста:

- мука – 220 г
- масло растительное – 80 мл
- соль – 1 ч. ложка
- вода

1. Для теста смешать в миске муку с солью. Перемешивая вилкой, постепенно добавить масло. Затем влить 80 мл теплой воды и продолжать размешивать до образования на вилке комка теста. Переложить тесто на рабочую поверхность и вымешивать руками 5 мин. Накрыть миской, оставить на 10 мин, затем снова вымесить.
2. Разогреть духовку до 180 °С. Очистить картофель, нарезать тонкими кружочками. Нашинковать мелко лук. Рыбу нарезать пластинами толщиной 1 см, тщательно удаляя косточки.
3. Чеснок раздавить, очистить и мелко порубить. Смешать со сливками, поперчить.
4. Большую глубокую форму для запекания щедро смазать маслом. Выложить картофель и рыбу слоями: картофель – белая рыба – лук – картофель – красная рыба – лук – картофель. Каждый слой солить и поливать сливками с чесноком.
5. Раскатать тесто в пласт, накрыть форму, закрепить тесто на бортиках снаружи. Сделать в центре отверстие для выхода пара. Смазать тесто желтком. Запекать в разогретой духовке примерно 40 мин.

## 265. Жареный минтай в орехово-грибной панировке

- Филе минтая (по 180–200 г каждое) – 4 шт.
  - очищенные грецкие орехи – 200 г
  - сухие белые грибы – 30 г
  - кинза – 3–4 веточки
  - лимон – 1 шт.
  - масло растительное – для обжаривания
  - соль
1. Подготовить ингредиенты для панировки. Орехи и сухие грибы порубить в мелкую крошку. Кинзу вымыть, обсушить и мелко измельчить. Из лимона отжать сок, смешать его с орехами, грибами и кинзой.
  2. Подготовить минтая. Рыбу сполоснуть, тщательно обсушить бумажным полотенцем. Разрезать каждое филе поперек на 2 части, натереть солью и перцем. Обвалять каждый кусок в получившейся панировке.
  3. Разогреть в сковороде немного растительного масла. Обжарить рыбу, по 3 мин с каждой стороны. Полить оставшимся лимонным соком и посыпать остатками специй. Подавать жареного минтая в орехово-грибной панировке в горячем виде.

## 266. Котлеты из муксуна

- Муксун, филе – 1 кг
  - белый хлеб без корки – 200 г
  - молоко – 100 мл
  - лук репчатый – 2 шт.
  - чеснок – 1–2 зубчика
  - соль – 10 г
  - молотый черный перец – 10 г
  - яйцо – 1 шт.
  - мука – для панировки
  - масло растительное
1. Хлеб замочить в молоке на 15–20 мин. Слегка отжать, пропустить через мясорубку вместе с рыбным филе, луком и чесноком.
  2. Фарш поперчить, посолить, добавить яйцо, взбитое до однородности. Тщательно перемешать. Сформировать большие котлеты (в  $\frac{2}{3}$  ладони и 3–4 см высотой), слегка обвалять в муке.
  3. Обжарить на разогретой сковороде с растительным маслом до корочки с двух сторон, по 2 мин с каждой стороны. Убавить огонь, накрыть сковородку крышкой и жарить до полной готовности. Подавать теплыми.

## 267. Караси жареные

- Караси – 2 шт.
- соль – 5 г
- горчица – 1 ст. ложка
- мука – 2 ст. ложки
- сок ½ лимона
- чеснок сухой – 1 ч. ложка
- масло растительное – 50 мл

1. Карасей выпотрошить, очистить от чешуи, вытащить жабры.
2. Смазать тушки карасей горчицей, смешанной с лимонным соком и порошком сухого чеснока. Это поможет отбить запах и придаст рыбе мягкость и аромат. Мариновать карасей 15–20 мин.
3. Обваливать рыбу в муке, смешанной с солью, и пожарить на разогретой сковороде в растительном масле, по 4 мин с каждой стороны.

## 268. Корюшка по-господски

- Корюшка – 500 г
- масло растительное – 40 мл
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- лавровый лист – 2 шт.
- перец черный молотый – 10 г
- уксус (6%) – 2 ст. ложки
- вода – 500 мл
- сахар – 1½ ст. ложки
- соль – 1½ ст. ложки
- мука – 3 ст. ложки
- укроп – 20 г
- розмарин – 5 г
- лавровый лист – по желанию

1. Рыбу помыть, чтобы удалить чешую. Почистить – у корюшки удаляют голову. Внутренности вынимают, потянув за голову. Хребет и плавники не удаляют. Добавить розмарин, слегка посолить, обваливать в муке. Обжарить на растительном масле.
2. **Приготовить маринад:** почистить лук и морковь, нарезать кольцами. Вскипятить воду, растворить в ней соль и сахар. Положить лавровый лист, перец, морковь. Убавить огонь и дать специям потомиться в маринаде. Снять воду с огня и влить уксус.
3. В посуду для маринования уложить рыбу, переслаивая луком и укропом.
4. Залить маринадом и на ночь убрать в холодильник. К утру рыба готова.

## 269. Рыбные котлеты

- Филе горбуши или любой рыбы семейства лососевых – 250 г
- филе щуки или судака – 250 г
- филе трески, пикши или хека – 250 г
- белый (пшеничный) хлеб – ¼ буханки
- лук репчатый – 2 шт.
- чеснок – 5 зубчиков
- панировочные сухари – 2 стакана
- масло растительное
- соль
- молотый черный перец

1. Хлеб замочить в холодной воде, отжать. Лук очистить, нарезать мелкими кубиками и обжарить на масле. Чеснок очистить и мелко порубить.
2. Филе трех видов рыбы дважды пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком, чесноком и размоченным хлебом. В фарш добавить соль и черный молотый перец, тщательно перемешать.
3. Сформовать из фарша котлеты, запанировать их в сухарях. Обжарить котлеты на масле до образования золотисто-коричневой корочки, довести до готовности в духовке в течение 7–8 мин при 160 °С. Подать котлеты можно с любым овощным соусом.

## 270. Рыбный рулет

- Рыбное филе – 1 кг
- лук репчатый – 200 г
- яйца – 4–5 шт.
- зелень пряная – 30–50 г
- растительное масло
- соль, перец черный молотый – по вкусу

Лук репчатый очистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Яйца отварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Рыбное филе без костей провернуть на мясорубке, перемешать с пассерованным луком, мелко нарезанной зеленью и измельченными яйцами, добавив по вкусу соль и черный молотый перец. Приготовленный фарш разложить ровным слоем на всю поверхность тонкого сочня, раскатанного из пресного теста (см. с. 204), скатать сочень с фаршем в рулет и запечь в духовке. Пряная зелень для рыбного рулета – укроп, майоран, чабер или петрушка.



## 271. Рулет рыбный с морковью, луком и томатами

- Рыбное филе – 1 кг
- морковь – 100 г
- лук репчатый – 100 г
- помидоры спелые – 200 г
- сметана – 200 г
- растительное масло
- соль – по вкусу

Морковь вымыть, очистить, нашинковать соломкой. Лук очистить, мелко нарезать, пассеровать на растительном масле вместе с морковью. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками и обжарить на растительном масле. Подготовленную тушку рыбы или рыбное филе распластовать, на разложенный пласт рыбы уложить пассерованные овощи, все свернуть рулетом, предварительно посолив, уложить на противень, залить сметаной и запечь в духовке. Подавать можно горячим и холодным.

## 272. Запеканка рыбная слоеная с зеленью и сладким перцем

Запеканка может готовиться из любой рыбы. Для блюда можно брать как цельные куски рыбы, так и рыбное филе из мелких кусочков.

- Рыбное филе – 1 кг
- лук-порей – 200 г
- перец красный сладкий – 200 г
- укроп (зелень свежая) – 50 г
- яйца – 2–3 шт.
- соль, перец черный крупномолотый – по вкусу

Перец сладкий, зелень укропа и лук-порей (этилированную часть и зеленые перья) промыть. Лук и укроп мелко нарезать, у перца удалить семена и содержимое семенной камеры, плоды без семян (стручки) нарезать тонкими кольцами. Измельченный лук-порей перемешать с яйцами, половину смеси уложить на противень, поверх ее уложить слой рыбы, освобожденной от костей, рыбу посолить, поперчить, посыпать измельченным укропом, на слой рыбы уложить нарезанный кольцами сладкий перец, залить все оставшейся смесью лука-порея с яйцами и закрыть противень фольгой. Запечь в духовке, разогретой до 200–220 °С.

# КАШИ И ЗАПЕКАНКИ



*Ели кислую и ставленную капусту, свеклу с постным маслом и уксусом, пироги с горохом, с начинкою из растительных веществ, гречневую и овсяную кашу с постным маслом, луковники, овсяный кисель, левашники, оладьи с медом, караваи с грибами и с пшеном, разного рода грибы, вареные и жареные (масляники, грузди, сморчки, рыжики), разные приготовления из гороха: горох битый, горох тертый, горох цеженный, сыр гороховый, то есть твердо сбитый мятый горох с постным маслом, хрен, редьку и разные овощные приготовления: взвар из овощей и коливо.*

**М. М. Забылин, «Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия»**

## 273. Каша пшеничная

- Крупа («Артек», Полтавская) – 300 г
- вода – 1 л
- масло сливочное или растительное – 1 ст. ложка
- отруби пшеничные – 1 ст. ложка

Прокалить крупу на сухой сковороде до золотистого цвета, перемешивая, чтобы не подгорела. Добавить 1 ст. ложку сливочного или растительного масла, тщательно перемешать. Высыпать в кастрюлю, залить кипятком, посолить и, не перемешивая, варить на медленном огне до готовности. Каша по этому рецепту должна получиться рассыпчатой. Для витаминного обогащения в нее можно добавить 1 ст. ложку прокаленных отрубей, смешав их с поджаренной крупой, или в готовое блюдо положить проростки пшеницы. При подаче к столу посыпать семенами тыквы.

## 274. Пшеничная каша на молоке с грушами

- Пшеничная крупа – 200 г
- молоко – 1,2 л
- соль – на кончике ножа
- сахар – 50 г
- груши – 2 шт.
- сливочное масло – 20 г
- коричневый сахар – 30 г

1. Подготовить все ингредиенты. Пшеничную крупу пересыпать в кастрюлю. Добавить холодное молоко, соль и сахар. Поставить на сильный огонь и довести до кипения. Уменьшить огонь под кастрюлей до слабого. Варить, помешивая, 5–7 мин. Затем убавить огонь до минимального. Готовить кашу, периодически помешивая, 20–30 мин.
2. Груши для каши вымыть и очистить. Разрезать на четвертинки, удалить сердцевины с семенами. Мякоть нарезать небольшими кубиками. В сковороде растопить сливочное масло. Выложить нарезанные груши и жарить на сильном огне 2 мин. Уменьшить огонь под сковородой с грушами. Добавить коричневый сахар и готовить еще 1–2 мин. Кашу разложить по тарелкам. В каждую добавить карамелизованные груши. Полить сиропом из сковороды и подавать к столу.

## 275. Каша пшенично-гречневая с овощами

- Крупа пшеничная («Артек», Полтавская) – 200 г
- крупа гречневая ядрица – 200 г
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 100 г
- петрушка (коренья) – 50 г
- вода – 1 л
- растительное масло
- соль – по вкусу

Лук, морковь и петрушку очистить, вымыть, мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле. Пшеничную и гречневую крупу смешать, прокалить на сухой сковороде, перемешать с маслом, залить крутым кипятком. Когда крупа разбухнет, поставить на маленький огонь и варить до готовности. Готовую кашу смешать с пассерованными овощами. При подаче к столу посыпать растертыми грецкими орехами.

## 276. Каша пшенная

- Пшено – 300 г
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- отруби – 1 ст. ложка
- семена подсолнечника
- соль –  $\frac{1}{2}$  чайной ложки
- вода – 600 мл

Пшено хорошо промыть, воду слить, обжарить на сковороде до золотистого цвета, добавить 1 ст. ложку сливочного масла (можно растительного) и 1 ст. ложку отрубей, перемешать, высыпать в кастрюлю, залить кипятком и посолить. Варить на медленном огне до готовности, не перемешивая. При подаче к столу посыпать семенами подсолнечника (по 1 ст. ложке на порцию).

## 277. Каша пшенная с грибами

Пшено промыть, подсушить на чистом полотенце и прокалить на сковороде, постоянно помешивая. Когда пшено прокалится (появится приятный запах), его тут же заливают кипящей водой – на 1 стакан пшена  $1\frac{1}{2}$  стакана воды и 1 ст. ложку масла (любого), подсолить. Оставить до тех пор, пока пшено не разбухнет (ми-

нут на 15–20). Затем на растительном масле пассеровать грибы, отдельно репчатый лук. Все добавить в кашу, осторожно перемешав, и, поставив кашу на очень медленный огонь, доварить. Если оказалось, что жидкости маловато, добавьте кипящее молоко или кипящую воду. Каша получается рассыпчатой и очень душистой.

## 278. Перловая каша на молоке

- Перловая крупа – 200 г
- молоко – 1 л
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- сливки жирностью 10% – 100 мл
- сливочное масло – 30 г
- сахар – по вкусу

1. Подготовить ингредиенты для каши. Перловку промыть, переложить в кастрюлю и залить холодной питьевой водой так, чтобы она покрыла крупу слоем не менее чем в 2–3 см. Оставить на 12 ч.
2. Откинуть перловку на дуршлаг. Переложить в кастрюлю и залить молоком. Подготовить также большую кастрюлю – такого размера, чтобы первая в нее спокойно помещалась. Наполнить водой (примерно до половины высоты) и довести до кипения.
3. Перловку с молоком также довести до кипения на сильном огне. Посолить, приправить сахаром по вкусу. Затем переставить кастрюлю с кашей в кастрюлю с кипящей водой.
4. Закрыть емкость с кашей крышкой. Варить 3 ч на минимальном огне. Следить за уровнем воды и, в случае необходимости, добавлять ее. Каша должна загустеть и приобрести кремовый оттенок.
5. Сливки довести почти до кипения. Добавить в готовую перловую кашу вместе с маслом. Тщательно перемешать. Разложить перловую кашу по тарелкам и подать к столу.

## 279. Каша перловая с кореньями

- Крупа перловая – 1 стакан
- лук репчатый – 100 г
- пастернак (коренья) – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- вода – 3 стакана
- соль – по вкусу

Крупу обжарить на сковороде, смешать с растительным маслом (1 ст. ложка). Пастернак и лук мелко нарезать, спассеровать на растительном масле, залить все кипящей водой, посолить и варить на медленном огне до готовности.

## 280. Каша перловая с грибами и овощами («Русский плов»)

- Крупа перловая – 250 г
- шампиньоны – 200 г
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- масло растительное – 75 мл
- вода – 0,7 л
- соль – по вкусу

Свежие грибы (лучше шампиньоны или вешенки) перебрать, тщательно промыть, погружая их в соленую воду, сполоснуть холодной водой и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук репчатый очистить и мелко нашинковать. Измельченные овощи и грибы отдельно пассеровать на растительном масле. Перловую крупу прокалить на сковороде, залить крутым кипятком, дать разбухнуть. Затем поставить на маленький огонь и варить до готовности. Кашу смешать с пассерованными овощами и грибами и подать к столу.

## 281. Каша перловая с кальмарами и овощами

- Крупа перловая – 200 г
- кальмары – 300 г
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

1. Кальмаров залить кипятком, выдержать до остывания, очистить от пленок и промыть холодной водой, нашинковать соломкой и пассеровать 5 мин на растительном масле. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить и мелко нарезать. Измельченные морковь и лук пассеровать на растительном масле 2–3 мин.
2. Крупу прокалить на сухой сковороде, засыпать в кастрюлю, залить кипятком и выдержать до разбухания. Затем поставить на огонь и варить на медленном огне под крышкой. Готовую кашу соединить с пассерованными кальмарами и овощами, посолить и перемешать.
3. По этому рецепту можно сварить кашу из риса, овсянки, пшена и пшеничной крупы.

## 282. Каша ячневая с овощами и свежими грибами

- Крупа ячневая – 1 стакан
- лук репчатый – 50 г
- морковь – 50 г
- грибы свежие – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- вода – 3 стакана

1. Крупу обжарить на сухой сковороде и смешать с 1 ст. ложкой растительного масла.
2. Лук и морковь почистить, вымыть, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле.
3. Грибы почистить, вымыть, отварить в подсоленной воде, мелко нарезать и обжарить на растительном масле.
4. Грибы и овощи смешать с обжаренной крупой, залить кипятком, подсолить и варить на медленном огне, пока не сварится крупа.

## 283. Каша кукурузно-ячневая

- Крупа кукурузная –  $\frac{1}{2}$  стакана
- крупа ячневая –  $\frac{1}{2}$  стакана
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- вода – 3 стакана
- соль – по вкусу

Смешать кукурузную и ячневую крупу, обжарить смесь круп на сухой сковороде, смешать с маслом, высыпать в кастрюлю, залить кипятком, посолить и варить на медленном огне до готовности. Такую кашу хорошо подавать с грибным соусом.



## 284. Каша кукурузная с ягодами

- *Питьевая вода – 500 мл*
- *молоко – 500 мл*
- *соль – на кончике ножа*
- *кукурузная крупа – 200 г*
- *сахар – 3 ст. ложки*
- *ванильный экстракт – ½ ч. ложки*
- *очищенные грецкие орехи и свежие ягоды для подачи – по вкусу*
- *сливки жирностью 33% – 200 мл*

1. Подготовить все ингредиенты для каши. Налить в кастрюлю с толстым дном питьевую воду. Добавить молоко и соль. Поставить на сильный огонь и довести до кипения.
2. Постоянно помешивая венчиком, всыпать тонкой струйкой кукурузную крупу. Уменьшить огонь до слабого, прикрыть кастрюлю крышкой и варить кашу, помешивая каждые 5 мин, до готовности (около получаса).
3. Когда кукурузная каша будет готова, снять кастрюлю с огня. Добавить сахар и ванильный экстракт, перемешать. Затем осторожно, чтобы не обжечься, взбить кашу венчиком.
4. Разложить кукурузную кашу по порционным тарелкам. В каждую добавить рубленые орехи и ягоды. Влить в тарелки с кашей немного холодных сливок и сразу подать к столу.

## 285. Каша кукурузная с сухофруктами

- *Крупа кукурузная – 200 г*
- *сухофрукты – 200 г*
- *сахар – 1 ст. ложка*
- *молоко – 1 л*
- *соль – по вкусу*

1. Мелкую кукурузную крупу прокалить на сухой сковороде, пересыпать в кастрюлю, залить кипящим молоком, положить сахар, посолить и варить на медленном огне.
2. В готовую кашу добавить отваренные в небольшом количестве подслащенной воды сухофрукты, перемешать.
3. Сухофрукты можно заменить свежими ягодами. Подавать со сливками.



## 286. Каша гречневая

- Крупа гречневая ядрица – 1 стакан
- вода – 2 стакана
- соль – по вкусу

1. Гречневую крупу перебрать, промыть, удалить всплывшие крупинки, воду слить, крупу обжарить на сухой сковороде.
2. Засыпать обжаренную крупу в кастрюлю, залить кипятком и варить на медленном огне под крышкой, не перемешивая, до готовности.

## 287. Каша гречневая с грибами

- Крупа гречневая – 250 г
- грибы свежие – 100 г
- вода – 2½ стакана
- лук репчатый – 1 шт.
- соль – ½ ч. ложки
- масло сливочное – 30 г
- сметана – по вкусу

1. Грибы промыть и отварить в подсоленной воде 20 мин до готовности. Грибы откинуть на дуршлаг. Грибной отвар процедить, влить в кастрюлю, довести до кипения, посолить.
2. Гречневую крупу обжарить на раскаленной сковороде без масла.
3. В кипящий грибной отвар добавить гречневую крупу, нашинкованные грибы и размешать.
4. Кашу варить на слабом огне с закрытой крышкой 30 мин. Дать настояться под крышкой и при выключенном огне еще 30 мин.
5. При подаче к столу добавить в кашу обжаренный на сливочном масле лук. По вкусу в кашу можно добавить сметану.

## 288. Зразы из гречневой крупы с творогом

- Крупа гречневая (продел) – 200 г
- творог – 250 г
- молоко – 2 л
- яйца – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- масло сливочное – 40 г
- сметана

1. Положить в миску творог, добавить 1 яйцо, 1 ст. ложку сахара и все хорошо растереть. Если масса получится очень сухой, развести ее сметаной. Молоко вылить в кастрюлю и довести до кипения. Затем добавить в него масло, дробленую гречневую крупу и варить при слабом кипении до готовности. Готовую кашу слегка охладить, размять и перемешать с яйцом, сахаром. Из полученной массы сделать лепешки, на середину каждой уложить творожную массу и защепить, как пирожки.
2. В кастрюлю налить немного воды и довести ее до кипения. Сверху на кастрюлю поставить металлический дуршлаг, сложить в него зразы и варить на парú под крышкой до готовности. Готовые зразы перед подачей полить сметаной.

## 289. Каша манная с сухофруктами

- Крупа манная – 100 г
- молоко – 500 мл
- курага – 100 г
- чернослив – 100 г
- сахар – 50 г
- отруби – 1 ст. ложка

Манную крупу прокалить на сухой сковороде, смешать с отрубями, залить кипящим молоком, добавить 1 ст. ложку сахарного песка, посолить, варить до готовности. Чернослив (без косточек) и курагу вымыть, припустить в небольшом количестве воды с сахаром и добавить в кашу при подаче к столу.

## 290. Каша гурьевская, запеченная в тыкве

- Тыква – 1 шт.
- рис – 1 стакан
- сметана – 1 стакан
- сахар – 2–3 ст. ложки
- изюм – ½ стакана
- корица молотая – 1 ч. ложка
- курага – ½ стакана
- мед

1. У небольшой тыквы срезать верхушку, выскоблить ложкой зерна, затем часть мякоти до толщины стенок тыквы в 1–1,5 см.
2. Смешать отварной рис с мякотью тыквы, сметаной, сахаром, изюмом, корицей, мелко нарубленной курагой. Начинить приготовленной кашей тыкву, закрыть срезанной крышкой и запечь до готовности в духовке. При подаче каждую порцию можно полить растопленным маслом или ложкой теплого меда.

## 291. Каша гурьевская замороженная

- Крупа манная – 200 г
- сахар – 400 г
- масло сливочное – 100 г
- орехи грецкие очищенные – 600 г
- цукаты – 100 г
- цукаты из апельсиновых корок – 100 г
- сливки 30%-ные – 2 стакана
- сливки 10%-ные – 450 г
- молоко для каши – 300 г
- ванилин – по вкусу
- сок 1 лимона.

1. Вскипятить молоко и всыпать в него манную крупу. Помешивая, вскипятить несколько раз, чтобы крупа разварилась и каша загустела. Положить в кашу 100 г сахара, сливочное масло, ванилин, измельченные карамелизованные орехи, пенки, нарезанные мелкими кубиками цукаты. Все это хорошо перемешать, остудить и осторожно перемешать со взбитыми 30%-ными сливками. Положить в форму, плотно закрыть крышкой и поставить на ночь в морозильник. Подавать гурьевскую кашу, выложив ее из формы на круглое блюдо.
2. **Карамелизация орехов.** Очищенные грецкие орехи подсушить немного в духовом шкафу. Сахар положить в кастрюлю и разбавить его соком 1 лимона. Поставить на огонь и, непрерывно помешивая, довести до красноватого цвета, тут же всыпать орехи, быстро мешая вилкой, чтобы все орехи по-

крылись карамельной пленкой, и сразу же выложить их на большую тарелку, смазанную маслом.

3. **Приготовление пенок.** В сливки добавить 1 ст. ложку сливочного масла и поставить в духовку со средним жаром. Как только пенка на сливках за-

румянится, снять ее вилкой, положить на тарелку, а сливки снова поставить в духовой шкаф и снова так же снять подрумяненную пенку. Так проделывать до тех пор, пока не кончатся все сливки (пенки не следует подрумянивать до коричневого цвета, так как они будут горчить).

## 292. Каша тыквенная с манной крупой

- Тыква – 500 г
- крупа манная – 1 стакан
- молоко – 1 л
- сахар – 2 ст. ложки

1. Манку засыпать в кипящее молоко. Довести до кипения и отставить. Тыкву очистить, нарезать мелкими кубиками, пересыпать сахаром и после выделения сока сварить на медленном огне до готовности. Затем смешать тыкву с манной кашей и довести до кипения.
2. Перед подачей к столу в кашу добавить свежие или мороженые ягоды.

## 293. Полбяная каша

- Полба – 250 г
- простокваша – 2 стакана
- вода –  $\frac{1}{2}$  стакана
- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- масло сливочное – 100 г

1. Полбу замочить на 4–6 ч (или на ночь) в смеси простокваши и кипяченой холодной воды, затем промыть в холодной воде, отварить на слабом огне в молоке до готовности (каша не разваривается, каждое зернышко остается целым, готовность проверяется пробой на вкус после полного выкипания жидкости).
2. Кашу укутать и дать выстояться 30–40 мин, после чего заправить ее маслом и подать к столу.

## 294. Каша овсяная с овощами

- Крупа овсяная – 200–300 г
- лук репчатый – 100 г
- морковь – 100 г
- петрушка (коренья) – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- вода – 0,6 л
- семена тыквы – 1 ст. ложка на порцию
- соль – по вкусу

1. Петрушку и морковь вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке, лук репчатый очистить и мелко нарезать. Все овощи пассеровать на растительном масле.
2. Недробленую овсяную крупу хорошо вымыть, прокалить на сухой сковороде, добавить 1 ст. ложку растительного масла, перемешать, залить крутым кипятком и оставить до набухания (можно на ночь). Затем поставить на огонь и варить до готовности. Смешать с пассерованными овощами. При подаче к столу посыпать очищенными тыквенными семенами.

## 295. Рисовая каша с изюмом

- Круглозерный рис – 100 г
- изюм – 60 г
- питьевая вода – 300 мл
- соль –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- молоко – 250 мл
- сахар – 40 г
- ванильный сахар – 5 г
- масло сливочное – 30 г

1. Подготовить ингредиенты для каши. Рис насыпать в глубокую миску и промыть водой, периодически меняя, до тех пор, пока она не станет прозрачной. Откинуть крупу на мелкое сито.
2. Изюм перебрать и тщательно промыть проточной водой. Оставить до использования. В небольшой кастрюле нагреть питьевую воду. Добавить соль и довести до кипения на сильном огне.
3. Всыпать подготовленный рис и перемешать. Закрыть кастрюлю и варить на среднем огне около 10 мин. Периодически снимать крышку и перемешивать рис ложкой.
4. Открыть кастрюлю. Почти вся вода должна выкипеть. Если этого не произошло, просто аккуратно слить лишнюю. Залить рис в кастрюле молоком. Всыпать обычный и ванильный сахар. Перемешать и довести до кипения.

5. Положить изюм. Снова перемешать. Варить на слабом огне под крышкой около 12 мин. Периодически снимать крышку и перемешивать

кашу ложкой. Выключить огонь. Добавить масло и перемешать. Кашу оставить под крышкой на плите еще на 10 мин.

## 296. Рисовая каша с голубикой

- Рис (отварной) – 350 г
- молоко – 300 мл
- сливки 10% – 150 мл
- сахар, соль – по вкусу
- сливочное масло – 100 г
- голубика – 200 г
- мята – 1–2 веточки
- миндальные лепестки (для украшения)

1. В сотейнике с толстым дном вскипятить молоко, сливки, сахар. Затем добавить отварной рис и уваривать до нужной консистенции.
2. После того как каша почти готова, добавить ягоды, предварительно промыв их под проточной водой, и сливочное масло. Прогреть 1–2 мин. Перемешать.
3. Параллельно обжарить миндаль на сухой сковороде. Мята нарезать тонкой соломкой.
4. Подать кашу, украсив миндалем и мятой.

## 297. Рис с пассерованными овощами

- Рис – 300 г
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- сельдерей или пастернак (коренья) – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Морковь и сельдерей вымыть, очистить, нашинковать мелкой соломкой. Лук очистить, мелко нарезать, пассеровать на растительном масле вместе с морковью и сельдереем. Рис промыть и отварить до готовности в воде, смешать с подготовленными овощами, посолить по вкусу.

## 298. Каша тыквенная с рисом

- Тыква – 500 г
- рис – 200 г
- молоко или сливки – 400 мл
- вода – 2 л
- сахар – 2 ст. ложки

Рис промыть, залить кипятком (вода должна быть выше крупы на 2 см), накрыть крышкой. Когда рис разбухнет, поставить на медленный огонь в этой же воде, довести до кипения и долить молоком (можно сливками), варить до полной готовности. Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать мелкими кубиками и пересыпать сахарным песком. После выделения из нее сока поставить на медленный огонь и варить до размягчения. Затем смешать тыкву с рисом и довести до кипения. Подавать к столу, добавив сливки или сливочное масло.

## 299. Сборная каша с ягодами в горшочке

- Пшено – 1 стакан
- рис круглозерный – 1 стакан
- хлопья овсяные – 1 стакан
- сливки жирностью 22 % – 250 мл
- молоко – 180 мл
- ягоды свежемороженые – 300 г
- соль
- сахар

1. Ягоды разморозить на нижней полке холодильника, выложив их на ночь в дуршлаг, установленный в миску. Ягоды обсушить бумажными полотенцами. Рис и пшено тщательно вымыть.
2. Отварить крупы в разных кастрюлях до полуготовности: рис – 10 мин, пшено – 15 мин. Отбросить их на дуршлаг и выложить в миску. Добавить овсяные хлопья.
3. Влить молоко и сливки. Приправить солью и сахаром по вкусу. Перемешать.
4. Добавить к крупам ягоды и еще раз перемешать.
5. Переложить получившуюся смесь в горшок, накрыть и поставить в разогретую до 170 °С духовку на 15–20 мин. Кашу можно разложить и по порционным горшочкам.



## 300. Каша гороховая

- Горох – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное – 4 ст. ложки
- соль
- молотый перец – по вкусу

1. Насыпать горох в дуршлаг и тщательно промыть проточной холодной водой.
2. Залить промытый горох большим количеством горячей воды (не менее 1–1½ л), закрыть крышкой и оставить на 10 ч при комнатной температуре, чтобы он набух.
3. Набухший горох выложить в дуршлаг и дать стечь воде. Промыть еще раз. Кастрюлю из-под гороха промыть. Переложить в нее горох и залить свежей водой таким образом, чтобы она только покрывала бобовые.
4. Кастрюлю с горохом поставить на огонь и быстро довести до кипения. Посолить по вкусу, уменьшить огонь и варить до тех пор, пока бобовые полностью не разварятся.
5. Лук очистить и мелко нарезать. В сковороде нагреть растительное масло, положить лук и, помешивая, жарить 4 мин.
6. Добавить горох, перемешать и прогреть на маленьком огне в течение 5 мин.

## 301. Картофельная запеканка с разными начинками

- Картофель – 1 кг
- лук репчатый – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- перец черный молотый – по вкусу
- начинка – 500 г – 1 кг

Картофель вымыть, очистить, залить кипятком, посолить, отварить до готовности и протереть через сито. Лук репчатый очистить и пассеровать на растительном масле (или любом другом жире) до золотистого цвета. Все смешать, поперчив по вкусу. Приготовленную массу разделить на две равные части. Противень для запекания смазать растительным маслом, посыпать растолченными



сухарями, уложить на него ровным слоем половину картофельной массы, затем равномерно разместить по всей поверхности приготовленную заранее начинку и прикрыть ее слоем оставшегося картофеля. Сверху по всей поверхности запе-

канки уложить тонким сплошным слоем рекомендуемые по рецептуре продукты, сбрызнуть ее растительным маслом или сметаной и, сразу же поместив противень в разогретую до 190–200 °С духовку, запекать 20–30 мин.

## 302. Начинки для картофельной запеканки

### Мясная начинка с репчатым луком

- Мясо – 500 г
- лук репчатый – 300 г
- перец черный молотый – ¼ чайной ложки
- соль – по вкусу

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, обжарить на сковороде и пропустить через мясорубку. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Все соединить, посолить и поперчить, тщательно перемешать.

На запеканку с такой начинкой перед выпечкой можно положить слой консервированной или отварной кукурузы.

### Рыбная начинка с луком и зеленью

- Рыбное филе – 500 г
- лук репчатый – 200 г
- зелень майорана или чабера – 20 г
- масло растительное – 100 мл
- перец черный молотый – ¼ чайной ложки
- соль – по вкусу

Лук репчатый очистить, порубить и пассеровать на растительном масле. Зелень промыть и измельчить. Рыбное филе (лучше от жирных рыб) нарезать небольшими кусочками, обжарить на растительном масле с двух сторон, разобрав вилкой на очень мелкие частицы,

добавить подготовленные лук и зелень, посолить, поперчить и перемешать. Верх картофельной запеканки с такой начинкой можно украсить ломтиками томатов. Сдобренный растительным маслом слой томатов можно посыпать тертым сыром.

### Начинка из зеленого лука с зеленью

- Лук зеленый – 500 г
- яйца – 5 шт.
- масло сливочное – 100 г
- соль – по вкусу

Лук зеленый промыть и нарубить. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками, перемешать с измельченным луком, добавив сливочное масло и соль. Запеканку с луковой начинкой посыпать сверху семенами кунжута и тертым сыром.

- Лук-порей – 500 г
- сыр острый – 100 г
- укроп (зелень) – 50 г
- масло сливочное – 100 г
- соль – по вкусу

Лук-порей и зелень укропа тщательно вымыть, очень мелко нарезать. Сыр натереть на терке, перемешать со сливочным маслом. Все соединить, посолить и перемешать. На сформированную запеканку сверху уложить слой консервированной кукурузы.

## Грибная начинка с репчатым луком

- Шампиньоны свежие – 1 кг
- лук репчатый – 300 г
- масло растительное – 150 мл
- соль – по вкусу

Шампиньоны свежие перебрать, промыть, нарезать ломтиками и обжарить на растительном масле. Лук репчатый очистить, нашинковать, пассеровать на растительном масле и смешать с грибами, посолив по вкусу. Запеканку с грибной начинкой можно украсить пластинками свежих шампиньонов, полив их сметаной или посыпав тертым сыром.

## Начинка из летней зелени

- Листья мангольда или свекольная ботва – 500 г
- молодой чеснок (зеленые перья и головки) – 100 г
- зелень укропа – 50 г
- перец черный молотый – ¼ чайной ложки
- соль – по вкусу

Всю зелень хорошо промыть, лучше с полным погружением в воду, отжать и нарезать. Добавить соль и перец, тщательно перемешать. Сверху запеканки уложить отварную фасоль или консервированный горошек и сбрызнуть растительным маслом.

## Начинка из кабачков

- Кабачки – 1 кг
- чеснок – 1 головка
- сыр – 150 г
- масло растительное – 100 мл
- перец черный молотый – ¼ чайной ложки
- соль – по вкусу

Молодые кабачки вымыть, нарезать длинными пластинами толщиной 1 см,

обжарить на растительном масле с двух сторон, затем посолить и поперчить. Укладывать как начинку в два слоя. Сверху сформированной запеканки поместить такие же обжаренные ломтики кабачков в один слой и посыпать их тертым сыром.

## Начинка мясная с зеленью

- Свинина постная – 500 г
- зелень базилика свежая – 200 г
- перец черный молотый – ¼ чайной ложки
- соль – по вкусу

Мясо промыть, нарезать мелкими кусочками и обжарить, перемешивая, на сковороде. Базилик вымыть и мелко нарезать, соединить с готовым мясом, добавив соль и перец. На сформированную запеканку уложить ломтики свежих томатов, посолить и залить сметаной.

## Творожная начинка с зеленью

- Творог – 500 г
- яйца (желтки) – 5 шт.
- петрушка (зелень) – 100 г
- соль – по вкусу

Зелень петрушки или укропа промыть, обсушить и мелко нарезать. Отжатый творог протереть через сито, смешать с яичными желтками и измельченной зеленью, посолить по вкусу. В картофельную массу для запеканки с этой начинкой вмешать оставшиеся яичные белки, предварительно хорошо взбив их. Верх запеканки перед установкой в духовку смазать густой сметаной.

### 303. Запеканка вермишелевая с яблоками

- Вермишель – 300 г
- яблоки – 500 г
- сахар – 100 г
- яйца – 2 шт.
- ваниль или корица – по вкусу

1. Вермишель отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой.
2. Добавить яйца, ваниль и яблоки, очищенные и мелко нарезанные либо натертые на крупной терке.
3. Все тщательно взбить вилкой или венчиком.
4. Массу выложить в смазанную маслом форму, поместить в разогретую духовку и запекать при 180 °С, пока не подрумянится верхняя корочка.
5. Подать со сметаной или вареньем горячей или холодной.

### 304. Запеканка из тыквы и пшена

- Тыква – 500 г
- пшено – 200 г
- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Тыкву очистить, нарезать кубиками и припустить с маслом. Сварить на молоке пшенную кашу, добавить в нее приготовленную тыкву, яйцо и соль, перемешать. Смесь уложить на смазанный маслом противень и запечь в духовке. Перед подачей к столу запеканку нарезать на куски и полить маслом или сметаной.

## 305. Постные голубцы с грибами и перловкой

### Для голубцов:

- Перловая крупа – 200 г
- питьевая вода – 700 мл
- белокочанная капуста – 1 кочан весом 700–800 г
- лук репчатый – 1 шт.
- морковь – 1 шт.
- корень сельдерея – 100 г
- белые грибы – 400 г
- шампиньоны – 150 г
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль
- перец – по вкусу

### Для соуса:

- Белые грибы – 150 г
- шампиньоны – 100 г
- масло растительное – 2 ст. ложки
- мука – 1½ ст. ложки
- питьевая вода – 400 мл
- зеленый лук – 3 стебля
- тимьян – 1 веточка
- соль
- перец – по вкусу

1. Подготовить перловку для фарша. Крупу выложить в сито и промывать горячей проточной водой до тех пор, пока она не станет прозрачной. Промытую перловку переложить в ковшик и залить водой. Поставить на огонь и быстро довести до кипения. Варить на слабом огне 20 мин, затем откинуть на сито.
2. Подготовить капустные листья для постных голубцов: из кочана аккуратно вырезать кочерыжку с помощью длинного тонкого ножа. Поместить капусту в пароварку и готовить 20 мин. Дать остыть. Отделить 12–16 листьев, утолщенную часть отбить. Луковицу очистить и мелко порубить. Морковь и корень сельдерея вымыть, очистить и нарезать маленькими кубиками. Белые грибы и шампиньоны нарезать так же.
3. Овощи и грибы перемешать с перловкой и выложить в емкость для пароварки. Готовить 20 мин. Приправить растительным маслом. Посолить и поперчить по вкусу. Листья капусты разложить на столе, на середину каждого поместить по 1–2 ст. л. начинки и свернуть конвертиком. Уложить постные голубцы в пароварку и готовить 15–20 мин.
4. **Приготовить соус** для постных голубцов с перловкой. Для этого все грибы нарезать маленькими кубиками и слегка подрумянить на растительном масле. Всыпать муку и перемешать. Влить воду и довести до кипения. Посолить, поперчить и, помешивая, варить 10 мин. Зеленый лук и веточку тимьяна вымыть и обсушить. Лук нарезать маленькими колечками. Листочки тимьяна вместе с зеленым луком добавить в соус. Подавать к столу с соусом.

## 306. Голубцы морковные в капустных листьях

- Капуста белокочанная – 1 кочан
- морковь – 300 г
- лук репчатый – 200 г
- масло растительное – 100 мл
- сметана – 300 г
- соль
- черный молотый перец – по вкусу

1. Морковь вымыть, очистить, нашинковать тонкой соломкой. Лук очистить, мелко нарезать, спассеровать на растительном масле вместе с морковью. Посолить, поперчить, перемешать.
2. У кочана капусты срезать верхнюю часть (примерно  $\frac{1}{3}$ ), нижнюю часть кочана залить кипятком, выдержать до остывания, разобрать на листья, удалив кочерыжку.
3. Укладывая на каждый капустный лист по 1–2 ст. ложки приготовленного фарша и подворачивая края листьев, сформировать голубцы в виде конверта.
4. Дно кастрюли выстлать капустными листьями и уложить на них голубцы, залить сметаной и тушить до готовности на медленном огне под крышкой.



# ГАРНИРЫ И БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ





**Г**арнир (фр. garnir – украсить, наполнить) во французской и международной ресторанной кухне означает «украшение кушанья» или приправу и чаще всего относится к овощам, уложенным бордюром вокруг основного блюда. В русской кухне этот же термин употребляется для обозначения всякого дополнения к основному блюду, то есть к рыбе или мясу, – овощей, картофельного пюре, каши.

Гарнир должен дополнять основное блюдо.

Всегда гарнируйте блюда непосредственно перед подачей.

Если гарнир слишком долго находится на тарелке, он выглядит не слишком аппетитно.

- Полезнее всего есть мясо с овощным гарниром, организм в этом случае усваивает 80–85 % протеинов. Если же мы едим мясо с лапшой, то усваивается лишь 70–75 % протеинов.

- Жареное мясо лучше всего подавать с зеленым салатом, помидорами, отварным рисом и морковью.

- Гусиное и утиное мясо – с тушеной капустой, гречневой кашей, печеными яблоками.

- С бараниной хорошо сочетается фасоль в томатном соусе с чесноком.

- Говяжье, куриное мясо, вареный язык – с пюре из картофеля или других овощей, с тушеной морковью под соусом из хрена со сметаной.

- Жареную рыбу перед подачей к столу полейте топленным маслом, можно слегка сбрызнуть лимонным соком или посыпать толченым чесноком. Гарнируйте отварным или жареным картофелем.

### 307. Картофель молодой отварной

Молодой картофель, как правило, не чистят, а только промывают и затем обтирают грубой чистой тканью, посыпая ее крупной солью. Картофель отварить в воде, а перед самым употреблением положить ложку сливочного масла,

посолить, накрыть крышкой, поставить кастрюльку с картофелем на плиту в сотейник с кипящей водой. Подавая, посыпать зеленью. По желанию можно полить картофель сметаной.

### 308. Картофель разварной рассыпчатый

Картофель очистить от кожицы, положить в холодную воду без соли, довести до кипения, затем всыпать соль (полную ложечку соли на 3 стакана воды). Варить около 20 мин, пока картофель не станет

мягким, слить воду, накрыть крышкой, потряхивая, дать постоять 15 мин. Как только пар перестанет выходить из кастрюли, переложить картофель на горячее блюдо и подавать к столу.

### 309. Картофель, фаршированный грибами

- Картофель – 1 кг
- грибы свежие – 500 г
- лук репчатый – 100 г
- сыр тертый – 100 г
- масло растительное – 100 мл
- укроп – 50 г
- перец черный молотый, соль – по вкусу

Для этого блюда берется крупный картофель, продолговатой формы (специально для запекания). Грибы перебрать, вымыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Репчатый лук очистить, мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле. Картофель тщательно промыть, обдать кипятком и испечь в духовке (в кожуре). Печеные картофелины разрезать вдоль и из каждой половинки вынуть часть мякоти. Вынутую мякоть размять, соединить с жареными грибами и пассерованным луком, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Начинить половинки картофеля с горкой, посыпать сверху тертым сыром и запечь в духовке. При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью.

### 310. Картофельное пюре с зеленью

- Картофель – 500 г
- шпинат – 100 г
- петрушка (зелень) – 30 г
- сливки – 100 мл
- соль – по вкусу

Зелень промыть и отварить в малом количестве (50 г) воды. Картофель вымыть, почистить, еще раз вымыть, залить кипятком, отварить до готовности. Протереть через сито вместе с отварной зеленью, добавить горячие сливки, соль и взбить.

### 311. Картофельное пюре с белыми кореньями и морковным соком

- Картофель – 500 г
- белые коренья (петрушка пастернак или сельдерей) – 100 г
- морковный сок – 50 г
- масло сливочное – 50 г
- соль – по вкусу

Картофель и белые коренья вымыть, почистить, еще раз вымыть, залить кипятком и отварить. Отвар слить, а горячий картофель и коренья протереть через сито, добавить сливочное масло, соль, морковный сок и тщательно размешать или взбить.

### 312. Картофельные котлеты с грибами

- Замороженные белые грибы – 150 г
- картофель – 1 кг
- сметана 30 % – 3 ст. ложки
- сливочное масло – 40 г
- лук репчатый – 1 шт.
- яйца – 2 шт.
- мука – 3–5 ст. ложек
- панировочные сухари – 3–5 ст. ложек
- растительное масло
- соль, свежемолотый белый перец – по вкусу

1. Подготовить все ингредиенты. Белые грибы пересыпать в дуршлаг или сито, установить его над миской и убрать в холодильник, чтобы они медленно оттаяли. Это может занять около 4 ч.
2. Картофель очистить и вымыть. Разрезать на четвертинки и положить в кастрюлю. Залить кипящей водой так, чтобы она полностью покрыла картофель. Добавить жидкость из-под размороженных грибов. Посолить и довести до кипения. Варить около 25 мин.
3. Слить воду с готового картофеля. Затем размять его в пюре толкушкой.

Добавить сметану и тщательно перемешать. Посолить по вкусу.

4. Шампиньоны почистить и нарезать толстыми пластинами. Выложить на рабочую поверхность 2 куска фольги. Распределить по ним шампиньоны и белые грибы. Посолить, поперчить и полить растопленным сливочным маслом.
5. Подвернуть со всех сторон края фольги, чтобы получились высокие бортики, но не закрывать грибы полностью. Поместить на противень и запекать при 200 °С около 20 мин – до тех пор, пока не выпарится жидкость.
6. Лук очистить и, помешивая, обжарить до золотистого цвета. Запеченные грибы мелко порубить ножом. Яйца

взбить, перемешать с картофельным пюре. Добавить муку и перемешать до получения эластичной массы.

7. Кусок пищевой пленки размером 30х30 см в центре смазать растительным маслом и выложить в нее примерно 2 ст.л. картофельной массы. Сделать углубление и поместить в него немного грибной начинки. Накрыть картофельной массой.
8. При помощи пленки, затягивая ее мешочком, сформовать котлеты. Обвалять их в панировочных сухарях и обжарить на масле до румяной корочки с обеих сторон. Переложить на противень, выстланный кулинарной бумагой. Запекать около 15 мин при 200 °С.

### 313. Котлеты картофельные с творогом

- Картофель – 1 кг
- творог – 200 г
- масло сливочное – 100 г
- соль – по вкусу

Горячий очищенный отварной картофель протереть через сито, добавить сливочное масло и творог, посолить и перемешать. Сформировать котлеты, обвалять в сухарях и пожарить на растительном масле с обеих сторон. Подавать со сметанно-чесночным соусом.

### 314. Картофельные лепешки с зеленью

- Картофель отварной – 1 кг
- яйцо – 1 шт.
- мука пшеничная – 2 ст. ложки
- сыр – 100 г
- зелень – по вкусу

Картофель отварить, протереть сквозь сито или хорошо размять, смешать с мелко нарезанной зеленью укропа и кинзы. Добавить яйцо и муку, натертый на крупной терке сыр. Сформировать лепешки толщиной в 1 см, обжарить на сковороде в растительном масле с двух сторон. Подавать с любым томатным соусом.

## 315. Баклажаны в горшочке

- Баклажаны – 200 г
- перец сладкий – 100 г
- помидоры – 100 г
- морковь – 50 г
- лук репчатый – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

1. Баклажаны и помидоры вымыть, нарезать кружочками, посолить и обжарить в растительном масле. (Баклажаны перед обжариванием обвалять в муке.) Морковь вымыть, очистить и нашинковать. Лук очистить и мелко нарубить. Пассеровать лук и морковь на растительном масле 2 минуты.
2. Смешать все овощи, уложить в горшочек, залить водой, посолить, накрыть крышкой или фольгой и тушить в духовке 20 мин. При подаче к столу добавить в каждую порцию по 2–3 дольки размятого чеснока и измельченную зелень петрушки.

## 316. Гарнир из капусты с яблоками

- Капуста белокочанная – 400 г
- яблоки – 400 г
- лук репчатый – 200 г
- масло растительное – 75 мл
- соль – по вкусу

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину с семенами, нарезать дольками. Лук нарезать крупными кольцами. Все овощи и яблоки обжарить на растительном масле, выложить в кастрюлю, посолить и тушить 1–2 мин.

## 317. Капустная запеканка

- Капуста – 1 кочан
- яйцо – 1 шт.
- сметана – 200 г
- мясо отварное – 300 г
- сыр тертый – 3 ст. ложки
- мука – 2 ст. ложки
- сухари панировочные – 100 г
- соль и специи – по вкусу

Кочан капусты отварить целиком, остудить, разобрать на листья, обрезать кочерыжку. Муку, панировочные сухари, яйцо и сметану смешать. Капустные листья обмакнуть в эту смесь и положить в форму, посыпать пропущенным через мясорубку мясом. Прodelать то же со всеми листьями и мясом. Верхний лист еще раз смазать смесью и поставить в духовку для запекания. За несколько минут до готовности посыпать сыром и зеленью.

## 318. Капустные кочаны фаршированные

- Капуста – 1 кочан
- перец болгарский – 500 г
- морковь – 200 г
- петрушка или сельдерей (зелень) – 100 г
- сыр тертый – 200 г
- сметана – 200 г

1. Рыхлый кочан капусты средней величины разрезать по кочерыжке на две половины, обдать кипятком и выдерживать в нем до остывания. Вынутые из воды половинки отжать.
2. Перец болгарский вымыть, освободить от семян и нарезать крупными кусками. Морковь вымыть, очистить и тонко нашинковать. Зелень петрушки (или сельдерея) промыть и мелко нарубить.
3. Разрезанный на половинки кочан уложить на противень разрезом вверх.
4. Измельченные овощи и зелень уложить между листьями кочана, залить сверху сметаной, посыпать тертым сыром и запечь в духовке.

## 319. Фаршированная капуста по-русски

- Капуста – 1 кочан
- сухари панировочные – 2 стакана
- масло сливочное – 100 г
- сливки – 500 мл
- соль

1. Взять большой кочан капусты. Аккуратно вырезать сердцевину кочана, измельчить. Сам кочан переложить в форму для запекания.
2. Измельченную капусту перемешать с истолченными сухарями, посолить, наполнить кочан.
3. Сверху положить нарезанное маленькими кусочками масло.
4. Залить сливками, накрыть крышкой, поставить в духовку.

## 320. Солянка тушеная из капусты с перцем

- Белокочанная капуста (средняя) –  $\frac{1}{4}$  кочана
- сладкий красный и желтый перец – по 1 шт.
- помидоры – 4 шт.
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- укроп – 3 веточки
- лавровый лист – 2 шт.
- масло растительное
- соль
- перец молотый.

1. Овощи вымыть и очистить. Капусту, морковь, лук и сладкий перец нашинковать соломкой.
2. С помидоров снять кожицу, мякоть нарезать дольками. На сковороде с толстым дном обжарить на масле капусту, перец, морковь, лук и помидоры. Подлить к овощам небольшое количество воды, добавить лавровый лист. Накрыть посуду крышкой, тушить, пока овощи не станут мягкими. Зелень вымыть, обсушить и порубить. В конце приготовления добавить чеснок, посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью.

## 321. Солянка из квашеной капусты в горшочке

- Квашеная капуста – 200 г
- картофель (средний) – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- укроп – 3 веточки
- лавровый лист – 2 шт.
- масло растительное
- молотый черный перец

1. Лук нашинковать соломкой. Картофель нарезать брусочками. Лук обжарить на масле.
2. Квашеную капусту, картофель и лук уложить в чугунный или керамический горшочек объемом 500 мл. Добавить перец и лавровый лист.
3. Подлить к овощам небольшое количество рассола от капусты и воды так, чтобы жидкость покрыла продукты.
4. Поместить горшочек в духовку, разогретую до 180 °С, держать 10 мин, затем снизить температуру до 100 °С и томить 1 ч.
5. Укроп вымыть, обсушить, порубить.
6. При подаче посыпать солянку рубленой зеленью.

## 322. Котлеты капустные

- Белокочанная капуста –  $\frac{1}{4}$  кочана
- морковь – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- крупа манная –  $\frac{1}{2}$  стакана
- вода –  $\frac{1}{2}$  стакана
- панировочные сухари или пшеничная мука – 1 стакан
- масло растительное
- соль
- молотый черный перец

1. Овощи вымыть, очистить. Капусту нашинковать мелкой соломкой.
2. Лук нарезать мелкими кубиками. Морковь натереть на мелкой терке. Капусту, морковь и лук обжарить на масле в кастрюле с толстым дном или в глубокой сковороде. Влить воду и тушить овощи до полного размягчения на слабом огне, накрыв посуду крышкой. Добавить соль и перец по вкусу. Постепенно всыпать манную крупу, непрерывно перемешивая овощи венчиком (манная крупа добавляется для связки, чтобы котлеты не разваливались). Получившаяся масса должна быть однородной. Охладить овощную массу до комнатной температуры. Сформовать из массы котлеты овальной формы, запанировать их в сухарях или муке и поджарить на сковороде с двух сторон до получения румяной корочки.
3. Подобным образом можно приготовить котлеты и из других овощей.

## 323. Шницель из капусты

- Капуста (желательно савойская) – 1 кг
- яйца – 4 шт.
- мука – 2 ст. ложки
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Кочан молодой капусты отварить в подсоленной воде. Листья разобрать и отбить деревянным молотком. Шницель формировать из 4 слоев капусты. Яйца с мукой взбить. Обмакнуть шницели в яичную смесь и обжарить с двух сторон в растительном масле. Подавать к столу в горячем виде со сметаной как самостоятельное блюдо.



## 324. Зеленая тушеная фасоль

- Фасоль –  $3\frac{1}{2}$  стакана
- масло сливочное – 200 г
- сахар – 1 ч. ложка
- соль

Опустить фасоль в кипяток, вскипятить, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Когда вода стечет, переложить фасоль в кастрюльку, добавить сливочное масло, накрыть крышкой, поставить в духовку и тушить. Когда фасоль будет готова, посолить ее, всыпать сахар, размешать, поставить ненадолго еще раз в духовку. Подавать с языком, солониной, ветчиной, мозгами, разварной говядиной.

## 325. Свекла вяленая пряная

- Свекла столовая – 2 кг
- майоран (сухая зелень) – 50 г
- петрушка (сухая зелень) – 50 г
- черный молотый перец – 5 г
- соль – по вкусу

1. Свеклу залить кипятком, отварить в течение часа, затем залить холодной водой. Воду слить и очистить свеклу от кожуры. Нарезать кружочками толщиной приблизительно 1 см, посолить, пересыпать сухой зеленью майорана и петрушки, поперчить и оставить выстояться в течение 2 ч. Потом уложить в один слой на противень и подвялить в течение 40 мин в духовке, нагретой до 100 °С.
2. Вынуть из духовки и подсушить при комнатной температуре. Правильно приготовленная свекла должна быть эластичной. Употреблять как самостоятельное блюдо.

## 326. Биточки из свеклы с сыром

- Свекла – 1 кг
- манная крупа – 1 ст. ложка
- творог – 300 г
- яйца – 2 шт.
- молотые сухари – 4 ст. ложки
- масло сливочное – 80 г
- сметана – 1 стакан
- соль – по вкусу

Сваренную свеклу очистить, пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, добавить сливочное масло, прогреть, всыпать подсушенную манную крупу. Полученную массу перемешать и охладить. Добавить протертый сыр, яйца, соль, хорошо перемешать. Из подготовленной массы сформовать биточки, обвалять их в сухарях и обжарить на сковороде с обеих сторон. К столу биточки подать со сметаной или сметанным соусом.

## 327. Котлеты свекольные

- Свекла – 1 кг
- чернослив (без косточек) – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- манная крупа – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

Лук репчатый очистить, мелко нарезать, пассеровать на растительном масле. Чернослив вымыть, отварить до размягчения в небольшом количестве воды, мелко нарезать. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке, залить небольшим количеством кипятка (1 стакан на 1 кг свеклы), потушить под крышкой 15–20 мин, затем быстро вмешать яйца и манную крупу. В остывшую массу добавить пассерованный лук и измельченный чернослив, все посолить и перемешать. Из приготовленной массы сформировать котлеты, обвалять в толченых сухарях и пожарить на растительном масле с обеих сторон. Котлеты подавать с орехово-сметанным соусом.

## 328. Репа со сливками

- Репа – 100 г
- сливки – 100 мл
- масло сливочное – 10 г
- сахар
- соль – по вкусу

Очистить репу, промыть, отварить до готовности, нарезать кубиками, залить сливками, закрыть кастрюлю крышкой, варить на слабом огне 10–15 мин, изредка помешивая. Готовую репу заправить по вкусу солью, сахаром, сливочным маслом или маргарином.

## 329. Паренки из репы

- Репа – 200 г
- сахар – 20 г

Репу очистить, промыть, нарезать дольками одинаковой формы, положить в глиняные горшочки, добавить немного воды, сахар, закрыть крышкой и поставить в духовку или русскую печь в слабый жар и тушить до готовности 4–5 ч. Такие же паренки можно готовить из брюквы, свеклы. Подавать к столу в горшочках в холодном виде или выложить на тарелку.

## 330. Жареная репа с медом

- Репа – 500 г
- лук репчатый – 200 г
- жгучий красный перец –  $\frac{1}{4}$  стручка
- масло растительное – 50 мл
- мед – 50 г
- фруктовый уксус – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

Репу очистить, нарезать кубиками, залить кипятком и отваривать в течение 3 мин. Затем воду слить, а репу опустить в кипящее растительное масло вместе с измельченным луком и очень мелко нарезанным красным жгучим перцем. Обжаривать овощи 2 мин, затем вынуть и добавить мед, разбавленный фруктовым уксусом, перемешать. Подавать к мясу.

### 331. Жареная репа с луком

- Репа – 500 г
- лук репчатый – 200 г
- мука – 2 ст. ложки
- масло растительное – 100 мл
- сахар – 1 ч. ложка
- масло сливочное – 50 г
- соль –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки

Репу вместе с кожурой нашинковать крупной соломкой, опустить на 1 мин в кипящую воду и затем вынуть. Лук нарезать тонкими кольцами, соединить с ошпаренной репой, пересыпать сахарным песком, облить растопленным сливочным маслом, перемешать, припорошить мукой и еще раз перемешать, чтобы овощи равномерно обвалять в муке. Затем опустить их в кипящее растительное масло и обжарить до золотистого цвета. Подавать к рыбе, мясу, рассыпчатым кашам.

### 332. Репа фаршированная

- Репа – 500 г

**Для фарша:**

- сыр – 200 г
- укроп – 30 г
- петрушка – 30 г
- сметана – 100 г

1. Репу вымыть, очистить от кожуры (очень тонко!), в середине сделать углубление – чашечку, заполнить ее начинкой. Фаршированную репу уложить на смазанный маслом противень, залить сметаной и запекать в нагретой до 200 °С духовке 25–30 мин. Подавать в горячем виде.
2. Сыр натереть на крупной терке. Зелень мелко нарезать. Все перемешать, добавив сметану. Для начинки вместо сыра можно использовать брынзу.

### 333. Гарнир из репы

- Репа – 500 г
- сметана или сливки – 100 мл
- репчатый лук – 100 г
- масло растительное – 50 мл

Репу вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке, уложить в кастрюлю с толстым дном, добавить сметану или сливки и тушить на медленном огне 5 мин. При подаче к столу заправить обжаренным репчатым луком. Такой гарнир подают к рыбным и мясным блюдам, к блюдам из птицы.

### 334. Гарнир из репы с укропом

- Репа – 500 г
- яйца (желтки) – 2 шт.
- масло сливочное – 50 г
- укроп (зелень) – 30 г
- сметана – 100 г

Репу вымыть, очистить от кожицы, разрезать на одинаковые дольки, опустить в кипящую воду и варить 5 мин. Затем вынуть, уложить в сотейник, залить желтками, растертыми с маслом, перемешать и тушить в течение 5 минут, присолить. При подаче к столу полить сверху смесью взбитой сметаны и мелко нарезанного укропа.

### 335. Гарнир овощной с яблоками

- Капуста белокочанная – 500 г
- яблоки – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину с семенами, нарезать дольками и обжарить на растительном масле. Лук очистить, измельчить, пассеровать на растительном масле. Капусту нарезать кусками такого же размера, как яблочные дольки, залить крутым кипятком, выдержать в нем до остывания, откинуть на дуршлаг, дать воде стечь. Если для гарнира берется молодая нежесткая капуста, ее кипятком можно не обваривать. Соединить подготовленные яблоки и овощи, посолить, аккуратно перемешать и тушить 10 мин.

### 336. Тыква, тушенная с луком

- Тыква – 500 г
- лук репчатый – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- сметана – 100 г
- соль, перец – по вкусу

Тыкву очистить, нарезать кубиками, обжарить на растительном масле. Лук мелко нашинковать, пожарить на растительном масле, смешать с обжаренной тыквой, добавить соль, сметану, перемешать и тушить под крышкой 6–8 мин.

### 337. Тыква, фаршированная рисом и помидорами

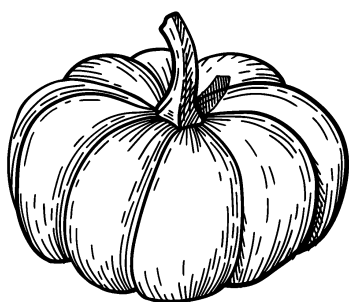
- Тыква – 1 кг
- рис – 150 г
- помидоры – 200 г
- лук репчатый – 50 г
- бульон мясной – 1 стакан
- масло растительное – 2 ст. ложки
- сыр твердый – 50 г
- чеснок – ½ головки
- соль, перец черный молотый – по вкусу

Небольшую тыкву очистить от кожуры, разрезать пополам, вынуть семена. Начинить половинки тыквы смесью из отварного риса, нарезанных помидоров и мелко нашинкованного поджаренного лука. Залить начинку мясным бульоном, посолить, поперчить и добавить толченый чеснок. Запечь нафаршированные половинки тыквы в разогретой до 180 °С духовке в течение 40 мин. Готовую тыкву полить растительным маслом и посыпать тертым сыром.

### 338. Тыква печеная

- Тыква – 1 кг
- сахар – 50 г

1. Тыкву разрезать на две части, вычистить семена и нарезать ломтями в виде полумесяца шириной 4–6 см. Каждый ломоть с внутренней стороны надрезать в глубину на 2 см в двух-трех местах, обсыпать с этой же стороны сахарным песком, уложить на смазанную маслом сковороду кожей вниз и запечь в духовке.
2. Печеная тыква подается к столу в горячем или холодном виде, ее заправляют молоком или кефиром.



### 339. Тыква, жаренная с чесноком

- Тыква – 500 г
- масло растительное – 100 мл
- чеснок – 3–4 зубчика
- укроп – 15 г
- мука – 50 г
- соль и черный молотый перец – по вкусу

Тыкву нарезать ломтиками, удалив кожуру и волокна семенной камеры с семенами, подсолить. Подождать, пока на ломтиках выступит сок, обвалять их в муке и обжарить в большом количестве растительного масла. Опускать тыкву следует в раскаленное масло, когда оно начинает дымиться. Обжаренные с обеих сторон ломтики уложить слоями на блюдо, посыпая каждый слой толченым чесноком, черным молотым перцем и измельченной зеленью укропа.

### 340. Тыква запеченная

- Тыква – 200 г
- яйцо – 1 шт.
- молоко – 50 мл
- масло сливочное – 25 г
- мука – 1 ст. ложка
- укроп, соль и перец – по вкусу

Очищенную тыкву нарезать кусочками, посыпать перцем, запанировать в муке и жарить до готовности, затем залить яйцами, смешанными с молоком. Запечь в духовке. Подавая, посыпать мелко рубленным укропом.

### 341. Котлеты тыквенные

- Тыква – 1 кг
- яйца – 3 шт.
- сливки – 100 мл
- манная крупа – 2 ст. ложки
- сахар – 1 ст. ложка

Тыкву вымыть, разрезать на куски, снять кожуру и удалить семена. Тыквенную мякоть натереть на терке, отжать сок, соединить со сливками и тушить под крышкой до готовности (приблизительно 5 мин). В горячую массу добавить манку, сахар, 3 яичных желтка, размешать и сформировать небольшие котлеты удлиненной формы. Обвалять их в предварительно взбитом яичном белке и размолотых сухарях, пожарить на растительном масле.

## 342. Перец, фаршированный овощами

- Перец болгарский сладкий – 10 шт.
  - капуста белокочанная – 500 г
  - морковь – 100 г
  - лук репчатый – 200 г
  - чеснок – 1 головка
  - масло растительное – 50 мл
  - сметана – 250 г
  - перец черный молотый –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
  - соль – по вкусу
1. Перец вымыть, срезать плодоножку, освободить от семян, залить кипятком и выдержать в нем до остывания.
  2. Капусту мелко нашинковать, залить крутым кипятком, после полного охлаждения отжать.
  3. Лук очистить и мелко порубить. Морковь вымыть, натереть на крупной терке, смешать с луком и пассеровать на растительном масле.
  4. Соединить с капустой, посолить, добавить раздавленный чеснок, черный молотый перец. Все перемешать.
  5. Наполнить перец приготовленным овощным фаршем, уложить в один ряд на противень или большую сковороду, залить сверху сметаной и запечь в духовке.

## 343. Кабачки по-криворожски

- Кабачки – 1 кг
  - лук репчатый – 4 шт.
  - сметана –  $\frac{2}{3}$  стакана
  - масло растительное – 100 мл
  - мука – 1 ст. ложка
  - соль
  - зелень петрушки и укропа
- Молодые кабачки нарезать соломкой, предварительно очистив и удалив сердцевину, сбрызнуть уксусом и поставить на 10–15 мин, после чего слегка отжать и жарить вместе с пассерованными на масле мукой и луком до появления румяной корочки. При подаче к столу кабачки полить сметаной.



## 344. Кабачки, жаренные с белыми грибами

- Кабачки – 1 кг
- грибы белые – 300 г
- помидоры – 4–6 шт.
- масло сливочное – 100 г
- сметана – 4 ст. ложки
- мука – 4 ст. ложки
- соль
- черный молотый перец
- зелень.

1. Очищенные кабачки нарезать кружочками толщиной 1–1,5 см, посыпать солью, перцем, панировать в муке и обжарить на сливочном масле. Грибы промыть, опустить на 2–3 мин в кипяток, нарезать ломтиками, уложить в глубокую посуду, залить сметаной и тушить до готовности. Очищенные от кожицы помидоры разрезать на две части, посолить, поперчить и обжарить.
2. При подаче грибы уложить на кабачки, тушенные в сметане, поверх них – жареные помидоры и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

## 345. Нежные котлеты из баклажанов и кабачков с творогом

- Баклажан – 1 шт.
- кабачок – 1 шт.
- крупный болгарский перец – 1 шт.
- творог – 300 г
- яйца – 3 шт.
- мука – 4 ст. ложки
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- черный перец – по вкусу
- растительное масло – для жарки

1. Баклажан очистить и нарезать мелкими кубиками. Смешать в миске с творогом. Кабачок нарезать кубиками и добавить к баклажану и творогу. Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать кубиками и смешать с остальными ингредиентами.
2. Фарш посолить, поперчить и добавить яйца. Тщательно перемешать и оставить на 30 мин, чтобы овощи пустили сок. Через полчаса добавить муку и размешать. В отдельную емкость насыпать еще немного муки для панировки.
3. Взять столовой ложкой фарш с горкой, положить в муку и хорошенько обвалять. Сформировать таким образом котлеты. Разогреть на сковороде растительное масло и обжарить котлеты на среднем огне, по 7 мин с каждой стороны до золотистой корочки. Чтобы внутри смесь хорошо прожарилась, накрыть сковороду крышкой.

## 346. Кабачки, фаршированные мясом и топинамбуром

- Кабачки – 1 кг

### Для фарша

- Мясо (говядина или свинина) – 1 кг
- топинамбур – 500 г
- морковь – 100 г
- лук репчатый – 100 г
- масло растительное – 50 мл
- перец черный молотый –  $\frac{1}{4}$  ч ложки
- соль – по вкусу

1. Кабачки вымыть, нарезать кружками толщиной 2–2,5 см, удалить сердцевину и освободившееся место заполнить фаршем. Уложить кабачки на смазанный растительным маслом противень, сверху также полить растительным маслом и запечь в духовке.
2. Для приготовления фарша: мясо промыть, пропустить через мясорубку. Морковь вымыть, очистить и нашинковать на крупной терке. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле вместе с морковью. Топинамбур тщательно промыть, очистить, натереть на крупной терке, соединить с мясным фаршем и пассерованными овощами, тщательно перемешать, добавить соль и черный молотый перец.

## 347. Гарнир из печеного лука и чеснока

- Лук – 400 г
- чеснок – 30 г
- масло растительное – 75 мл
- уксус яблочный – 1 ст. ложка

Луковицы среднего размера очистить от шелухи, разрезать на половинки, уложить на противень разрезом вверх. На этот же противень уложить очищенные дольки чеснока. Сбрызнуть яблочным уксусом и обильно полить растительным маслом так, чтобы масло попало и на них, и на противень. Противень с луком и чесноком поместить в нагретую до 200 °С духовку и запечь до готовности – когда луковицы подрумянятся и станут мягкими. Запеченные лук и чеснок можно подавать как приправу к мясу, рыбе, птице.

## 348. Гарнир из моркови

- Морковь – 500 г
- масло сливочное – 50 г
- мука – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

Морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками, засыпать в кипящую воду (не соленую!), отварить в течение 1 мин, затем воду слить. В глубокой сковороде растопить сливочное масло, всыпать муку и, перемешивая, обжарить ее до золотистого цвета. Уложить на сковороду морковь и тушить 3 мин, постоянно перемешивая, чтобы не подгорела мука. В конце приготовления морковь посолить и перемешать. Подается такой гарнир и к мясу, и к рыбе.

## 349. Морковь с тыквой тушеные

- Морковь – 500 г
- тыква – 300 г
- молоко – 2 стакана
- орехи (ядра) – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

Тыкву вымыть, очистить от кожуры и семян, нарезать соломкой. Морковь вымыть, нашинковать на крупной терке, смешать с нашинкованной тыквой и измельченными ядрами орехов, залить молоком, посолить и тушить на медленном огне под крышкой до готовности (приблизительно 25–30 мин). При подаче к столу посыпать измельченной зеленью укропа, полить сливками.

## 350. Морковь, запеченная со сметаной

- Морковь – 600 г
- сахар – 3 ч. ложки
- имбирь молотый – 10 г
- масло сливочное – 100 г
- сметана – 300 г

Очищенную вымытую морковь нашинковать, посыпать сахаром (по желанию добавить имбирь), размешать хорошо, дать постоять, чтобы морковь пустила сок. Распустить в сковороде сливочное масло, поджарить морковь до красна, мешая, чтобы она не пригорела. Переложить в сотейник, залить сметаной так, чтобы она едва покрыла морковь, поставить в духовку и запекать при 180 °С в течение 15 мин.

## 351. Жареная морковь

- Морковь – 600 г
- масло сливочное – 50 г
- сахар – 2 ч. ложки

Очистить морковь, раз вскипятить, промыть, опустить в слегка подсоленную воду, сварить почти до готовности, откинуть в дуршлаг. Молодую морковь оставить целой, а старую нашинковать, положить в кастрюльку на горячее растопленное масло, посыпать немного сахаром, поджарить. Жареную морковь лучше: подают почти ко всем мясным блюдам.

## 352. Жареная морковь с яйцами

- Морковь – 500 г
- масло сливочное – 50 г
- яйца – 3 шт.
- соль, черный молотый перец – по вкусу

Сваренную в подсоленной воде морковь мелко порубить и обжарить с маслом. Взбить яйца, смешать их с жареной морковью, посолить по вкусу и посыпать молотым черным перцем. Снова обжарить.

## 353. Жареная морковная ботва

- Морковная ботва – 200 г
- масло растительное – 75 мл
- соль – по вкусу

Морковную ботву (верхнюю часть без грубых черешков) обжарить в большом количестве растительного масла. Выложить на тарелку и подсолить. Подавать в холодном виде как пикантную закуску к пиву, сухому вину. Из такой зелени можно также приготовить бутерброды или украсить ею любое блюдо.

### 354. Оладьи морковно-яблочные

- Морковь – 200 г
- яблоки – 200 г
- яйца – 4 шт.
- мука – 200 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Яблоки освободить от сердцевины и семян, натереть на крупной терке. Морковь натереть. Массу взбить до образования пены, добавляя по одному яйцу, ввести небольшими порциями муку и соль. Жарить на растительном масле.

### 355. Помидоры, фаршированные овощами и сыром

- Помидоры спелые твердые – 10 шт.
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- шпинат – 500 г
- петрушка (зелень) – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- сыр тертый – 100 г
- соль – по вкусу

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке, лук очистить и мелко нашинковать. Крупные твердые помидоры вымыть, срезать крышечку со стороны плодоножки и ложечкой вынуть часть мякоти вместе с семенами. Мякоть смешать с измельченным луком и морковью и пассеровать на растительном масле. Шпинат вымыть, обдать кипятком, отжать и мелко нарезать. Пассерованную массу соединить с измельченным шпинатом, посолить и заполнить ею подготовленные ранее помидоры. Фаршированные помидоры уложить на противень срезанной частью вверх, посыпать тертым сыром и мелко рубленой зеленью петрушки, запечь в разогретой до 180 °С духовке в течение 30 мин.

### 356. Пастернак на гарнир

Корень пастернака нашинковать тонкой соломкой, пассеровать в течение 1 мин на сливочном или растительном масле. Подать как гарнир к мясу, птице, картофельному пюре.

### 357. Сельдерей жареный

- Сельдерей корневой – 1 кг
- мука –  $\frac{1}{2}$  стакана
- сок  $\frac{1}{2}$  лимона
- соль – по вкусу

Сельдерей отварить в подсоленной воде, затем очистить от кожуры, нарезать ломтиками толщиной 1 см, сбрызнуть соком лимона и выдержать 5–10 мин. Обвалять в муке и обжарить до золотистого цвета. Подать сельдерей с зеленым салатом.

### 358. Топинамбур жареный

- Топинамбур – 500 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Топинамбур вымыть, очистить, нарезать кружочками, обжарить в растительном масле, посолить. Подавать с измельченной зеленью петрушки и сметаной.

### 359. Топинамбур отварной

- Топинамбур – 500 г
- масло сливочное – 50 г
- сухари измельченные – 4 ст. ложки

Сухари растолочь или измельчить на терке, обжарить на сливочном масле. Топинамбур вымыть, очистить и отварить в подсоленной воде до готовности. Выложить на тарелку и полить сверху маслом с жареными сухарями.

### 360. Оладьи из топинамбура и моркови

- Топинамбур – 700 г
- морковь – 300 г
- яйца – 2 шт.
- мука – 100 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Топинамбур и морковь очистить от кожуры, натереть на мелкой терке, добавить яйца, муку, соль. Все перемешать до образования однородной массы. Выкладывая полученную массу столовой ложкой на раскаленную сковороду с растительным маслом, обжаривать оладьи с двух сторон.

### 361. Фасоль отварная с сухофруктами

- Фасоль – 500 г
- курага – 100 г
- чернослив – 200 г
- изюм – 100 г
- лук репчатый – 100 г

1. Фасоль (зерна любого цвета и размера) замочить в воде не менее чем на 4 ч, затем воду слить. Размоченную фасоль залить кипятком и отварить до готовности, не накрывая крышкой, слить отвар, затем посолить. Курагу промыть, отварить в небольшом количестве подслащенной воды и нарезать мелкими кусочками. Чернослив вымыть, удалить косточки, отварить в малом количестве воды и также нарезать кусочками.
2. Изюм промыть, обдать кипятком, выдержать 2–3 мин, откинуть на дуршлаг. Подготовленные фрукты перемешать с отваренной фасолью, заправить пассерованным на растительном масле луком.

### 362. Пюре из шпината

1. Шпинат промыть, отжать, мелко нарезать, уложить в кастрюлю. Добавить сливочное масло или свежие сливки, довести до кипения и сразу же протереть через сито.
2. Полученную массу посолить по вкусу. Подавать с соусом из авокадо. Для соуса плод авокадо разрезать пополам, удалить косточку, выбрать мякоть ложкой, мелко нарезать.
3. Добавить растолченный зубчик чеснока, измельченную зелень укропа и сметану, посолить и перемешать.

### 363. Оладьи со шпинатом

- Мука пшеничная – 300 г
- яйца – 3 шт.
- шпинат – 500 г
- сливки – 200 мл
- сахар – 1 ст. ложка
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Шпинат промыть в холодной воде, мелко нарезать, залить сливками и яйцами, посолить, положить сахар и хорошо взбить миксером или вилкой.
2. Добавляя небольшими порциями муку, замешать тесто до консистенции густой сметаны.
3. На сковороде, смазанной растительным маслом, испечь оладьи, обжаривая их с двух сторон. Подавать со сметаной.

### 364. Оладьи с крапивой

- Мука пшеничная – 300 г
- крапива – 500 г
- яйца – 3 шт.
- сливки – 200 мл
- сахар – 1 ст. ложка
- соль – по вкусу

1. Крапиву отварить в небольшом количестве воды в течение 3 минут, протереть через мелкое сито, залить яйцами и сливками, добавить соль и сахар, взбить миксером.
2. Добавляя мелкими порциями муку, замесить тесто до консистенции густой сметаны.
3. Выкладывая ложкой на смазанную растительным маслом сковороду, испечь оладьи, обжаривая их с обеих сторон. Подавать со сметаной.





Лещ золотой с картофелем (с. 183, № 229)





**Скумбрия фаршированная (с. 187, № 236)**





Караси жареные (с. 206, № 267)





Перловая каша на молоке (с. 213, № 278)





Картофельные котлеты с грибами (с. 234, № 312)





Пельмени (с. 259, № 365)





Соус свекольный (с. 279, № 401)





Соус морковный (с. 280, № 402)





# ПЕЛЬМЕНИ, ВАРЕНИКИ, КУНДЮМЫ



**П**ельмени – чрезвычайно простой тип еды, ставший очень популярным. Если их описать – это мини-пирожки из пресного теста с начинкой из разных видов мяса. Только готовят их, отваривая в кипятке. Сложно сказать, где именно начали употреблять пельмени в пищу впервые, скорее всего они появились во многих странах одновременно.

«Никаких больше блюд не было, а пельменей на двенадцать обедавших было приготовлено 2500 штук: и мясные, и рыбные, и фруктовые в розовом шампанском... И хлебали их сибиряки деревянными ложками...»

**Гиляровский В. А., Москва и москвичи, 1926**

## 365. Пельмени

### Для теста:

- вода – 100 мл
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 30 мл
- мука – 300 г
- соль – по вкусу

### Для начинки:

- говядина и свинина для фарша – 400 г
- лук репчатый – 2 шт.
- соль – 2 ч. ложки
- черный свежемолотый перец
- лавровый лист
- перец черный – 5–6 горошин
- масло сливочное – 50 г

1. Воду смешать с яйцом и растительным маслом. Влить в муку, добавить соль и замесить тесто вручную или при помощи миксера. Тесто должно получиться мягким, эластичным и не липким. Сформовать из него шар, накрыть пищевой пленкой или полотенцем, оставить на 20–30 мин.
2. Мясо нарезать небольшими кусочками, лук разрезать на 8 частей. Измельчить мясо и лук в мясорубке со средней решеткой. Смешать фарш с 1 ч. ложкой соли и перцем, тщательно вымесить.
3. Рабочую поверхность слегка припорошить мукой, тесто разделить на 2 части, каждую часть раскатать в прямоугольник толщиной 1 мм. Вырезать круги стаканом с тонкими стенками или круглой выемкой диаметром 7 см. Обрезки собрать, вымесить и снова раскатать. Чтобы второй кусок теста в это время не пересыхал, накрыть его пищевой пленкой или слегка влажным полотенцем. На каждый кружок теста выложить примерно 1 ч. л. фарша, сложить кружок пополам, тщательно залепить края, а затем соединить кончики. Вскипятить воду, добавить 1 ч. ложку соли, лавровый лист и перец горошком. Аккуратно опустить пельмени в кипящую воду. Чтобы они не пристали ко дну, можно слегка перемешать их шумовкой. Довести до кипения и тут же убавить огонь до среднего. Когда пельмени всплывут, варить еще 2–3 мин.
4. Готовые пельмени достать из кастрюли шумовкой, добавить сливочное масло, перемешать.
5. Подавать горячими, со сметаной, зеленью. При желании сбрызнуть пельмени уксусом и хорошо поперчить.

### 366. Пельмени с начинкой из крапивы и репчатого лука

- Крапива – 400 г
- лук репчатый – 100 г
- соль, молотый перец – по вкусу

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Для начинки крапиву бланшировать 2 мин в кипящей воде, нарезать и пассеровать на растительном масле вместе с измельченным репчатым луком, затем посолить, поперчить, хорошо перемешать. Слепить пельмени.

### 367. Пельмени с начинкой из куриного мяса

- Куриное белое мясо – 500 г
- сливки – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Для начинки в молотое белое куриное мясо добавить свежие сливки, посолить, перемешать и хорошо взбить, дать постоять 20 мин. К начинкам из куриного мяса лучше брать тесто, приготовленное на сметане и воде или на воде и яйцах. Слепить пельмени.

### 368. Пельмени с начинкой из куриного мяса с грибами

- Мясо куриное – 500 г
- шампиньоны свежие – 500 г
- сливки – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Мясо пропустить через мясорубку.
3. Шампиньоны перебрать, промыть, мелко нарезать и пассеровать на сливочном масле.
4. Смешать приготовленные шампиньоны с фаршем, добавить сливки, посолить и хорошо вымесить, дать выležаться 20 минут. Слепить пельмени.

### 369. Пельмени с начинкой из шпината

- Шпинат – 500 г
- зеленый лук или кинза – 100 г
- зелень укропа – 100 г
- растительное масло – 50 мл
- соль – по вкусу

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Для начинки всю зелень тщательно промыть, обсушить, мелко нарезать, посолить, заправить растительным маслом, тщательно перемешать. Слепить пельмени.

### 370. Пельмени с грибной начинкой

- Свежие грибы – 1 кг
- репчатый лук – 300 г
- растительное масло – 100 мл
- соль – по вкусу

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Для начинки грибы перебрать, промыть, мелко нарезать и поджарить на растительном масле. Лук очистить, измельчить и пассеровать на растительном масле. Пропустить лук и грибы через мясорубку, посолить и тщательно перемешать. Слепить пельмени.

### 371. Пельмени с начинкой из щуки или судака

- Филе щуки или судака – 1 кг
- лук репчатый – 300 г
- масло растительное – 100 мл
- сахар – 10 г
- соль – 1 ч. ложка
- черный молотый перец –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- душистый перец – 5–10 горошин

1. Приготовить тесто для пельменей, как описано в основном рецепте.
2. Для начинки рыбное филе пропустить через мясорубку. Лук очистить, мелко нашинковать, пассеровать на растительном масле, соединить с рыбным фаршем, добавить соль, сахар, черный и душистый крупномолотый перец. Все тщательно перемешать. Слепить пельмени.

### 372. Пельмени с начинкой из трески или пикши

- Филе трески или пикши – 1 кг
- лук репчатый – 200 г
- масло сливочное – 100 г
- соль – по вкусу
- перец душистый – по вкусу

Филе рыбное пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком, в провернутую массу добавить сливочное масло, соль и крупномолотый душистый перец. Тщательно перемешать.

### 373. Пельмени с начинкой из осетра или семги с репчатым луком

- Осетрина или семга – 500 г
- лук репчатый – 100 г
- соль, перец – по вкусу

Лук репчатый очистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Осетрину пропустить через мясорубку, смешать с подготовленным репчатым луком, добавив соль и молотый перец.

### 374. Пельмени с начинкой из крапивы и репчатого лука

- Крапива – 400 г
- лук репчатый – 100 г
- соль, перец молотый – по вкусу

Крапиву бланшировать 2 минуты в кипящей воде, нарезать и пассеровать на растительном масле вместе с измельченным репчатым луком, затем посолить, поперчить, хорошо перемешать.

### 375. Пельмени с начинкой из крапивы и черемши

- Крапива – 400 г
- черемша – 100 г
- соль – по вкусу

Крапиву и черемшу промыть, бланшировать 3 мин, измельчить, пассеровать на растительном масле, посолить, тщательно перемешать и начинить пельмени.

## 376. Пельмени с начинкой из крапивы, зеленого лука и яиц

- Крапива – 400 г
- лук зеленый – 100 г
- яйца – 3 шт.
- соль – по вкусу

Крапиву промыть, бланшировать 3 мин, измельчить и добавить мелко нарезанный зеленый лук, пассеровать на сливочном масле. Добавить в зелень измельченные сваренные вкрутую яйца, посолить, тщательно перемешать и начинить пельмени.

## 377. Пельмени с грибами

- Грибы свежие – 1 кг
- лук репчатый – 300 г
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Грибы перебрать, промыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Лук репчатый очистить, измельчить и пассеровать на растительном масле. Пропустить лук и грибы через мясорубку, посолить и тщательно перемешать.

## 378. Вареники

**Б**людо сложной судьбы – кулинарные шедевры ничем не хуже шедевров искусства, и вареники – тому яркий пример. Несколько наций борются за право называть вареники своим национальным блюдом: украинцы любят их нежно и, пожалуй, заслуженно – такого количества рецептов нет более ни в какой кухне. Поляки также не остались в стороне. И даже турки и китайцы периодически пытаются привести свои аналоги этому блюду. Но откуда у этого блюда русское название – объяснить не может никто. А мы говорим, что вареники – наши родные. Известно, что в Курской губернии готовили такое блюдо и гостей угощали раньше, чем его описал Николай Васильевич Гоголь. Так что давайте верить фактам.

Вопросов много, но вареники от этого хуже не становятся. И менее любимыми тоже.

Чем, например, пельмени отличаются от вареников: по форме – пельмени лепят в форме «ушка», вареники – полумесяца или круга. Начинка в пельмени идет сырая, а в вареники – готовая (отварное мясо, овощи, творог, варенье), поэтому они варятся быстрее.

«Пельменное» тесто замешивают на воде, а к «вареничному» можно добавить кефир, дрожжи, приготовить на пару.



## 379. Вареники с творогом и вишней

### Для начинки:

- вишня – 250 г
- творог – 150 г
- желток – 1 шт.
- сахар – 75 г

### Для теста:

- мука – 510–530 г
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- питьевая вода – 300 мл

1. Приготовить тесто для вареников. Просеять муку с солью через частое сито горкой в большую миску. Постепенно влить в центр горки теплую воду, замешивая тесто вилкой.
2. Вымешивать тесто для вареников руками (оно должно быть очень мягким). При необходимости добавить еще немного воды. Скатать тесто в шар и положить в миску. Накрыть пленкой и оставить на 40 мин при комнатной температуре.
3. Пока тесто «отдыхает», приготовить начинку для вареников. Вишню вымыть и удалить косточки. Творог слегка взбить вилкой с желтком и сахаром. Добавить вишню и перемешать.
4. Тесто для вареников раскатать на столе, подпыленном мукой, в тонкий пласт. Стаканом или формочкой вырезать кружки диаметром 5 см. Выложить в центр каждого немного начинки и защипнуть край косичкой.
5. В широкой кастрюле довести до кипения большое количество питьевой воды (вареники должны свободно плавать в ней). Добавить соль и перемешать. Уменьшить огонь до среднего.
6. Опускать в кипящую воду вареники с творогом и вишней. Варить 3–4 мин после всплытия на поверхность. Откинуть готовые вареники на дуршлаг и дать стечь жидкости. Разложить по тарелкам. Можно подать со сметаной.

## 380. Вареники с вишней

- Мука – 450 г
- холодная питьевая вода – 180 мл
- яйцо – 1 шт.
- соль – на кончике ножа
- вишня – 400 г
- сахар – 50–70 г

1. Приготовить тесто вареников. Воду налить в миску. Добавить яйцо и соль, затем взбить все вместе венчиком. Муку просеять на стол горкой и сверху сделать лунку.
2. Влить в муку воду с яйцом и, осторожно перемешивая, замесить крутое тесто. Сформовать из него шар, завернуть в пленку и оставить на 20 мин. Затем вымесить тесто еще раз и оставить еще на 20 мин.
3. Подготовить вишню для начинки вареников. Вымыть плоды и обсушить, разложив на бумажном полотенце. Удалить косточки. Вишню сложить в миску, засыпать сахаром и оставить на 30 мин. Откинуть на сито, сок собрать.
4. Отделить часть теста для вареников и раскатать в пласт толщиной около 2 мм. Тонким стаканом или выемкой вырезать кружки. На каждый положить 4–5 вишеночек. Прочно слепить края теста, формируя косичку.
5. Готовые вареники выкладывать на подпыленную мукой доску. Обрезки теста собрать в комок: через 15–20 мин его можно будет снова раскатать. Таким образом приготовить вареники из всего оставшегося теста.
6. В трехлитровую кастрюлю влить воды примерно на  $\frac{2}{3}$  объема и довести до кипения. Аккуратно опустить в нее вареники, помешивая, чтобы они не прилипли ко дну. После того как вода закипит снова и вареники всплывут, варить их 3–4 мин.
7. Подавать к столу горячими, со сметаной.

## 381. Вареники с капустой

### Для теста:

- мука – 480 г + 1–2 ст. ложки для раскатывания
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- питьевая вода – 250 мл
- соль – на кончике ножа

### Для начинки:

- квашеная капуста – 300 г
- свежая белокочанная капуста – 250 г
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

### Для соуса:

- чеснок – 1 зубчик
- черствый ржаной хлеб – 130 г
- масло сливочное – 50 г
- сметана жирностью 20% – 50 г
- соль – по вкусу

1. Приготовить тесто для вареников. Муку просеять через частое сито в миску. В другой большой миске взбить венчиком яйцо с солью и 1 ст. ложкой растительного масла.
2. К яичной массе добавить просеянную муку, влить воду и тщательно вымесить до получения эластичного теста однородной консистенции. Сформовать из него шар, завернуть в пищевую пленку и убрать в морозильную камеру на ночь.
3. Утром тесту для вареников с капустой дать полностью оттаять, добавить 1 ст. ложку растительного масла и снова тщательно вымесить. Оставить на 30 мин при комнатной температуре.
4. Для начинки вареников квашеную капусту выложить в дуршлаг и тщательно промыть проточной теплой водой. Затем хорошо отжать и мелко нарезать. Сложить в большую миску. Свежую капусту нашинковать, посыпать солью и перетереть руками до появления сока. Оставить на 5 мин, затем отжать и переложить к квашеной капусте. Лук очистить и порубить. Добавить в миску к капусте, влить растительное масло и перемешать.
5. Тесто для вареников с капустой раскатать на столе, подпыленном мукой, в колбаску диаметром примерно 3 см. Нарезать кружками толщиной 1 см. Раскатать каждый в тонкую лепешку.
6. Распределить по лепешкам из теста приготовленную ранее начинку, сложить каждую пополам и плотно защипать края. С помощью вилки нанести на них ребристый рисунок. Убрать вареники с капустой в холодильник на 20–30 мин.

7. Приготовить соус для вареников с капустой. Чеснок очистить и мелко нарезать. Хлеб измельчить в блендере. Растопить в сковороде сливочное масло, положить чеснок и жарить 1 мин.
8. Хлебную крошку добавить в сковороду к чесноку. Жарить, помешивая, на среднем огне 3 мин. Переложить в миску и дать остыть. Добавить сметану, посолить и перемешать.
9. В кастрюле емкостью не менее 3 л вскипятить воду и порциями отварить вареники с капустой (по 2 мин после всплытия на поверхность). К столу подать с хлебным соусом.
10. Начинку из двух видов капусты можно класть в вареники в сыром виде, а можно предварительно немного прогреть на сливочном масле в сковороде (5–7 мин), чтобы она стала мягче и еще вкуснее.

## 382. Вареники с тыквой

- Тыква очищенная – 300 г
  - масло растительное – 20–30 мл
  - мука – 400 г
  - питьевая вода – 180 мл
  - соль – 15 г
  - сахар – 40 г
1. Приготовить начинку для вареников. Для этого тыкву полить половиной растительного масла, завернуть в лист фольги и запекать 15–20 мин при 200 °С.
  2. Приготовить тесто для вареников. Муку просеять с 6 г соли через мелкое сито в широкую миску. Влить питьевую воду и тщательно вымесить тесто. Сформовать из него шар, завернуть в пищевую пленку и оставить в прохладном месте на 1,5 ч.
  3. Снять с теста пленку, разделить его на шарики весом по 25 г. Каждый раскатать в тонкую лепешку. Запеченную тыкву мелко нарезать. Распределить по лепешкам из теста, приправить солью и сахаром.
  4. Скрепить края, формируя вареники. Выложить получившиеся заготовки на поднос или доску, аккуратно затянуть пищевой пленкой. Убрать в морозильную камеру на 1 ч.
  5. В большой кастрюле довести до кипения воду и немного посолить. Можно влить ложку растительного масла. Опустить в кипящую воду вареники. Снова довести до кипения и варить 3 мин.

### 383. Вареники с чечевицей

#### Для теста:

- мука – 3 стакана
- вода – 1 стакан
- масло растительное –  $\frac{1}{4}$  стакана
- соль

#### Для начинки:

- зеленая чечевица –  $\frac{1}{2}$  стакана
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное
- укроп – 3 веточки
- соль
- молотый черный перец

1. Из муки с солью, холодной воды и растительного масла замесить крутое тесто. Тесто вымешивать до тех пор, пока оно не станет очень плотным и эластичным.
2. Скатать тесто в два-три колобка и дать ему отдохнуть 30 мин, накрыв влажным полотенцем.
3. Чечевицу перебрать, тщательно промыть, отварить в воде до готовности, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Пропустить чечевицу через мясорубку.
4. Лук очистить, нарезать мелкими кубиками и обжарить. Добавить лук в фарш, посолить, поперчить, перемешать. Дать фаршу остыть.
5. Стол или доску, на которой будет раскатываться тесто, посыпать мукой. Тонко раскатать тесто и с помощью стакана нарезать круги. В середину каждого круга положить фарш, края защипнуть.
6. Отварить вареники в кипящей подсоленной воде до готовности.
7. Укроп вымыть, обсушить и порубить. При подаче полить растительным маслом и посыпать рубленой зеленью.

## 384. Вареники с картофелем

### Для теста:

- мука – 270–300 г
- яйцо – 1 шт.
- молоко – 100 мл
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- масло растительное – 2 ст. ложки

### Для начинки:

- картофель – 500 г
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль
- свежемолотый черный перец
- масло сливочное – 50 г

### Для подачи:

- масло сливочное – 20 г
- сахар –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- зеленый лук – для подачи
- соль
- лук репчатый – 1 шт.

1. Картофель для вареников тщательно вымыть, затем очистить. Сложить клубни в кастрюлю и залить водой. Поставить на плиту и довести до кипения. Варить на слабом огне 30 мин.
2. Приготовить тесто для вареников с картошкой. Просеять 270 г муки с солью. Смешать с яйцами, молоком и 2 ст. ложками растительного масла. Вымесить однородное крутое тесто, При необходимости подсыпать еще немного муки. Скатать тесто в шар, положить в миску, накрыть и оставить на 30 мин.
3. Лук для начинки вареников с картофелем очистить и мелко нарезать. Разогреть сковороду с растительным маслом и обжарить лук до золотистого цвета, часто помешивая, около 6 мин.
4. С готового картофеля слить воду, вернуть кастрюлю на плиту и немного подсушить картофель. Затем размять в пюре со сливочным маслом. Добавить обжаренный лук, посолить, поперчить и перемешать.
5. Тесто для вареников раскатать в тонкий пласт. Вырезать из него кружки диаметром примерно 7 см. Разложить по кружкам начинку, сложить их пополам и влажными руками защипать края.
6. Выложить вареники в кипящую подсоленную воду. Когда они всплывут, варить еще 3 мин.
7. Приготовить карамелизованный лук для подачи вареников с картофелем. Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Растопить в сковороде на среднем огне сливочное масло и обжарить лук до темно-золотистого цвета, 10 мин. Добавить сахар и готовить, часто помешивая, еще 2 мин. Снять

с огня, переложить в миску и оставить в теплом месте.

8. Готовые вареники с картофелем поместить в миску с карамелизованным луком, перемешать и подать к столу. Можно присыпать тонко нарезанным зеленым луком.

9. Вареники с картошкой следует лепить влажными руками. Поэтому перед началом процесса поставьте рядом миску с холодной водой и периодически смачивайте их. Чтобы вареники не разваливались, края теста смазывайте яичным белком.

## 385. Ленивые вареники

- Творог жирностью не менее 9% – 400 г
- мука – 2–3 ст. л. + еще немного для раскатывания теста
- яйца – 2 шт.
- сахар – 1 ст. ложка
- молотая корица – 1 ч. ложка
- соль – по вкусу

1. Подготовить творог для теста ленивых вареников. Если он слишком влажный, положить его в марлю, сложенную вчетверо, завязать в виде узелка и поместить в дуршлаг. Сверху положить груз и оставить в прохладном месте на несколько часов.
2. Творог для теста вареников протереть через мелкое сито в большую миску. Отдельно взбить яйца с сахаром и корицей. Добавить в творог и перемешать лопаточкой до получения гладкой массы.
3. Муку просеять со щепоткой соли через мелкое сито на получившуюся творожную массу. Тщательно вымесить тесто для вареников и оставить на 15 мин под полотенцем.
4. Тесто для классических ленивых вареников разделить на несколько частей и каждую раскатать в тонкие и длинные «колбаски» на рабочем столе, слегка подпыленном мукой.
5. В большой кастрюле довести до кипения воду и немного посолить ее. «Колбаски» из теста нарезать поперек кусочками длиной около 2 см. Сразу же поместить их в кастрюлю с кипящей водой.
6. Готовить ленивые вареники на среднем огне без крышки 3–4 мин после всплытия на поверхность. Выложить шумовкой и дать стечь воде. Разложить ленивые вареники по тарелкам.

## 386. Вареники из заварного теста с творогом

### Для теста:

- соль
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- сметана охлажденная – 2 ст. ложки
- мука – 2½ стакана
- вода горячая – 1 стакан

### Для начинки:

- творог – 500 г
- сахар – по вкусу
- яйцо – 1 шт.

1. Творог (сухой, не влажный) растереть с сахаром и яйцом в однородную массу.
2. Муку просеять с солью. Добавить воду, сливочное масло и сметану. Перемешать.
3. Выложить тесто на присыпанную мукой поверхность и вымешивать, пока оно не станет гладким и эластичным. Накрыть пленкой и оставить на 10 мин в теплом месте.
4. Тесто разделить на три части, две из них накрыть пленкой, чтобы тесто не пересыхало, а третью раскатать в длинную ленту шириной 9–10 см. Разложить по центру по 2 ст. л. начинки на расстоянии примерно 3 см друг от друга. Края смазать водой. Сложить пласт вдвое.
5. С помощью тонкого стакана вырезать из пласта полукольца. Руками защипать края. Положить вареники на присыпанный мукой поднос и поставить в холодильник.
6. Сделать вареники из оставшегося теста. Вскипятить воду. Порциями опускать вареники и варить, пока они не всплывут. Шумовкой переложить на блюдо, смазать сливочным маслом.
7. Подавать со сметаной.



## 387. Кундюмы – постные пельмени

**К**ундюмы – старинное русское блюдо. На Руси его готовили со времен Владимира Мономаха. В. Похлебкин считает кундюмы «изобретением» монахов, искавших замену пельменям для постного стола. В отличие от пельменей, в которых самая распространенная начинка – мясная, в начинке для кундюмов используют яйца, крупу, щавель, грибы. Другое отличие от пельменей состоит в технологии приготовления: после лепки их обжаривают в масле до образования корочки, а затем тушат в горшочке, залив густым грибным отваром. Тушение иногда заменяют отвариванием в овощном или грибном бульоне.

### Для теста:

- мука – 160 г
- вода –  $\frac{1}{3}$  стакана
- масло растительное – 40 мл

### Для отвара:

- отвар грибной – 1 стакан
- чеснок – 10 г
- сметана – 100 г
- зелень петрушки
- перец черный горошком
- лавровый лист
- соль – по вкусу

### Для начинки:

- грибы сухие – 60 г
- гречневая крупа или рис – 100 г
- масло растительное – 40 мл
- лук репчатый –  $\frac{1}{2}$  головки
- яйцо отварное – 1 шт.

1. **Для приготовления теста** в масло влить кипятка и всыпать муку. Полученную массу быстро, но тщательно замесить. Затем раскатать тесто очень тонким пластом (почти до прозрачности).
2. Сушеные грибы залить водой и замочить на 30 мин, затем отварить, отвар слить в отдельную посуду. Отваренные грибы мелко порубить и обжарить с мелко нашинкованным репчатым луком. Сварить рассыпчатый рис или гречневую кашу. Кашу и обжаренные грибы соединить с рубленым вареным яйцом и все хорошо размять в однородную массу.
3. Раскатанный пласт из теста разрезать на квадраты по 5 см, положить на них по ложке фарша и слепить как пельмени.
4. На заключительном этапе кундюмы нужно положить на широкую сковороду или противень, хорошо смазанный маслом, и поставить его в разогретую до 180 °С духовку на 12–15 мин. После переложить кундюмы в горшочек, залить горячим грибным отваром, который остался после отваривания грибов, посолить, добавить лавровый лист, черный перец, несколько зубчиков чеснока, зелень петрушки и все это поставить в духовку и томить 15 мин.

# **ПОДЛИВЫ, СОУСЫ И ПРИПРАВЫ**



**Б**ольшинство соусов готовится на основе. Под основой понимается крепкий бульон, который может быть приготовлен из различных продуктов. Именно благодаря ему соус приобретает аромат. Основой может также служить мясной сок, который остается на сковороде после жарки мяса. Его сливают и затем готовят на нем соус.

**Крепкий бульон.** Обычно для приготовления соусов используют классический бульон – светлый мясной бульон из говядины и говяжьих костей, корнеплодов (моркови, сельдерея, корня петрушки), обжаренного лука и специй.

**Светлые соусы.** В качестве вкусовой основы используется крепкий бульон из телятины, овощей, птицы или рыбы. Для приготовления соуса применяют чаще всего классический метод мучной заправки.

**Мучная заправка, светлая.** Мучная заправка делается следующим образом. Возьмите масло, подойдет также хороший маргарин или любой растительный жир без вкусовых добавок. Растопите его, но не давайте приобрести коричневый цвет. Потушите в нем мелко нарезанный лук до прозрачности. Всыпьте столько муки, чтобы масса приобрела консистенцию крема, и обжарьте до золотисто-коричневого цвета. Постепенно добавляйте холодную или теплую жидкость. Это может быть также упомянутый выше бульон. Добавляя жидкость, нужно непрерывно и быстро перемешивать смесь, иначе образуются комочки, которые уже не разойдутся. Теперь соусная масса может потихоньку закипать, при этом она загустевает.

**Мучная заправка, темная.** Разогреть жир и обжарить в нем муку до коричневого цвета. Только затем добавить лук и все вместе хорошо обжарить. Залить жидкостью.

**Степень густоты готового соуса.** Густота готового соуса бывает различная, смотря по тому, подается ли он отдельно в соуснике, тушится ли в нем какой-либо продукт, заливается ли им блюдо так, чтобы соус держался на нем не стекая, или же оно так покрывается им, чтобы положенный на блюде продукт совсем не был виден.

**Продукты, прибавляемые в соус для вкуса.** Русские соусы для вкуса перед подачей заправляются иногда сметаной, уксусом, томатным пюре, маринадами и проч. После прибавки каждого из упомянутых продуктов нужно вскипятить соус. Для того же, чтобы соус получил бóльшую пикантность, лучше их предварительно отдельно прогреть (сметана, уксус) или прожарить (томат и проч.), а не вводить сырыми.

## 388. Подлива из чечевицы

- Чечевица – 2 стакана
- лук репчатый – 2 шт.
- гвоздика – 2 шт.
- морковь – 2 шт.
- укроп – 1 пучок

1. Чечевица плохо разваривается, поэтому надо ее предварительно на 2 ч замочить в холодной воде, затем сменить воду, вскипятить чечевицу без соли, снять накипь.
2. Положить в нее пучок зелени укропа, 1–2 луковицы, нашпигованные 2 гвоздичками, 1–2 моркови, накрыть крышкой, поставить в духовку на 2 ч.
3. Готовую чечевицу можно класть в суп или горячую протереть через сито и подавать в качестве подливы к овощам или мясу.

## 389. Соус морковный

- Вода – 2 стакана
- морковь – 3 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- чеснок – 1 зубчик
- укроп – 1 веточка
- сушеный базилик
- растительное масло
- соль

1. Морковь и лук нарезать кубиками, обжарить на растительном масле. Влить воду, тушить овощи до полного размягчения, посолить.
2. Добавить сушеный базилик, измельчить блендером. Укроп и чеснок порубить, всыпать в соус, довести его до кипения.

## 390. Соус свекольный

- Свекла столовая – 200 г
- чернослив – 100 г
- петрушка
- зелень – 20 г
- сливки или сметана – 200 мл
- соль – по вкусу

1. Свеклу вымыть, отварить в кожуре, затем очистить. Чернослив промыть и отварить в небольшом количестве воды.
2. Протереть свеклу и чернослив через сито, добавить мелко нарезанную петрушку, соль и сливки или сметану. Хорошо взбить. Добавить протертые ядра орехов.

### 391. Соус или пюре из свежих помидоров

- Помидоры – 800 г
  - морковь – 1 шт.
  - корень петрушки или сельдерея – 200 г
  - лук репчатый – 1 шт.
  - масло растительное – 15 мл
  - мука – 1 ч. ложка
  - масло сливочное – 1 ч. ложка + 30 г дополнительно
  - соль
1. Сварить в небольшом количестве воды и протереть сквозь сито помидоры. На четыре части томатов взять 1 часть разных кореньев, морковь и луковицу, очистить, мелко их нашинковать, поджарить в сотейнике до мягкости.
  2. Добавить протертые томаты, поджарить до темно-красного цвета. Когда соус загустеет, протереть через сито.
  3. Если соус недостаточно густой, его надо подправить чайной ложечкой муки, растертой с чайной ложкой масла, довести до кипения, добавить еще сливочного масла, размешать.
  4. Подавать к разварной и жареной говядине, к жареным сосискам и пр.

### 392. Соус из сладкого перца

- Вода – 2 стакана
  - сладкий красный перец – 4 шт.
  - чеснок – 1 зубчик
  - сушеный базилик
  - соль
1. Сладкий перец разрезать, очистить от семян и перегородок, ополоснуть. Уложить перец на противень или сковороду, запекать в духовке 20 мин при 160 °С.
  2. Чеснок очистить и порубить.
  3. Запеченный перец, очистив от кожицы, положить в кастрюлю с кипящей водой, варить 5 мин.
  4. Добавить чеснок, базилик, соль, довести до кипения. Измельчить соус блендером.

### 393. Соус из щавеля

- Щавель – 1,2 кг
- масло сливочное – 20 г
- мука – 2 ч. ложки
- сметана – 120 г
- соль – 1 ч. ложка
- сахар – 1 ст. ложка

1. Отварить щавель в кипящей воде в течение 3 мин, протереть сквозь сито. Поджарить на сливочном масле муку, размешать до гладкости, добавить сметану, соль, сахар, хорошенько размешать, положить протертый щавель, размешать, подогреть до горячего состояния, но не дать вскипеть.
2. В качестве соуса щавель подается с гренками, яйцами, омлетом, котлетами, жареной печенкой, жареными мозгами, ветчиной и пр.

### 394. Соус из базилика и орехов

- Зеленый базилик – 1 большой пучок
- очищенные кедровые орехи – 3 ст. ложки
- масло растительное – ½ стакана
- чеснок – 4 зубчика
- морская соль – 1 ч. ложка

1. Базилик вымыть, обсушить на полотняной салфетке, мелко нарезать.
2. Чеснок очистить и порубить. Истолочь в ступке кедровые орехи, базилик и чеснок вместе с солью. По капле вливать масло, не переставая перемешивать, пока соус не станет однородным. Перед использованием соус взболтать.

### 395. Соус из брюквы

- Брюква – 600 г
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- мука – ½ ст. ложки

Брюкву вымыть, положить в соленый кипяток и отварить. Готовую брюкву остудить, очистить, нарезать крупными кубиками, залить водой или бульоном, добавить соль, масло, муку, размешать и варить не менее 1 ч, помешивая. Подается к разварной и жареной говядине, к котлетам, с гренками. Такая брюква получается очень вкусной, когда варится с куриными потрохами – они дадут навар, который заменит бульон. Ими можно гарнировать брюкву.

### 396. Соус из топинамбура

- Топинамбур – 1,2 кг
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- мука – 1 ст. ложка
- сахар – 1 ст. ложка

1. Очистить топинамбур, нарезать ломтиками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, вскипятить, слить воду, залить посоленным кипятком так, чтобы топинамбур был едва покрыт водой. Добавить соль и сахар и варить около 1 ч на малом огне, слить воду.
2. Разогреть масло, добавить муку, размешать до однородности и смешать с топинамбуром. Подлить 2–3 ст. ложки бульона или молока, тушить под крышкой до готовности. Подавать с котлетами из говядины, жареным выменем, жареной печенкой, гренками и пр.

### 397. Соус шпинатный с чесноком

- Шпинат – 200 г
- щавель – 100 г
- зелень укропа – 100 г
- чеснок – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Шпинат, щавель и укроп промыть, потушить в небольшом количестве воды и протереть через сито. Чеснок очистить и растереть. Смешать протертую зелень с чесноком, добавить растительное масло, посолить и взбить миксером.

### 398. Соус сливовый с чесноком

- Слива – 300 г
- чеснок – 100 г
- зелень укропа – 20 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Сливу вымыть, освободить от косточек, потушить в небольшом количестве воды. Чеснок очистить и растолочь. Укроп вымыть и мелко нарезать. Смешать сливу с чесноком и укропом, посолить, добавить растительное масло и взбить все миксером.

### 399. Соус из лесной рябины с яблоками

- Рябина лесная – 200 г
- яблоки – 200 г
- зелень майорана – 20 г
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Рябину лесную залить кипятком и бланшировать 2–3 мин. Яблоки испечь в духовке и протереть через сито. Бланшированную рябину пропустить через мясорубку, соединить с протертыми яблоками, добавить мелко нарезанную зелень майорана, растительное масло и соль. Все перемешать и взбить миксером. Если яблоки кислые, добавить 1 ст. ложку сахарного песка.

### 400. Соус зеленый из свекольной ботвы

- Свекольная ботва – 200 г
- щавель – 200 г
- черемша – 50 г
- сахар – 1 ст. ложка
- сметана – 200 г
- вода – 200 мл
- соль – по вкусу

Зелень промыть, отварить в 200 мл воды и протереть через мелкое сито вместе с отваром. В массу добавить соль, сахар и сметану. Перемешать и взбить миксером.

### 401. Соус свекольный

- Свекла столовая – 100 г
- чернослив – 100 г
- зелень петрушки – 20 г
- сливки или сметана – 200 мл
- соль – по вкусу

Свеклу вымыть, отварить и очистить. Чернослив промыть, отварить в небольшом количестве воды, освободить от косточек. Протереть свеклу и чернослив через сито, добавить мелко нарезанную петрушку, соль и сливки. Хорошо взбить.



## 402. Соус морковный

- Морковь – 200 г
- сыр твердый – 50 г
- мука – 1 ст. ложка
- сливки – 200 мл

Морковь вымыть, отварить в воде и протереть через сито. Муку обжарить на сухой сковородке до золотистого цвета и размешать в сливках. Сыр натереть на мелкой терке. Протертую морковь, натертый сыр и сливки с мукой перемешать и хорошо взбить миксером. Подавать к отварным овощам или рыбе.

## 403. Соус из фасоли с орехами

- Фасоль – 1 стакан
- ядра орехов – 50 г
- зелень укропа – 20 г
- чеснок – 1–2 зубчика
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Фасоль промыть, замочить в 4–5 стаканах воды и разварить в этой же воде. Ядра любых орехов прокалить на сковородке и мелко истолочь. Укроп промыть, мелко нарезать и растереть в растительном масле вместе с очищенным чесноком. Разваренную фасоль протереть через сито, смешать с ядрами орехов, растертыми в масле укропом и чесноком, посолить по вкусу.

## 404. Соус грибной из вешенок

- Грибы свежие – 500 г
- лук репчатый – 100 г
- сливки – 200 мл
- мука – 2–3 ст. ложки

Грибы промыть, пропустить через мясорубку и жарить на растительном масле, добавив в конце 2–3 ст. ложки муки, чтобы она успела подрумяниться. Лук репчатый очистить и мелко нарезать, пассеровать на растительном масле, смешать с приготовленными грибами. Залить все сливками и довести до кипения, посолить по вкусу. Такой соус облагородит любое блюдо. Его можно подать к отварным овощам и к макаронным изделиям. Хорош он для мясных и рыбных вторых блюд.

## 405. Соус грибной с кабачками

- Грибы свежие – 200 г
- кабачки – 300 г
- помидоры – 200 г
- лук репчатый – 100 г
- сметана – 50 г
- вода – 200 мл
- соль – по вкусу

Кабачки вымыть, очистить от кожуры, освободить от семян и нарезать кружочками. Томаты вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить и нашинковать. Все смешать и пассеровать на растительном масле, залить водой и отварить. Грибы перебрать почистить, вымыть, мелко нарезать, отварить в воде и пожарить на растительном масле. Соединить овощи с отваром и жареными грибами, добавить сметану, посолить и взбить миксером.

## 406. Соус грибной из опят

- Опята свежие – 200 г
- лук репчатый – 50 г
- морковь – 50 г
- пастернак – 50 г
- масло растительное – 50 мл
- молоко или сливки – 150–200 мл
- соль – по вкусу

Грибы промыть в соленой воде, хорошо отжать, мелко изрубить и тушить в масле на медленном огне в течение 30 мин. Нашинковать очень мелко лук репчатый, морковь и корень пастернака, пассеровать на растительном масле 3 мин. Грибы и пассерованные овощи соединить, залить кипящим молоком и кипятить на медленном огне 5 мин.

## 407. Соус сметанный с яблоками и шпинатом

- Сметана – 100 г
- шпинат – 200 г
- яблоки – 200 г
- зелень эстрагона – 100 г
- соль – по вкусу

Шпинат промыть, нарезать и отварить в воде (200 г), протереть через сито вместе с отваром. Яблоки вымыть и отварить в небольшом количестве воды, протереть после этого через сито вместе с отваром. Смешать сметану с протертыми яблоками и шпинатом, измельченной зеленью эстрагона, посолить смесь и взбить миксером. Вместо сметаны для этого соуса можно использовать сливки.

## 408. Соус сметанный с крапивой, черемшой и шпинатом

- Сметана – 100 г
- черемша – 100 г
- крапива, листья – 100 г
- шпинат – 200 г
- соль – по вкусу

Крапиву обдать кипятком, выдержать до остывания, затем воду слить, крапиву отжать и нарезать ножом. Черемшу и шпинат промыть, нарезать, отварить в небольшом количестве воды вместе с предварительно подготовленной крапивой, затем натереть отваренную массу через мелкое сито вместе с отваром. Смешать сметану с протертой зеленью, посолить и взбить смесь миксером.

## 409. Соус сметанный с луком и свекольным листом

- Свекольный лист – 300 г
- лук репчатый – 200 г
- чеснок – 50 г
- сметана – 100 г
- грецкие орехи – 2 шт.
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

Лук очистить и мелко нашинковать, свекольные листья промыть, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле вместе с луком. Чеснок очистить и растереть, ядра грецких орехов растолочь. Смешать сметану с пассерованным луком и свекольным листом, добавить измельченный чеснок и ядра грецких орехов, посолить и взбить миксером.

## 410. Соус сметанный с ревенем

- Сметана – 100 г
- ревень, черешки – 300 г
- морковь – 200 г
- зелень укропа – 30 г
- соль – по вкусу

Ревень вымыть, нарезать кусочками, потушить в небольшом количестве воды и протереть через сито вместе с отваром. Морковь вымыть, очистить, нарезать кусочками, потушить в малом количестве воды и протереть через сито вместе с отваром. Укроп промыть и очень мелко нарезать. Смешать сметану с ревенем, морковью и измельченной зеленью, посолить и взбить все миксером (вместо зелени укропа можно использовать зелень петрушки).

## 411. Томатно-чесочная приправа

- Чеснок – 300 г
- помидоры спелые – 1 кг
- хрен – 200 г
- масло растительное – 50 мл
- сахарный песок – 100 г
- соль – 15 г
- уксус яблочный – 50 мл

Спелые красные помидоры вымыть, обдать кипятком и пропустить через мясорубку вместе с чесноком. Хрен вымыть и натереть на терке, смешать с томатами и чесноком, добавить сахар, соль, растительное масло, яблочный уксус и перемешать. Разложить готовую приправу в маленькие баночки. Хранить в прохладном месте.

## 412. Яблочно-чесочная приправа

- Чеснок – 300 г
- яблоки – 1 кг
- горчица сухая – 1 ст. ложка
- соль – 15 г
- масло растительное – 50 мл
- уксус яблочный – 50 мл

Яблоки вымыть, залить небольшим количеством воды, потушить под крышкой до мягкости, протереть горячими через сито, полученное пюре остудить. Чеснок очистить, пропустить через мясорубку, соединить с яблочным пюре, добавить соль, горчицу, растительное масло, уксус и тщательно перемешать. Разложить в небольшие банки, закрыть крышками. Поставить на хранение на холод.

## 413. Чесочная приправа с красной смородиной

- Чеснок – 300 г
- сок красной смородины –  $\frac{1}{2}$  л
- зелень майорана – 50 г
- семена укропа – 20 г
- сахарный песок – 100 г
- соль – 5 г

Чеснок очистить от шелухи и пропустить через мясорубку. Зелень промыть, обсушить полотенцем и очень мелко нарезать. Семена укропа размолоть в кофемолке или растереть в ступке. Смешать чеснок с зеленью, добавить сок красной смородины, размолотые семена укропа, сахарный песок и соль. Разложить приправу в маленькие баночки. Хранить на холоде.

## 414. Приправа из алычи и чеснока с тмином

- Алыча – 1 кг
- чеснок – 300 г
- семена тмина – 30 г
- семена кориандра – 20 г
- масло растительное – 100 мл
- сахар – 10 г
- соль – 10 г

Алычу вымыть, освободить от косточек, пересыпать сахарным песком и солью, оставить до выделения сока. Затем нагреть до кипения и протереть через сито. Чеснок очистить от шелухи и промолоть в мясорубке, соединить с протертой сливовой массой, добавить промолотые в кофемолке или растертые в ступке семена тмина и кориандра, заправить растительным маслом, тщательно перемешать. Готовую приправу разложить в небольшие баночки. Хранить в холодильнике.

## 415. Хрен столовый

- Хрен – 500 г
- сахар – 30 г
- уксус 9 %-ный – 2 ст. ложки
- вода – 200 мл
- соль – 3 г

Промытые и очищенные корни хрена натереть на мелкой терке. Добавить кипяченую воду, соль, сахар и уксус, размешать и уложить в чистую банку. Если полученный продукт покажется «сухим», довести до нужной консистенции, добавив кипяченую воду.

## 416. Хрен со свеклой

- Хрен – 250 г
- свекла столовая – 250 г
- уксус 9 %-ный – 1 ст. ложка
- вода – 200 мл
- соль – 3 г

Промытые и очищенные корни хрена натереть на мелкой терке. Свеклу вымыть, очистить, натереть на мелкой терке и смешать с хреном, добавить охлажденную кипяченую воду, соль и уксус, уложить в банку и хранить в холодильнике.

## 417. Хрен со сливами

- Хрен – 250 г
- слива – 250 г
- сахар – 100 г
- вода – по надобности

Промытые и очищенные корни хрена натереть на мелкой терке. Сливу вымыть, освободить от косточек и протереть через сито, смешать с хреном, добавить, если потребуется, воду и сахар. Хранить в холодильнике.

## 418. Хрен с крыжовником

- Хрен – 250 г
- крыжовник – 250 г
- сахар – 100 г
- вода – 100 мл

Промытые и очищенные корни хрена натереть на мелкой терке. Крыжовник вымыть и провернуть в мясорубке. Смешать хрен и крыжовник, добавить воду и сахар. Хранить в холодильнике.

## 419. Хрен с яблоками

- Хрен – 250 г
- яблоки – 500 г

Промытые и очищенные корни хрена натереть на мелкой терке. Яблоки вымыть, испечь в духовке, протереть сквозь сито или измельчить миксером и смешать с натертым хреном. Посолить по вкусу.

## 420. Домашний майонез с красной смородиной

- Яичные белки – 2 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- горчица столовая готовая – 1 ч. ложка
- смородина красная – 50 г
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – по вкусу

Ягоды красной смородины вымыть и протереть сквозь сито. Яичные белки соединить с горчицей и протертой красной смородиной, взбить миксером до загустения и, не прекращая взбивания, постепенно добавлять растительное масло, сахар и соль. (Уксус в такой майонез не добавляется.)

## 421. Домашний майонез с яблоком

- Яичные желтки – 1 шт.
- яблоко – 1 шт.
- сметана – 1 ст. ложка
- горчица – 1 ч. ложка
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – по вкусу

Яблоко средней величины испечь или потушить в небольшом количестве воды и протереть сквозь сито. Остывшую протертую яблочную массу смешать со сметаной, добавить готовую столовую горчицу, яичный желток, сахар и соль, взбить все миксером.

## 422. Майонез с цветной капустой

- Капуста цветная – 50 г
- яичные желтки – 2 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- горчица столовая – 1 ч. ложка
- уксус фруктовый – 1 ст. ложка
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – по вкусу

Цветную капусту отварить и протереть через сито. Яичные желтки смешать с уксусом и готовой столовой горчицей, взбить миксером до загустения и затем постепенно добавлять растительное масло. Не прекращая взбивания, добавить протертую капусту, сахар и соль.

# **БЛИНЫ, БЛИНЧИКИ И ОЛАДЬИ**





– А блинков? – сказала хозяйка.

В ответ на это Чичиков свернул три блина вместе и, обмакнувши их в растопленное масло, отправил в рот, а губы и руки вытер салфеткой. Повторивши это раза три, он попросил хозяйку приказать заложить его бричку.

Настасья Петровна тут же послала Фетинью, приказавши в то же время принести еще горячих блинов.

– У вас, матушка, блинцы очень вкусны, – сказал Чичиков, принимаясь за принесенные горячие.

Н. В. Гоголь, «Мертвые души»

**Б**лины пекут на раскаленной, смазанной жиром сковороде, очень быстро обжаривая с каждой стороны. Подают горячими, сложенными или свернутыми рулетом, с разными начинками и соусами. Оладьи более пышные, чем блины. Это исконно русское блюдо подают со сметаной, икрой или копченым лососем.

**Разведение муки молоком.** Во время приготовления блинов при разведении муки молоком последнее нужно вливать не сразу, а постепенно, размешивая муку лопаточкой или венчиком, иначе в тесте могут образоваться комки.

**Густота теста.** Тесто для блинчиков должно иметь густоту жидкой сметаны (стекать с лопаточки в виде жидкой массы); в противном случае получатся толстые блинчики, которые плохо пропекутся и будут сырыми внутри.

**Поправки.** Если в тесте образуются комки, то его можно исправить, процедив через частое сито.

**Разбавление молоком.** Если у вас получилось очень густое тесто для блинов, его можно разбавить молоком.

**Для приготовления фаршированных блинчиков:**

- **Смазывание краев.** Края готовых блинчиков смазываются яйцом для того, чтобы фарш не вываливался.

- **Укладывание фарша.** Фарш выкладывается ровным слоем по всему блинчику, чтобы потом при поперечном разрезе готового изделия фарш лежал слоями, а не цельным куском в одном месте.

**Советы:**

- Тесто должно немного настояться, но его нельзя долго хранить. Лучше замесить его за час-два до выпекания.

- Блины можно печь из разных сортов муки: кукурузной, гречневой или непросеянной пшеничной.

- Начинка для блинов может быть самой разнообразной. Все зависит от вашей фантазии и кулинарных пристрастий. Блины со вчерашним рагу, соусом для макарон или сырным соусом – отличный, сытный ужин «на скорую руку».

- Тесто на сковороду удобнее наливать половником. Лучше всего печь блины в чугунной сковороде – блиннице, но годится любая сковорода с толстым дном.

## 423. Ржаные блины

### Для опары:

- молоко – 500 мл
- дрожжи прессованные – 20 г
- ржаная обдирная мука – 300 г

### Для теста:

- масло сливочное – 2 ст. ложки
- яйца – 4 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- соль – 1 ч. ложка без горки
- молоко – 200 мл
- топленое масло для жарки и сливочное масло для смазывания

1. Для опары подогреть молоко до теплого состояния и развести дрожжи.
2. Добавить ржаную муку, перемешать. Накрыть пленкой или полотенцем и оставить при комнатной температуре на 1–1,5 ч.
3. Растопить и слегка охладить сливочное масло. Растереть яйца с сахаром и солью и смешать со сливочным маслом и молоком.
4. Соединить яично-молочную смесь с опарой. Накрыть пленкой или полотенцем и дать постоять при комнатной температуре еще 2 ч. Можно оставить на ночь в холодильнике, а утром достать за 1 ч до выпечки.
5. Аккуратно перемешать тесто. Разогреть сковородку на умеренно сильном огне, смазать маслом, вылить средний половник теста и слегка его распределить. Печь, пока поверхность почти полностью не застынет, перевернуть и печь еще 30 сек.
6. Переложить на тарелку и смазать маслом. Продолжить с оставшимся тестом.

## 424. Гречневые блины

- Молоко – 500 мл
- дрожжи прессованные – 15 г
- мука из зеленой гречки – 140 г
- соль – 1 ч. ложка
- мука пшеничная – 140 г
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- яйцо – 1 шт.
- сахар – 1 ст. ложка
- сливки 33% – 50 мл
- топленое масло для жарки
- сливочное масло для смазывания

1. Нагреть половину порции молока до теплого состояния и добавить дрожжи. Гречневую муку смешать с солью в миске или кастрюле, влить молочно-дрожжевую смесь и хорошо перемешать. Накрыть опару влажным полотенцем и поставить в теплое место на 1,5 ч.
2. Всыпать в опару пшеничную муку и долить оставшееся молоко. Перемешать, накрыть полотенцем и дать постоять еще 1,5 ч.
3. Сливочное масло растопить и остудить. Яйцо разделить на белок и желток. Желток растереть с сахаром и остывшим сливочным маслом, добавить в тесто.
4. Сливки взбить до густой пены (они должны увеличиться в объеме вдвое) и аккуратно перемешать с тестом.
5. Взбить белок до густой пены и аккуратно ввести его в тесто движением венчика снизу вверх, чтобы не выбить из пены воздух. Накрыть тесто полотенцем и оставить на полчаса.
6. Хорошо разогреть сковородку диаметром 20–22 см. Слегка смазать топленым маслом, вылить на сковородку средний половник теста и аккуратно, не надавливая слишком сильно, распределить его по дну. Печь, пока поверхность почти полностью не застынет, перевернуть и выпекать еще 20–30 сек. Поверхность блина должна быть румяной.
7. Переложить на тарелку и смазать сливочным маслом. Продолжить с оставшимся тестом.

**БАНИНЫ, БАНИЧКИ И ОЛАДЫ**

- [illegible]

- ## БАНИНЫ, БАНИЧКИ И ОЛАДЫ

## 426. Блины пшенные

- Пшено – 1 стакан
- мука пшеничная – 2–3 стакана
- яйца – 3–5 шт.
- дрожжи свежие – 25 г
- сахар – 2 ст. ложки
- соль – 1 ч. ложка
- масло растительное – 2–3 ст. ложки
- вода – 0,6 л
- молоко – 1 л

1. Пшено промыть, залить водой, сварить из него жидкую кашу, дать остыть. В теплом молоке ( $\frac{1}{2}$  л) растворить сахар и распустить дрожжи, добавить остывшую пшеничную кашу и, подсыпая небольшими порциями муку, замесить густое тесто, как для оладий.
2. Поставить его в теплое место и дать подняться. Затем тесто заварить кипящим молоком, быстро перемешивая.
3. В заваренное тесто добавить растительное масло, соль и хорошо взбитые яйца, все тщательно перемешать, выдержать примерно 10 мин.
4. Разогреть сковородку, смазать маслом. Вылить на сковородку средний половник теста и слегка его распределить, чтобы получился круг диаметром 12–15 см.
5. Печь, пока поверхность блина почти полностью не схватится, перевернуть и выпекать еще 30 сек.
6. Переложить на тарелку и смазать маслом. Продолжить с оставшимся тестом.
7. По такому же рецепту готовят блины с рисовой, овсяной, кукурузной и гречневой кашей, но перед тем как замешивать в тесто, сваренную кашу необходимо протереть через сито.

## 427. Блины кукурузные

- Кукурузная крупа – 1 стакан
- мука пшеничная – 2–3 стакана
- яйца – 3–5 шт.
- дрожжи свежие – 25 г
- сахар – 2 ст. ложки
- соль – 1 ч. ложка
- масло растительное – 2–3 ст. ложки
- вода – 0,6 л
- молоко – 1 л

1. Кукурузную крупу промыть, залить водой, сварить из нее жидкую кашу, дать остыть, протереть через сито.
2. В теплом молоке ( $\frac{1}{2}$  л) растворить сахар и распушить дрожжи, добавить протертую кукурузную кашу и, подсыпая небольшими порциями муку, замесить густое тесто, как для оладий. Поставить его в теплое место и дать подняться.
3. Затем тесто заварить кипящим молоком, быстро перемешивая. В заваренное тесто добавить растительное масло, соль и хорошо взбитые яйца, все тщательно перемешать, выдержать примерно 10 мин.
4. Разогреть сковородку, смазать маслом. Вылить на сковородку средний половник теста и слегка его распределить, чтобы получился круг диаметром 12–15 см.
5. Печь, пока поверхность блина почти полностью не схватится, перевернуть и выпекать еще 30 сек.
6. Переложить на тарелку и смазать маслом. Продолжить с оставшимся тестом.

## 428. Блины скороспелые

- Кефир, пахта или простокваша – 1 л
- сахар – 3 ст. ложки
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- кислота лимонная –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- мука пшеничная – 450 г
- яйца – 3 шт.
- сода – 1 ч. ложка
- топленое масло для жарки и сливочное масло для смазывания блинов

1. В кастрюле разогреть кефир с сахаром, солью и лимонной кислотой до теплого состояния. Размешать венчиком до растворения сахара.
2. В большую миску высыпать всю муку. Влить половину кефира и тщательно перемешать венчиком. По одному добавлять яйца, перемешивая.
3. Понемногу добавлять оставшийся кефир, чтобы получилось тесто консистенции сметаны.
4. Тщательно перемешать венчиком и всыпать соду.
5. Аккуратно размешать тесто венчиком движением снизу вверх. Дать постоять 5–10 мин.
6. Хорошо разогреть сковородку диаметром 20 см, смазать маслом. Влить средний половник теста, слегка распределить, чтобы получился круг диаметром 12–15 см. Когда блин схватится и станет матовым сверху, перевернуть и печь еще примерно 30 сек. Тесто нужно зачерпывать половником очень аккуратно, не перемешивая, и после каждого блина не опускать половник в тесто, а класть его рядом или на край емкости.
7. Переложить блин на тарелку, смазать сливочным маслом. Продолжить с остальным тестом, каждый раз смазывая сковородку топленым маслом.

## 429. Блины заварные

- Мука – 120 г
- яйца – 2 шт.
- молоко – 250 мл
- сахар – 2 ст. ложки
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- кипяток – 150 мл
- масло растительное – 50 мл
- топленое масло для смазывания сковородки и сливочное масло для смазывания блинов

1. Муку насыпать в большую миску. Яйца взбить венчиком или миксером в легкую пену, влить молоко, добавить сахар и соль, взбивать еще 1–2 мин. Постепенно влить жидкую смесь в муку, помешивая венчиком, чтобы получалось однородное тесто.
2. Продолжая помешивать, влить 150 мл кипятка. Оставить тесто на 20 мин. Добавить растительное масло и тщательно перемешать.
3. Разогреть сковородку диаметром 22–25 см на среднем огне. С помощью кулинарной кисточки смазать поверхность сковородки топленым маслом.
4. На середину сковородки налить неполный половник теста, покачать сковородку, чтобы тесто растеклось по всему дну. Готовить по 2 мин с одной стороны до золотистого цвета, перевернуть лопаточкой и печь блинчик еще 30–60 сек.
5. Растопить сливочное масло. Блинчики выкладывать стопкой на тарелку, сразу же смазывая каждый растопленным сливочным маслом.



## 430. Царские блины

- Молоко – 540 мл
- сахар – 1 ст. ложка
- дрожжи прессованные – 25 г
- мука – 375 г
- яйца – 3 шт.
- соль – 3 г
- масло сливочное комнатной температуры – 100 г
- холодные жирные сливки – 150 мл
- топленое масло для жарки и сливочное масло для смазывания блинов

1. Приготовить опару. Половину порции молока нагреть до слегка теплого состояния, налить в большую миску, добавить сахар и дрожжи, 150 г муки, тщательно перемешать, накрыть пищевой пленкой и поставить в теплое место на 40 мин.
2. Взбить яйца в легкую пену. В подошедшую опару добавить оставшуюся муку, молоко, соль, яйца. Перемешать до однородности, но не вымешивать слишком долго.
3. Накрыть миску с тестом пленкой, крышкой или полотенцем, поставить в теплое место на 40–60 мин, пока тесто не увеличится вдвое. Затем перемешать, ввести размягченное масло. Накрыть и оставить еще на 30 мин.
4. Взбивать холодные сливки в холодной миске 5–7 мин до устойчивой пены. Аккуратно, в несколько приемов ввести сливки в тесто, перемешивая снизу вверх.
5. Разогреть сковородку, смазать тонким слоем топленого масла. Налить на сковородку большой половник теста и слегка распределить его в круг, покачивая сковородку и немного помогая дном половника.
6. Печь под крышкой, пока поверхность почти полностью не схватится, перевернуть и выпекать еще 30 сек.
7. Переложить на тарелку и смазать маслом. Продолжить с оставшимся тестом.

## 431. Блины с припеком из яиц и зеленого лука

Существуют три варианта приготовления блинов с припеком.

**Первый способ** – добавление начинки на еще жидкое тесто в сковороде, как в нашем рецепте. Так удобно печь блины с соленой или копченой рыбой, сыром, яйцами, ягодами.

**Второй способ** – смешать тесто с начинкой перед выпеканием – обычно так поступают с тертой морковью, яблоками или зеленью.

**Третий способ** – обжарить на сковороде немного начинки, а потом залить ее тестом. Таким образом готовят блины с беконом, с жареным луком или с грибами.

**Для теста:**

- кефир – 2 стакана
- мука – 2 стакана
- яйца – 2 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- сахар – 2 ст. ложки
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- растопленное сливочное масло для смазывания блинов

**Для начинки:**

- яйца вареные – 2 шт.
- лук зеленый – 4 пера
- соль, свежемолотый черный перец

1. В большой миске слегка взбить яйца с сахаром и солью, влить кефир и перемешать. Просеять муку и добавить в жидкую смесь, хорошо перемешать, чтобы не было комков.
2. Влить в тесто 1 стакан кипятка и размешать. Оставить на 10 мин. Добавить растительное масло.
3. Для начинки нарезать яйца маленькими кубиками. Тонко нарезать зеленый лук. Смешать яйца с луком, немного посолить и поперчить.
4. Разогреть сковороду с антипригарным покрытием на огне чуть выше среднего и слегка смазать маслом. Налить в центр сковороды примерно 3–4 ст. ложки теста (в зависимости от размера), перевернуть сковороду, чтобы оно равномерно распределилось.
5. Жарить 30 сек, как только тесто начнет немного схватываться, посыпать блин 1 ст. ложкой начинки и продолжать жарить, пока нижняя сторона не подрумянится.
6. Аккуратно перевернуть блин на другую сторону и жарить до готовности, 20–30 сек. Переложить на блюдо, смазать растопленным маслом и сохранять в тепле.

## 432. Постные блины с припеком из картофеля

- Мука – 2 стакана
- соль – 1 ч. ложка
- разрыхлитель – 1½ ч. ложки
- сода – 5 г
- сильногазированная вода – 600 мл
- сахар – 1 ст. ложка
- масло растительное – 3 ст. ложки + для жарки

### Для припека:

- вареный картофель в мундире – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.

1. Смешать муку с солью, разрыхлителем и содой. Добавить газированную воду, сахар, всыпать мучную смесь и размешать до однородности.
2. Добавить растительное масло и снова размешать. Дать тесту постоять 30 мин.
3. Для припека очистить картофель и нарезать кубиками со стороной 7–8 мм. Лук очистить и нарезать примерно так же. Разогреть в сковороде масло, положить лук и обжарить, 10 мин, переложить в мисочку.
4. Подлить в сковороду масла и обжарить на сильном огне картофель до румяной корочки. Смешать картофель с луком, посолить.
5. Смазать маслом сковороду для блинов и разогреть на среднесильном огне. Выложить на сковороду немного припека и сразу залить тестом.
6. Далее выпекать как обычные блины.
7. Готовые блины складывать в кастрюлю или миску под крышку.
8. Подавать блины горячими.

## 433. Постные блины с припеком из тыквы

- Мука – 2 стакана
- вода газированная – 500–600 мл
- масло растительное – 3 ст. ложки + для жарения
- разрыхлитель – 1½ ч. ложки
- щепотка соды
- сахар – 1 ст. ложка
- соль – 1 ч. ложка

### Для припека:

- тыква очищенная – 200 г
- лук репчатый – 1 шт.
- масло растительное
- соль

1. Для блинов смешать муку с солью, разрыхлителем и содой. Добавить в газированную воду сахар, всыпать мучную смесь и размешать до однородности. Добавить растительное масло и снова размешать. Дать тесту постоять 30 мин.
2. Для припека тыкву нарезать мелкими кубиками. Лук очистить и измельчить, обжарить 10 мин.
3. Подлить в сковороду масла и обжарить тыкву на сильном огне до румяной корочки. Смешать тыкву с луком, посолить.
4. Смазать маслом сковороду для блинов и разогреть на среднем огне. Выложить на сковороду немного припека и сразу залить тестом. Далее выпекать как обычные блины.
5. Готовые блины положить в кастрюлю или миску под крышку.
6. Подавать горячими.

## 434. Тонкие творожные блинчики

- Яйца – 4 шт.
- свежий творог жирностью не менее 9% – 250 г
- сахар – 50 г
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- молоко – 500 мл
- мука – 180 г

1. Приготовить тесто для блинчиков. Творог протереть через мелкое сито в большую миску. Добавить яйца, сахар и соль. Пробить блендером до получения массы однородной консистенции.
2. Муку просеять через сито. Добавить в творожную массу и тщательно перемешать, чтобы потом в готовом тесте блинчиков не было комочков.
3. Молоко немного подогреть (примерно до 25 °С). Влить его тонкой струйкой в творожную массу, постоянно помешивая венчиком. Оставить тесто при комнатной температуре на 20 мин.
4. Получившееся тесто выливать половником порциями на раскаленную сковороду, слегка смазанную маслом, и жарить блинчики с обеих сторон до подрумянивания.
5. Чтобы тесто таких блинчиков имело правильную, однородную консистенцию, творог следует предварительно протереть через мелкое сито. Можно затем дополнительно пробить блендером.

## 435. Оладьи на пахте

- Мука – 170 г
- быстродействующие дрожжи –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- пахта – 260 мл
- яйца – 2 шт.
- масло сливочное растопленное – 2 ст. ложки
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – 5 г
- топленое масло для жарки

1. Дрожжи перемешать с половиной муки. Нагреть пахту до теплого состояния. Влить в муку с дрожжами  $\frac{2}{3}$  пахты и хорошо перемешать. Поставить опару в теплое место на 30 мин, накрыв полотенцем.
2. Вмешать оставшуюся муку, затем пахту (нагревать уже не нужно), яйца, масло, сахар и соль. Хорошо перемешать венчиком, чтобы не было комков. Снова накрыть полотенцем и оставить на 40–60 мин. При необходимости добавить еще муки, чтобы получилось тесто, по консистенции похожее на тесто для оладий.
3. Разогреть сковородку, добавить чайную ложку топленого масла, хорошо его прогреть. Выложить на сковородку тесто по одной ложке на оладью и печь примерно 1 мин с каждой стороны.
4. Можно выпекать 3–4 оладьи одновременно, в зависимости от размера сковородки. Продолжать, пока не закончится все тесто.

## 436. Оладушки с яблоками

- Масло сливочное – 50 г
- пахта, кефир или простокваша – 300 мл
- яйцо – 1 шт.
- мука – 220 г
- сахар – 50 г
- сода или разрыхлитель –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- ванильный сахар – 1,2 ч. ложки
- соль – 5 г
- яблоки – 2 шт.
- топленое масло для жарки

1. Растопить сливочное масло. Смешать венчиком масло, пахту, яйцо. Затем отдельно муку, сахар, ванильный сахар, соль и соду.
2. Соединить обе смеси и слегка перемешать. Оставить на 15–20 мин.
3. Яблоки очистить и нарезать ломтиками толщиной 3–4 мм.
4. Разогреть сковородку с топленым маслом на среднем огне. Выложить в раскаленное масло несколько порций теста, зачерпывая чуть меньше 1 ст. ложки, на расстоянии друг от друга.
5. В середину каждой оладьи, пока не схватилось тесто, положить ломтик яблока, слегка его «утопить» и сверху положить еще немного теста, чтобы полностью закрыть яблоко.
6. Жарить оладьи по 1,5–2 мин с каждой стороны на среднем огне до золотистой корочки. Снова добавить масло и продолжать, пока тесто не закончится.

## БАНИЧКИ И ОЛАДЫ

- 
- This image shows a vertical rectangular sheet of white paper. It features approximately 20 evenly spaced, thin grey horizontal lines running across its width. The lines are parallel and extend from the left edge to the right edge, leaving small gaps between them. There are no margins, text, or other markings on the page.

- БАНИНЫ, БАНИЧКИ И ОЛАДЫ**



## 438. Оладьи с яблоками и грушами

- Мука – 2 ст. ложки
- яблоки – 2 шт.
- пудра сахарная – 1 ст. ложка
- сок лимонный – 1 ч. ложка
- груши – 2 шт.
- масло растительное
- яйцо – 1 шт.
- сметана жирная – 1 ст. ложка

1. Яблоки и груши вымыть, очистить, нарезать соломкой. Сбрызнуть лимонным соком.
2. Яйцо, сметану и сахарную пудру перемешать, добавить к нарезанным фруктам. Всыпать просеянную муку, перемешать.
3. Выпекать оладьи на смазанной маслом сковороде по 2 мин с каждой стороны.
4. Подавать со сметаной, маслом, фруктовым джемом.

## 439. Оладьи гречневые

- Гречневый продел – 1 стакан
- творог – 200 г
- яйцо – 1 шт.
- вода – 2 стакана
- масло растительное – 2 ст. ложки
- сахар – 2 ст. ложки

1. Сварить гречку. Раскалить сухую сковороду и обжарить гречку, постоянно помешивая, до золотистого цвета, 4–5 мин. Гречка станет очень ароматной.
2. Вскипятить в большой кастрюле воду, слегка посолить. Всыпать обжаренную гречку и довести на сильном огне до кипения. Снять пену, добавить растительное масло. Уменьшить огонь и варить 6–8 мин. Снять с огня, накрыть крышкой и оставить еще на 6 мин.
3. Смешать гречку с творогом и сахаром. Добавить яйцо и тщательно вымесить.
4. Разогреть в сковороде растительное масло. Выкладывать оладьи ложкой и готовить по 2 мин с каждой стороны.

## 440. Оладьи со шпинатом

- Мука пшеничная – 300 г
- яйца – 3 шт.
- шпинат – 500 г
- сливки – 200 мл
- сахар – 1 ст. ложка
- масло растительное – 100 мл
- соль – по вкусу

Шпинат промыть в холодной воде, мелко нарезать, залить сливками и яйцами, посолить, положить сахар и хорошо взбить миксером или вилкой. Добавляя небольшими порциями муку, замесить тесто до консистенции густой сметаны. На сковороде, смазанной растительным маслом, испечь оладьи, обжаривая их с двух сторон. Подавать со сметаной.

## 441. Блинчики

**Б**линчики – это испеченные тонко-эластичные лепешки, в которые заворачивается какой-либо фарш, после чего изделие еще раз обжаривается. Тесто для блинчиков может быть кислым и пресным. Для приготовления теста пригодна и широко распространенная блинная мука. Пресное тесто для блинчиков с любой начинкой можно приготовить по следующему рецепту.

- Молоко – 500 мл
- яйца – 3 шт.
- мука – 300 г
- сахар – 1 ст. ложка
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль – на кончике ножа

1. Для приготовления теста яйца взбить с молоком, добавить муку, сахар, растительное масло, соль и взбить миксером до однородности.
2. При необходимости добавить еще муку, чтобы тесто имело консистенцию жидкой сметаны.
3. Из приготовленного жидкого теста сразу же можно выпекать тонкие блины на сковороде, обжаривая с двух сторон.
4. На испеченные блинчики укладывается фарш (примерно 1–2 ст. ложки), блинчики формируются в виде конверта или трубочки, затем обжариваются на растительном (сливочном) масле с двух сторон.

## 442. Блинчики с курицей

### Для теста:

- мука - 200 г
- яйцо – 1 шт.
- сливки жирностью 10% – 200 мл
- сахар – 1 ч. ложка
- соль – на кончике ножа
- крахмал – 120 г
- растительное масло – 1 ст. л.  
+ еще немного для жарки

### Для начинки:

- лук репчатый – 2 шт.
- филе куриных бедрышек – 600 г
- масло сливочное – 40 г
- молотая сладкая паприка – 2 ч. ложки
- морская соль
- свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Приготовить начинку для блинчиков. Лук очистить и нарезать средними кусочками. Мелко нарезать филе куриных бедрышек, посыпать солью и молотым черным перцем.
2. В сковороде растопить сливочное масло. Выложить лук и слегка подрумянить. Затем выложить в ту же сковороду курицу и обжарить до румяной корочки на сильном огне.
3. Сковороду с курицей накрыть крышкой. Огонь уменьшить. Готовить под крышкой 20 мин. Посыпать паприкой, перемешать и снять с огня. Посолить и поперчить.
4. Приготовить тесто для блинчиков. Яйца взбить венчиком со сливками, сахаром и солью. Всыпать крахмал и тщательно перемешать. Влить растительное масло. Взбить венчиком.
5. Из приготовленного теста испечь тонкие блинчики, каждый раз смазывая сковороду растительным маслом.
6. Получившиеся блинчики начинить куриным фаршем. Каждый свернуть трубочкой. Сковороду смазать растительным маслом и прогреть блинчики под крышкой. Сразу подать к столу.
7. В начинку с курицей в процессе обжаривания можно добавить мелко нарезанные шампиньоны, а затем, когда ингредиенты будут тушиться, подмешать к ним пару ложек сметаны.

## 443. Блинчики с грибами

### Для теста:

- яйца – 3 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- мука – 300 г
- молоко –  $\frac{3}{4}$  л
- масло растительное – 2 ст. ложки  
+ масло для смазывания сковороды.

### Для начинки:

- грибы сушеные – 150 г
- хлеб белый – 150 г
- лук репчатый – 1 шт.
- соль и перец – по вкусу
- сметана – 1 ст. ложка
- топленое масло – 2 ст. ложки

1. Яйца взбить, посолить, добавить сахар, муку и молоко. Готовое тесто наливать ложкой на разогретые и смазанные маслом сковороды, встряхивая их так, чтобы тесто растекалось по сковороде равномерно. Когда тесто покроется вздутыми пузырьками и по краям блинчиков появится золотистая кромка, их надо повернуть лопаткой или широким ножом на другую сторону. Так испечь все блинчики, оставив для панировки 3 ст. ложки теста.

2. **Приготовить фарш:** сушеные грибы хорошо промыть в проточной воде, положить в кастрюлю и сварить до мягкости в небольшом количестве воды. Лук мелко нарезать, обжарить в масле до светло-золотистого цвета, добавить нарезанные лапшой сваренные грибы, обжарить все вместе, чтобы грибы зарумянились, подлить 2–3 ст. ложки грибного бульона, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до тех пор, пока не испарится весь бульон. Остудить и пропустить через мясорубку, добавив вымоченный в грибном бульоне белый хлеб, сметану, поперчить, посолить по вкусу, все тщательно растереть. Этим фаршем намазывать блинчики, свернуть их рулетом, обмакнуть в оставленное тесто, обвалять в толченых сухарях, обжарить в масле. Подавать горячими. К блинчикам можно подать сметану.

## 444. Блинчики с горбушей

### Для теста:

- мука – 250 г
- масло сливочное – 40 г
- молоко – 300 мл
- 2 желтка и 3 белка
- масло оливковое.

### Для начинки:

- сливки жирные – 300 мл
- лист лавровый
- сыр пармезан тертый – 50 г
- молоко – 175 мл
- филе горбуши горячего копчения – 300 г
- яйца – 2 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- сыр тертый пармезан – 100 г
- сливочное масло – для смазывания
- мука – 50 г

1. Из указанных ингредиентов приготовить тесто и выпекать блинчики на сковороде диаметром 16–18 см. Сложить блины стопочкой друг на друга, дать остыть.
2. Лук очистить и тонко нарезать. Рыбу, молоко, лук и лавровый лист поместить в маленькую кастрюльку, довести до кипения. Снять с огня и оставить на 7 мин.
3. Выложить рыбу на тарелку и разделить на хлопья, молоко процедить.
4. Приготовить белый соус: в кастрюле средних размеров растопить сливочное масло, слегка обжарить его с мукой и влить, постоянно помешивая, горячее молоко.
5. Переложить соус в миску, ввести в него яичные желтки. Затем взбить соус с  $\frac{2}{3}$  тертого сыра. Выложить в соус рыбу, посолить, поперчить и осторожно перемешать.
6. Взбить яичные белки в крепкую пену и перемешать их с теплым соусом до состояния однородной массы. Смазать маслом 4 или 6 маленьких форм для запекания (примерно 20×11,5 см). В каждую форму положить по блинчику так, чтобы половина его выстилала дно формы, а другая – свисала с бортика. На блинчики разложить яично-рыбную смесь и накрыть свисающей стороной блинчика.
7. Предварительно разогреть духовку до 190 °С.
8. Сливки довести до кипения, снять с огня, смешать с оставшимся сыром и приправить. Полить этим соусом блинчики и посыпать оставшимся сыром. Формы поставить на противень и запекать 15 мин – или пока смесь не поднимется и не подрумянится сверху.

## 445. Блинный пирог с творогом

### Для теста:

- кефир – 500 мл
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- сахар – 1 ст. ложка
- сода –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- яйца – 2 шт.
- мука – 240 г
- молоко – 250 мл
- растительное масло – 2 ст. ложки + для жарки
- сливочное масло для смазывания формы – 10 г

### Для заливки:

- яйца – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- сметана – 3 ст. ложки

### Для начинки:

- сухофрукты без косточек – 250 г
- творог – 500 г
- яйца – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки

1. Приготовить тесто для блинов. Кефир подогреть до теплого состояния. Всыпать соль, сахар и соду, тщательно перемешать венчиком.
2. Отдельно взбить яйца. Добавить в кефирную смесь. Сверху просеять через мелкое сито муку. Тщательно перемешать, чтобы не было комочков. Молоко нагреть примерно до 60 °С.
3. Влить в мучную смесь растительное масло, перемешать. Добавить горячее молоко, постоянно взбивая венчиком. Оставить тесто на 15 мин при комнатной температуре. Затем испечь из него блины на сковороде, периодически смазывая ее растительным маслом.
4. Приготовить начинку пирога. Сухофрукты тщательно вымыть, залить кипящей водой и оставить на 15 мин. Творог протереть через мелкое металлическое сито в миску.
5. Взбить яйца с сахаром венчиком. Соединить с творогом. Сухофрукты обсушить и мелко нарезать. Добавить в получившуюся творожную массу и тщательно перемешать. Для заливки яйца взбить с сахаром и сметаной.
6. Начинить блины. Выложить на каждый 1–1½ ст. ложки творожной массы с сухофруктами и свернуть трубочкой. Затем выложить блины по спирали в форму, смазанную сливочным маслом, начиная от центра. Залить яично-сметанной смесью. Выпекать 30 мин при температуре 180 °С.
7. Блинному пирогу с творогом следует непременно дать остыть в форме перед подачей к столу. Вкус блюда улучшится, да и делить его на порции будет значительно легче.

## 446. Блинный пирог с белыми грибами

### Для теста:

- Молоко – 2½ стакана
- яйца – 5 шт.
- масло растительное
- мука – 200 г

### Для начинки:

- соль – по вкусу
- лук репчатый – 1 шт.
- масло сливочное – 4 ст. ложки
- перец черный молотый – по вкусу
- грибы белые замороженные – 150 г
- мука – 1 ст. ложка
- шампиньоны – 300 г
- сыр твердых сортов натертый – 50 г
- сметана – 250 г

1. Приготовить тесто для блинного пирога с грибами. Просеять муку и соль в миску. Сделать колодец в центре и добавить 3 яйца. Влить 2 стакана молока, тщательно перемешать до однородной консистенции. Тесто накрыть и поставить в холодильник.
2. Белые грибы разморозить и отварить в подсоленной воде 10 мин. Вынуть из отвара, немного остудить, отвар сохранить. Шампиньоны вымыть и вместе с белыми грибами нашинковать тонкими ломтиками. Лук очистить и мелко нарезать.
3. Разогреть в сотейнике 3 ст. ложки сливочного масла и обжарить лук 5 мин. Добавить грибы и жарить, помешивая, 6 мин.
4. Присыпать грибы мукой и готовить еще 4 мин. Положить сметану и влить немного грибного отвара. Тушить, помешивая, до получения густой массы. Посолить и поперчить по вкусу.
5. Испечь блины для пирога с грибами на растительном масле, выложить стопкой на тарелку.
6. Разогреть духовку до 180 °С. Положить на каждый блин по 2 ст. ложки начинки, скатать в рулет. Поместить рулетики в круглую форму, складывая их «улиткой» по кругу. Сверху разложить оставшееся сливочное масло, нарезанное кусочками. Залить блинный пирог с грибами смесью из ½ стакана молока, 2 яиц и тертого сыра. Выпекать 20–25 мин.
7. Блинный пирог с грибами лучше всего подавать к столу горячим, однако дайте блюду постоять минут 10 после того, как вынете из духовки, иначе нарезать его аккуратными кусочками будет довольно сложно.

## 447. Блинный пирог пикантный с сельдью, яблоками и шпинатом

### Для теста:

- масло растительное – 3 ст. ложки
- кефир жирностью 1 % – 1 л
- яйца – 2 шт.
- щепотка соли
- мука – примерно 2½ стакана
- водка – 100 мл

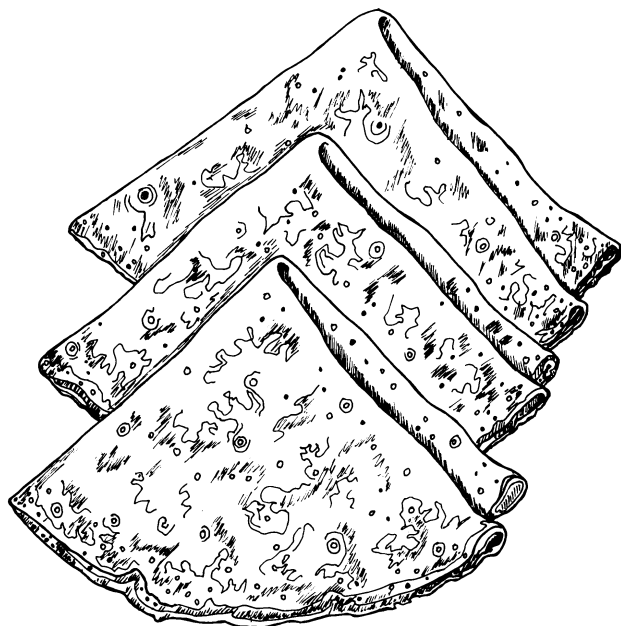
### Для начинки:

- сельдь слабосоленая – 1 шт.
- лук репчатый – 2 шт.
- яблоко кислое – 1 шт.
- яйца, сваренные вкрутую, – 4 шт.
- шпинат свежемороженый – 200 г
- сливки жирностью 35 % – 2 ст. ложки

4. Разогреть в сковороде растительное масло. Налить немного теста, быстрым круговым движением распределить его по всей сковороде. Печь 1,5 мин. Перевернуть блин на другую сторону и печь еще 30 сек. Переложить на блюдо. Таким же способом испечь все блины.
5. Приготовить начинку для блинчатого пирога. Сельдь очистить, разделить на 2 филе, удалить кости. Лук и яблоко очистить, нарезать. Измельчить сельдь, лук, яблоко и 2 яйца в пюре.
6. Шпинат для начинки блинчатого пирога разморозить, прогреть в сковороде со сливками и яйцами.
7. Промазать половину блинов селедочной начинкой, вторую половину – начинкой из шпината.

1. Приготовить тесто для блинчатого пирога. Венчиком взбить яйца в пену со щепоткой сахара. Добавить водку и соль. Продолжая взбивать, влить кефир, затем постепенно всыпать просеянную муку.
2. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не приобретет консистенцию густой сметаны. Влить растительное масло.
3. Перемешивая, постепенно вливать кипяток, пока тесто не приобретет консистенцию жидкой сметаны.
8. Сложить блины друг на друга, чередуя начинки. Слегка прижать и накрыть пищевой пленкой. Поставить пирог в холодильник на 2 ч.
9. Перед подачей блинчатый пирог достаньте из холодильника, снимите пищевую пленку и оставьте на 20 мин при комнатной температуре. Так вкус закуски раскроется максимально полно.
10. В шпинатную начинку блинчатого пирога можно добавить пару веточек петрушки, которую необходимо измельчить в блендере вместе со всеми остальными ингредиентами. Блюдо приобретет приятные пряные нотки.





# ВЫПЕЧКА



Русская кухня поражает разнообразием изделий из теста. Это всевозможные пироги и пирожки, кулебяки, ватрушки, пышки, калачи и булки, караваи, расстегаи, курники. Пироги могут быть защипанными и незащипанными, большими и маленькими, а также с различными начинками: грибами, кашей, творогом, горохом, рыбой, мясом, ягодами, вареньем. Во все времена славилась русская выпечка из дрожжевого теста, выпекали также изделия из заварного, бисквитного, белкового, песочного теста.

*Ты, друг, прими в знак дружбы мой пирог.*

*Как древле был приемлем хлеб с солонкой.*

*Друзей сзови; но двери на замок.*

П. А. Вяземский,  
«Послание к Тургеневу с пирогом»

### Необходимые составляющие удачной выпечки

**Мука** в основном используется пшеничная. Для выпечки хлеба используется мука твердых сортов пшеницы – с большим содержанием клейковины.

Мука должна быть всегда свежая. Ее нельзя для хранения убирать в очень холодные места, иначе она промерзнет, и выпечка не поднимется в печи. Качество муки очень ухудшается при таком хранении.

**Жир** влияет не только на консистенцию и вкус выпечки, но и на то, как ее усваивает организм. Для выпечки надо использовать сливочное масло или растительный маргарин хорошего качества (в некоторых рецептах используется также растительное масло). Важно лишь, чтобы масло было свежим. Для пенных масс масло должно быть мягким и его надо заранее вынуть из холодильника. Для плотного теста масло должно быть холодным. Если по рецепту надо влить жидкое масло или маргарин, его следует перед этим охладить.

**Яйцо** – одновременно и разрыхляющий, и связующий компонент теста. Желток делает тесто рассыпчатым, белок – хрустящим. Взбитые белки разрыхляют тесто, их всегда вводят в уже готовую массу.

**Это важно!** При разделении яйца на белок и желток всегда следите, чтобы капля желтка не попала в белок, который в таком случае не удастся взбить в крепкую пену.

Яйца разбивают по одному в чашку и проверяют на свежесть.

**Сахар** – обуславливает вкус выпечки и влияет на ее консистенцию. По возможности всегда используйте сахар самого тонкого помола. Он быстрее растворяется и улучшает качество изделия. Сахарную пудру перед употреблением просеивайте.

**Жидкость** необходима для набухания клейковины, содержащейся в муке, и соответственно, для общей структуры теста. Всегда тщательно отмеряйте количество жидкости. Если жидкости больше, чем надо, тесто при выпечке опадет, если меньше необходимого количества, тесто получится сухим и жестким. В качестве жидкости обычно используют воду и различные жидкие молочные продукты.

**Орехи и миндаль** перед употреблением следует порубить или помолоть в ручной мельнице. В темное тесто можно закладывать орехи, не очищенные от тонкой кожицы, но для светлого теста их надо очищать. Для этого лесной орех немного подержать в горячей духовке и затем потереть между ладонями (или кухонным полотенцем). Миндаль залить кипятком и дать немного полежать в воде. После этого кожура легко снимается. Под конец обсушить миндаль полотенцем.

**Изюм** моется теплой водой, обсушивается на воздухе, а затем насухо промокается бумажным кухонным полотенцем. Если изюм перед закладкой в тесто обсыпать мукой, он не опускается так сильно на дно. Апельсиновую и лимонную цедру можно использовать только от тех фруктов, которые не обработаны консервирующими веществами. Натирают внешнюю тонкую оболочку плода, потому что белая кожица уже горчит. Прежде чем снимать цедру, фрукты надо тщательно вымыть горячей водой.

**Цукаты** лимонные или апельсиновые – это засахаренные и часто глазированные корки апельсина и лимона. Перед употреблением их нарезают мелкими кусочками.

**Ванильные стручки** нельзя долго хранить. Для получения ванили их разрезают вдоль и соскребают сердцевину.

**Ванильный сахар** можно сделать самим. Сахарный песок тонкого помола смешивают с ванилью и хранят в хорошо закрытой стеклянной посуде, но не очень долго. Ванильный сахар, поступающий в продажу, изготавливают путем добавления синтетического ванилина к сахару. Долгое хранение такого сахара приводит к потере аромата.

### **Кухонные приборы и противни или формы для выпечки**

**Для выпечки необходимы:** весы или измерительные мензурки, миски для взбивания, ручной миксер или кухонный комбайн, резиновый скребок, кисточка, кухонная решетка, а также противни и формы.

**Формы** делают из самых разных материалов. В матовых и темных формах тесто выпекается быстрее. В светлых и блестящих формах надо немного увеличивать температуру и время выпечки.

В зависимости от того, какое тесто выпекается, противни и формы смазываются мягким маслом, посыпаются мукой, покрываются специальной бумагой или споласкиваются холодной водой.

**Формы для выпечки хорошо смазывать маслом** или покрывать смазанной маслом пергаментной бумагой. Разъемные формы смазывать маслом только по дну, в противном случае тесто не будет подниматься вверх.

**Это важно!** Формы наполняют тестом на  $\frac{3}{4}$  объема.

### **В духовке**

**При выпечке изделий в формах или больших коржах** на противне надо использовать нижнюю полку духовки.

**Противни с небольшими изделиями или разъемные формы** ставятся на среднюю полку духовки.

Во время выпечки **старайтесь избегать тряски** и излишне частого открывания дверки духовой печи.

В первый раз открыть дверь духовки можно не раньше, чем через половину положенного по рецепту времени.

**Как проверить готовность.** Перед тем как доставать готовое изделие, проткните его в самом толстом месте деревянной палочкой. Если палочка выходит сухой, тесто готово. Первые 5–10 мин готовое изделие должно оставаться в форме, при этом следует беречь его от сквозняка.

**Как вынимать из формы.** Изделие необходимо извлечь из формы или снять с противня и выложить на кухонную решетку, чтобы оно окончательно остыло. Только после этого можно приступать к дальнейшей обработке изделия, например, к смазыванию коржей кремом или заливке глазурью.

**Разрезание, намазывание и соединение торта.** Разрежьте испеченный бисквит на коржи острым ножом. Соедините коржи, смазанные кремом или мармеладом. Обмажьте поверхность торта кремом или глазурью. Края соединенного торта обсыпьте жареным миндалем или грильяжем.

## 448. Расстегаи с щукой и семгой

- Мука – 2 стакана
- масло растительное – 3 ст. ложки
- дрожжи прессованные – 25–30 г
- яйца – 3 шт.
- молоко –  $\frac{1}{4}$  стакана
- соль – по вкусу

**Для начинки:**

- филе щуки – 300 г
- филе семги – 300 г
- черный молотый перец –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки

1. Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку, замесить тесто, накрыть посуду. Дать тесту подняться, затем добавить 2 желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.
2. Филе щуки мелко нарубить и, посолив и поперчив, обжарить на масле. Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш из щуки, а на него – тоненький кусочек семги. Концы пирожков зацепить таким образом, чтобы середина осталась открытой. Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10–15 мин. После этого каждый пирожок смазать яйцом и поставить в предварительно нагретую до 180 °С духовку на 20 мин.
3. Расстегаи подают к ухе и мясным бульонам. Отверстие в верхней части этих пирожков оставляют для того, чтобы во время обеда в него можно было залить бульон.

**ВЫПЕЧКА**

- Для начинки:**

- [illegible]

- # ВЫПЕЧКА

## 450. Расстегаи с грибной начинкой

- Мука – 2 стакана
- масло растительное – 3 ст. ложки
- дрожжи прессованные – 25–30 г
- яйца – 3 шт.
- молоко –  $\frac{1}{4}$  стакана
- соль – по вкусу

### Для начинки:

- грибы сушеные – 500–700 г
- грибы свежие – 500 г
- лук репчатый – 100 г
- рис отварной – 1 стакан
- соль – по вкусу

1. Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку, замесить тесто, накрыть посуду. Дать тесту подняться, затем добавить 2 желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.
2. Грибы сухие промыть и замочить на несколько часов, затем отварить в этой же воде и отжать. Вынув из отвара, мелко нарезать. Лук репчатый очистить, измельчить и пассеровать на растительном масле. Свежие шампиньоны перебрать, промыть и мелко нарубить. Соединить подготовленные отваренные и сырые грибы, пассерованный репчатый лук и отварной рис, посолить и перемешать.
3. Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш. Концы пирожков защипнуть таким образом, чтобы середина осталась открытой. Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10–15 мин. После этого каждый пирожок смазать яйцом и поставить в предварительно нагретую до 180 °С духовку на 20 мин.
4. Расстегаи с такой начинкой можно подать с грибным бульоном из отвара, в котором варились сушеные грибы. Для приготовления бульона в отвар необходимо добавить пассерованный репчатый лук и мелкие сырые шампиньоны, прокипятить его 2–3 мин, а при подаче к столу заправить измельченной зеленью укропа. Этот же бульон рекомендуется добавить в начинку расстегаев.

## 451. Расстегаи с начинкой из куриного мяса

- Мука – 2 стакана
- масло растительное – 3 ст. ложки
- дрожжи прессованные – 25–30 г
- яйца – 3 шт.
- молоко –  $\frac{1}{4}$  стакана
- соль – по вкусу

### Для начинки:

- курица – 1 кг
- морковь – 100 г
- лук репчатый – 100 г
- сельдерей корневой – 100 г
- соль – по вкусу

1. Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку, замесить тесто, накрыть посуду. Дать тесту подняться, затем добавить 2 желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.
2. Разделанную тушку курицы отварить целиком вместе с очищенной морковью, сельдереем и репчатым луком. Бульон процедить. Куриное мясо отделить от костей и мелко порубить вместе с кожей и потрошками. Сырой репчатый лук очистить, очень мелко нарезать, пассеровать на курином жире и смешать с измельченным куриным мясом, посолив все по вкусу.
3. Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш. Концы пирожков защипнуть таким образом, чтобы середина осталась открытой. Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10–15 мин. После этого каждый пирожок смазать яйцом и поставить в предварительно нагретую до 180 °С духовку на 20 мин.
4. Расстегаи подают с процеженным куриным бульоном, подсолненным по вкусу, этот же бульон следует добавить в начинку расстегаев.



## 452. Расстегаи с начинкой из зелени

- Мука – 2 стакана
- масло растительное – 3 ст. ложки
- дрожжи прессованные – 25–30 г
- яйца – 3 шт.
- молоко –  $\frac{1}{4}$  стакана
- соль – по вкусу

### Для начинки:

- шпинат – 500 г
- лук зеленый – 200 г
- укроп – 100 г
- яйца – 5 шт.

1. Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку, замесить тесто, накрыть посуду. Дать тесту подняться, затем добавить 2 желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.
2. Зелень тщательно промыть, измельчить. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками. Все соединить, аккуратно перемешать.
3. Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш. При формировании расстегаев в начинку рекомендуется добавить небольшой кусочек сливочного масла (приблизительно 5 г на каждый). Концы пирожков защипнуть таким образом, чтобы середина осталась открытой. Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10–15 мин. После этого каждый пирожок смазать яйцом и поставить в предварительно нагретую до 180 °С духовку на 20 мин.
4. Подают расстегаи с рыбным, мясным или овощным бульоном.

## 453. Кулебяка с двумя начинками

Кулебяка – это закрытый пирог, обычно удлиненной овальной формы. В России кулебяку уважали все сословия – от дворян до простых крестьян. В качестве начинки использовали визигу (спинной хрящ осетровых рыб) с вареными яйцами, рисом, рыбным фаршем и рыбным филе. Постную кулебяку готовили с гречневой кашей, грибами, капустой.

- Мука – 500 г
- молоко – 1 стакан
- яйца – 3 шт.
- масло сливочное – 100 г
- дрожжи сухие –  $\frac{1}{2}$  пакетика
- сахар – 2 ч. ложки
- блинчики диаметром 20 см – 9 шт.

### Для начинки:

- курица – 1 кг
- сухая зелень по вкусу – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 30 г
- крупа гречневая – 1 стакан
- лук репчатый – 4 шт.
- пучок петрушки
- растительное масло – для смазывания

1. Муку всыпать в миску, в центре сделать воронку, вбить 2 яйца. Тонкой струйкой, помешивая, влить молоко, добавить 1 ч. ложку соли, сахар и дрожжи, перемешать. Сливочное масло размягчить, добавить в смесь. Вымесить не слишком крутое тесто, скатать в шар, накрыть салфеткой и поставить в тепло на 2,5 ч. Всякий раз, когда тесто поднимется, обминать его, повторив эту процедуру 2–3 раза.
2. У курицы снять кожу и срезать жир, мелко их порубить. Тушку смазать растительным маслом, натереть сухой зеленью и готовить в духовке 40 мин при 200 °С.
3. Измельчить 3 луковицы. Обжарить куриный жир и кожу на небольшом огне. Увеличить огонь, добавить лук и жарить со шкварками 5–7 мин. Гречку слегка обжарить на сухой сковороде и сварить до готовности с добавлением 30 г сливочного масла. Добавить гречку в сковороду с куриными шкварками, приправить, перемешать. Запеченную курицу охладить, удалить кости, мясо мелко порубить. Оставшуюся луковицу мелко нарезать и обжарить до золотистого цвета. Зелень петрушки измельчить. Смешать куриное мясо с луком и зеленью, посолить и поперчить по вкусу.
4. Выложить тесто на стол, присыпанный мукой. Отрезать небольшой кусочек для украшения, а остальное раскатать

тать в пласт толщиной 5 мм. Поверх теста по всей длине выложить 3 блинчика. На них ложкой поместить начинку из гречки, разровнять. Накрыть 3 блинчиками, выложить на них начинку из курицы. Этот слой также закрыть 3 блинчиками. Защипать кулебяку «косичкой».

5. Тесто для украшения тонко раскатать, нарезать полосками, косо их надре-

зать. Оставшееся яйцо развести холодной водой, смазать полоски теста с одной стороны и приклеить наискосок к кулебяке. Затем смазать яйцом всю поверхность. Выложить кулебяку на смазанный маслом противень. Наколоть вилкой сверху и по бокам. Выпекать в духовке, разогретой до 180 °С, примерно 40 мин, каждые 15 мин понижая температуру на 20 °С.

## 454. Кулебяка благовещенская с рыбой

- Мука – 1 кг
- дрожжи свежие – 40 г
- масло растительное – 220 мл
- соль – 1 ч. ложка
- вода – 2½ стакана

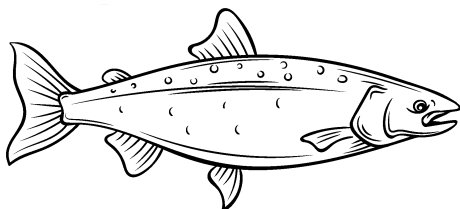
### Для блинчиков:

- мука – 5 ст. ложек с горкой
- масло растительное – 1 ст. ложка и для выпекания
- соль
- вода – ½–1 стакан

### Для начинки:

- филе жирной рыбы (сом, лосось, форель) – 700–800 г
- грибы соленые – 400 г
- рис – 1 стакан
- масло растительное – 6 ст. ложек
- соль
- молотый черный перец

1. Для теста из просеянной половины муки, 2½ стакана теплой (38–40 °С) воды и дрожжей замесить опару без комков, накрыть полотенцем. Дать опаре подойти в теплом месте без сквозняков, 30–60 мин. Затем добавить масло, соль, просеянную оставшуюся муку и вымесить.
2. Вымешивать тесто, пока оно не будет отставать от рук, в случае его недостаточной плотности подпыливать мукой. Затем положить тесто в чистую миску, накрыть полотенцем и оставить подниматься в теплом месте без сквозняков на 3–4 ч. За это время тесто необходимо дважды обмять.
3. Рис тщательно промыть, чтобы с него стекала прозрачная вода, откинуть на сито, стряхнуть лишнюю воду и переложить в кастрюлю. Залить 1½ стакана кипящей воды, посолить, закрыть крышкой, довести до кипения и варить на небольшом огне 15 мин. Укутать в одеяло еще на 15 мин, затем открыть, перемешать и остудить.



4. Для блинчиков замесить жидкое тесто из муки, соли,  $\frac{1}{2}$ –1 стакана теплой воды и масла. Выпекать тонкие блинчики, смазывая сковороду маслом.
5. Рыбное филе порубить ножом в фарш и обжарить на среднем огне в 2 ст. ложках масла, 3–4 мин. Снять с огня, посолить и поперчить по вкусу.
6. Соленые грибы немного промыть в холодной воде, отжать и порубить. Лук нарезать тонкими полукольцами. Обжарить грибы с луком на оставшемся масле на среднем огне до золотистого цвета лука, 10 мин.
7. Отложить немного теста для украшения. Раскатать основной кусок теста на полотенце в пласт толщиной 1 см. Разложить рыбную начинку, затем – в один слой – блинчики, затем грибную начинку, опять блинчики, на самый верх – слой отваренного риса. Защипнуть тесто над начинкой и аккуратно, с помощью полотенца, перевернуть на противень защипом вниз.
8. Кулебяку украсить, вылепив украшения из отложенного теста, на поверхности сделать несколько небольших отверстий для выхода пара и смазать крепким чаем. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 30–50 мин.

## 455. Күлебяка со сложной мясной начинкой

- Мука – 800 г – 1 кг
- молоко – 1½ стакана
- дрожжи – 20 г сухих или 50 г свежих
- масло сливочное – 125 г
- желтки – 4 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- соль – ½ ч. ложки
- желтки для смазывания – 2 шт.
- масло для обжаривания.

### Для блинов:

- мука – 1½ стакана
- сахар – 1 ст. ложка
- яйца – 2 шт.
- молоко – 1½ стакана
- соль – ½ ч. ложки
- разрыхлитель – ½ ч. ложки

### Для начинки:

- фарш говяжий – 500 г
- печенка куриная – 500 г
- рис – ½ стакана
- белые грибы сухие – 50 г
- лук репчатый – 3 шт.
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- сметана – 2 ст. ложки
- огурцы соленые – 2 шт.
- яйца – 3 шт.
- петрушка – 1 пучок
- лук зеленый – 1 пучок
- черный перец
- соль

1. Для теста в теплое молоко добавить дрожжи, сахар и половину просеянной с солью муки. Размешать, накрыть и оставить в теплом месте на 1 ч. Добавить масло, желтки и оставшуюся муку. Тщательно вымесить, накрыть и оставить еще на 1 ч. Затем тесто обмять и дать постоять еще 30 мин.
2. Для блинов взбить муку, соль, разрыхлитель, сахар, яйца и молоко, оставить на 1 ч. Разогреть сковороду, смазать ее маслом. Испечь блины.
3. Для мясной начинки лук и 3 веточки петрушки мелко нарезать. Обжарить лук в масле 2 мин. Добавить мясной фарш и готовить на сильном огне, все время помешивая, 5 мин. Добавить 1 ст. ложку сметаны, петрушку, соль, черный перец. Тушить на слабом огне 5 мин.
4. Для начинки из печенки очистить и промыть куриную печенку. Залить небольшим количеством кипящей воды и отварить 5 мин., остудить и мелко нарубить. Огурцы очистить, нарезать тонкой соломкой. Смешать с печенкой и оставшейся сметаной.
5. Для грибной начинки замочить грибы на 1 ч в теплой воде, отварить 20 мин, нарезать. Оставшийся репчатый лук очистить, нарезать полукольцами. Обжарить грибы вместе с луком в сливочном масле 10 мин, посолить.
6. Для начинки из риса залить рис 1 стаканом кипящей воды, закрыть крышкой, варить на небольшом огне 20 мин, остудить. Яйца отварить вкрутую и размять вилкой. Зеленый лук нарезать тонкими кольцами. Все перемешать. В каждую из подготовленных начинок вбить по 1 сырому желтку, перемешать.

7. Разделить тесто на 2 части, 1 часть раскатать в прямоугольный пласт толщиной 0,5–1 см (размер пласта должен соответствовать размеру противня). Поместить его на противень, накрытый бумагой для выпечки. Выложить на тесто начинку из мясного фарша, оставив с каждой стороны поля по 4–5 см. Разровнять и накрыть блинами.
8. Выложить по очереди начинки, перекладывая слои блинами. Раскатать второй пласт.
9. Острым ножом прорезать продольные прерывистые линии на расстоянии 1,5–2 см. Длина каждого разреза должна быть примерно 6 см. Накрыть листом кулебяку, зашпигнуть края. Вокнуть 2 трубочки из пергамента для выхода пара. Дать кулебяке расстояться 20 мин, смазать слегка взбитым желтком. Выпекать 45 мин при 190 °С.
10. Готовую кулебяку накрыть сухим полотенцем и слегка сбрызнуть водой из пульверизатора. Дать постоять 5–7 мин.

## 456. Кулебяка открытая с лососем и грибами

- Мука – 600 г
- сахар – 2 ст. ложки
- соль
- яйца – 2 шт.
- масло сливочное – 75 г
- теплая вода – 1 стакан
- дрожжи сухие – 10 г

### Для начинки:

- филе лосося или любой другой жирной рыбы – 1 кг
- горчица зернистая – 1½ ч. ложки
- лук репчатый – 2 шт.
- сметана – 100 г
- масло растительное – 3 ст. ложки
- шампиньоны – 250 г
- соль
- зеленый лук – 1 пучок
- чеснок – 3 зубчика
- оливки без косточек – 150 г

### Для смазывания:

- яйцо – 1 шт.

1. Приготовить тесто. Просеять в миску муку вместе с солью. Дрожжи развести в воде. Добавить в муку яйца, растопленное масло и сахар, влить воду с дрожжами и вымесить гладкое, эластичное тесто. Накрыть и оставить на 1 ч.
2. Филе лосося вымыть, обсушить салфетками, нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде половину растительного масла, обжаривать, помешивая, кусочки лосося в течение 1 мин, после чего переложить их на тарелку.
3. Зеленый лук вымыть, обсушить и тонко нарезать. Оливки откинуть на дуршлаг и нарезать кружками. Грибы вымыть и нарезать ломтиками. Лук и чеснок очистить и измельчить. В отдельной сковороде разогреть оставшееся масло и обжаривать на сильном огне вместе лук, чеснок и грибы, 3 мин.
4. В большую емкость переложить кусочки лосося, грибную смесь, оливки

и зеленый лук. Приправить горчицей, солью и перцем. Добавить сметану и тщательно перемешать.

5. Разогреть духовку до 175 °С. Противень смазать маслом. Тесто раскатать в пласт. В центр пласта вы-

ложить начинку, подтянуть края к центру, соединить и защипнуть их. Поставить кулебяку в духовку и выпекать 25 мин.

6. Вынуть кулебяку, смазать слегка взбитым яйцом. Выпекать еще 15 мин.

## 457. Кулебяка с капустной начинкой

- Молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- яйца – 2 шт.
- дрожжи свежие – 50 г
- масло растительное – 100 мл
- сахарный песок – 2 ст. ложки
- соль – 1 ч. ложка
- морковный сок – 100 мл
- мука – 1–1,2 кг.

**Для начинки:**

- капуста – 1 кг
- яйца – 5 шт.
- масло сливочное – 100 г
- соль – по вкусу

1. Распустить дрожжи в небольшом количестве подслащенного теплого молока. Остальное теплое молоко вылить в кастрюлю, добавить яйца, морковный сок, соль, сахар и распущенные дрожжи. Все перемешать и, добавляя небольшими порциями просеянную муку, замесить однородное не очень густое тесто. В конце замеса добавить растительное масло (или растопленное сливочное). Правильно замешанное тесто не должно прилипать к рукам. Тесто поставить в теплое место, накрыв его чистой тканью или полотенцем, и выждать, пока оно не поднимется. Подошедшее тесто выложить на посыпанный мукой стол или разделочную доску и еще раз вымесить.
2. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками. Капусту белокочанную мелко порезать, залить небольшим количеством кипятка, довести до кипения, откинуть на дуршлаг и затем отжать. В подготовленную капусту добавить измельченные яйца и растопленное сливочное масло, все посолить и тщательно перемешать.
3. Из теста, подготовленного к разделке, раскатать два одинаковых прямоугольных пласта толщиной примерно в 1 см (и размером, соответствующим

противню). Выложить один пласт на смазанный растительным маслом противень, на него равномерным слоем по всей поверхности разместить приготовленную начинку, накрыть ее вторым пластом, края защипнуть. Сформированную кулебяку поставить на расстойку (то есть выдержать 15–

20 мин при комнатной температуре), затем верх кулебяки смазать яичным желтком, смешанным с подслащенным молоком (на 1 желток  $\frac{1}{4}$  стакана молока и 1 ч. ложка сахарного песка), проколоть вилкой в нескольких местах. Выпекать в духовке при 190–210 °С в течение 30–40 мин.

## 458. Курник

**К**урник классический – старинный русский пирог куполообразной формы. Впервые он упоминается в документах XVI века, во времена правления Ивана Грозного. И это неудивительно, курник – это вкусно. Пирог состоит из нескольких начинок, прослоенных тонкими блинчиками. Тесто для курника – хрустящее, рассыпчатое, с корочкой. Готовить курник непросто, но получается он сочным и необыкновенно вкусным.

- Блинчики готовые тонкие – 8–10 шт.
- желток – 1 шт.

### Для соуса бешамель:

- масло сливочное – 3 ст. ложки
- мука – 2 ст. ложки
- молоко – 500 мл

### Для начинки:

- курица – 1 шт.
- грибы – 300 г
- лук репчатый – 3 шт.
- рис – 1 стакан
- укроп или петрушка – 1 пучок
- масло сливочное – 4 ст. ложки

### Для теста:

- масло сливочное – 100 г
- молоко – 50 мл
- сметана – 3 ст. ложки
- яйцо – 1 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- соль – 1 ч. ложка
- мука – 400 г
- щепотка соды

1. Для приготовления теста растопить масло, добавить молоко, сметану, яйцо, сахар и соль. Тщательно перемешать и постепенно всыпать муку с содой. Закрыть и дать постоять 30 мин.
2. Для начинки сварить курицу в 2 л кипящей подсоленной воды до полной готовности (примерно 1,2 ч.). Снять мясо с костей и разобрать на небольшие кусочки. Мелко порубить зелень.
3. Из  $1\frac{1}{2}$  стакана куриного бульона сварить рис под крышкой на небольшом огне – примерно 20 мин. Еще 400 мл бульона уварить на среднем огне до 150 мл, смешать с рисом, добавить зелень. Грибы и лук для курника обжарить в масле по отдельности до золотистого цвета.
4. Для соуса поджарить муку на масле в течение 2 мин, влить молоко. Варить, помешивая, на слабом огне 5 мин. Отделить  $\frac{1}{3}$  часть теста для «крышки», а оставшееся тесто для курника рас-



катать толщиной 1–1½ см и положить в смазанную маслом форму для пирога, чтобы края свисали.

5. На тесто слоями положить начинки курника. Сначала распределить рис, закрыть блинчиком; следующий слой – лук, накрытый блинчиком; по-

том грибы – и опять блинчик; далее курица и т. д.

6. Последний слой курицы залить соусом. Раскатать «крышку». В центре сделать отверстие для выхода пара, смазать верх желтком. Выпекать курник при 200 °С 40 мин.

## 459. Мини-курники с курицей, картофелем и луком

- Мука – 550 г
- сахар – 20 г
- яйцо – 1 шт.
- соль – 7 г
- масло сливочное – 90 г
- дрожжи прессованные – 27 г
- вода теплая – 250 мл

### Для начинки:

- картофель – 400 г
- филе куриное – 400 г
- лук репчатый – 100 г
- соль
- перец черный
- чеснок – 2 зубчика.

### Для смазки:

- желток – 1 шт.
- сливки жирные – 2–3 ст. ложки

1. Дрожжи развести в воде, добавить в воду сахар и 1 ст. ложку муки из общего количества и оставить на 15 мин. Замесить тесто из всех ингредиентов, кроме масла, вымесить, добавить растопленное масло, вмешать его в тесто. Оставить тесто на 1 ч, обмять.
2. Приготовить начинку. Картофель очистить, нарезать мелкими кубиками, лук мелко нашинковать, выдавить чеснок к начинке и добавить нарезанное кубиками филе. Начинку посолить и поперчить.
3. Подошедшее тесто разделить на 11–12 частей (примерно по 85 г). Шарики теста подкатать, накрыть и дать подойти 15 мин.
4. Каждый кусочек расплющить и растянуть. В центр положить 2 ст. ложки начинки, края лепешки соединить сверху, оставив небольшую дырочку, или склеить в виде треугольника. Дать заготовкам расстояться на противне 15 мин, смазать желтком со сливками.
5. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке около 25 мин.

## 460. Пирог луковый открытый

- Мука – 150 г
- дрожжи (сухие) – 11 г
- сметана – 125 г
- масло растительное – 40 мл
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- яйцо – 1 шт.

### Для начинки

- лук – 300 г
- капуста – 100 г
- зелень – 50 г
- яйцо – 1 шт.
- сахар –  $\frac{1}{2}$  ст. ложки
- тмин – по вкусу

1. Муку соединить с дрожжами, солью, сахаром, добавить яйцо, сметану, вымесить тесто, поставить в теплое место подойти.
2. Подошедшее тесто выложить на стол, раскатать в пласт, завернуть на скалку и развернуть на противень, смазанный маслом. На тесто ровно выложить начинку.
3. Для начинки лук нарезать, обжарить. Капусту нашинковать мелко, обжарить, зелень порубить. Все продукты для начинки смешать, посолить, поперчить, добавить тмин и яйца сырые, выложить на тесто, поставить еще раз в теплое место на 10 мин, дать тесту подойти. Выпекать в духовке при температуре 200 °С до готовности в течение 15–20 мин.

## 461. Рыбный пирог

- Мука – 300 г
- маргарин – 20 г
- сметана – 100 г
- кефир – 100 мл
- сода – 1 ч. ложка
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- сахар – 2 ч. ложки

### Для начинки

- горбуша – 2 банки
- масло сливочное – 3 ст. ложки
- лук репчатый – 1 шт.
- соль, перец – по вкусу
- зелень (петрушка, лук, укроп)
- сыр

1. Замесить тесто и убрать его в холодильник на 40 мин. Форму смазать маслом. Затем тесто раскатать, намотать на скалку и выложить в форму.
2. Для начинки лук нарезать, обжарить. Рыбу помять вилкой, поперчить, соединить с луком. Все смешать с теплым маслом и зеленью (рубленной) и выложить на подготовленный пласт теста, выпекать в горячей духовке при температуре 210 °С в течение 20 мин.
3. Сыр натереть на терке. За 5 мин до того как вынуть пирог из духовки, посыпать его сверху сыром.
4. Пирог можно украсить разными листочками и зеленью.

## 462. Пироги с капустой

- Мука – 800–900 г + еще немного для раскатывания теста
- свежие дрожжи – 40 г
- молоко – 550 мл
- сахар – 3 ст. ложки
- масло сливочное – 100 г
- яйца – 4 шт.
- капуста белокочанная – 800 г
- масло растительное – 2 ст. ложки
- измельченная петрушка – 2 ст. ложки
- соль, свежемолотый черный перец – по вкусу

1. Приготовить тесто. Молоко (500 мл) налить в большую кастрюлю. Нагреть до 35 °С. Всыпать сахар и перемешать, чтобы он растворился. Добавить раскрошенные дрожжи. Перемешать. Накрыть полотенцем и оставить на 15 мин.
2. Муку просеять с чайной ложкой соли через мелкое сито. Сливочное масло нарезать кубиками и растопить. Всыпать в молочно-дрожжевую смесь муку и тщательно перемешать. Добавить теплое масло. Вымесить тесто.
3. Накрыть тесто для пирожков чистым полотенцем и убрать в теплое место на 1,5–2 ч. Затем обмять и дать снова подняться (это может занять еще около часа).
4. Приготовить начинку для пирожков. Яйца (4 шт.) сварить вкрутую (10 мин) и охладить проточной водой. Капусту очистить от верхних листьев и разрезать пополам. Удалить кочерыжку, листья нашинковать. Сложить в миску и залить кипящей водой так, чтобы она полностью покрыла капусту. Закрыть крышкой и дать полностью остыть.
5. Отжать капусту. В большой сковороде нагреть масло и подрумянить на нем капусту в течение 5 мин. Влить оставшееся молоко (50 мл), посолить и поперчить. Тушить на слабом огне 5 мин. Дать остыть.
6. Яйца очистить и порубить. Соединить с капустой и петрушкой. Тесто для пирожков выложить на стол, подпыленный мукой. Разделить на кусочки весом 50–70 г и сформовать из них шарики. Оставить под полотенцем на 15 мин.

7. Размять шарики в лепешки и распределить по ним начинку. Защипнуть края, формируя пирожки. Выложить на противень, выстланный бумагой для выпечки, и оставить под полотенцем на 15 мин. Затем смазать изделия слегка взбитым оставшимся яйцом и выпекать пирожки 20–25 мин при 200 °С.

## 463. Пироги с зеленью

- Кефир – 100 мл
- дрожжи сухие – 5 г
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- сахар – 1 ст. ложка
- мука – 250 г
- соль, перец – по вкусу

### Для начинки:

- лук зеленый – 100 г
- крапива – 100 г
- щавель – 200 г
- кинза – 200 г
- масло сливочное – 100 г

1. Замесить тесто, поставить его в теплое место, чтобы подошло. Затем тонко раскатать тесто на столе в виде овала.
2. Для начинки зелень помыть, порубить. В центр овала уложить рубленую зелень и масло кусочками. Защипнуть шов посередине. Перевернуть пирог швом вниз и положить на сухую горячую сковороду. Тесто должно подрумяниться. Перевернуть и подрумянить другую сторону. Подать горячим со сметаной.

## 464. Пироги с рисом и грибами

- Мука просеянная – 2 стакана
- молоко –  $\frac{3}{4}$  стакана
- дрожжи сухие –  $\frac{1}{2}$  ст. ложки
- соль – 1 щепотка
- масло сливочное – 75 г
- яйца – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки

### Для начинки:

- сухие грибы – 50 г
- яйцо – 1 шт.
- лук репчатый – 1 шт.
- соль – по вкусу
- длиннозерный рис –  $\frac{1}{2}$  стакана
- масло растительное – 3 ст. ложки

1. Молоко немного подогреть – оно должно быть теплым, но не горячим. Муку посолить, просеять. Развести в молоке сухие дрожжи. Добавить весь сахар и половину просеянной муки.
2. С помощью венчика (или миксера на малой скорости) замесить тесто. Накрыть его пищевой пленкой и оставить в теплом месте на 1,5–2 ч.
3. В поднявшееся тесто добавить яйца, размягченное сливочное масло и оставшуюся муку. Вымешивать тесто, пока оно не станет гладким, эластичным и не начнет легко отходить от стенок посуды, в которой его вымешивают. Вновь накрыть пищевой пленкой, поставить в тепло на 1,5–2 ч и дать еще раз подняться.

4. Снова вымесить тесто, сформовать из него толстую колбаску. Взять ее в ладонь так, чтобы сверху, между большим и указательным пальцами, выступал кусочек теста величиной 2–2,5 см, и сжать. Получающиеся шарики выкладывать на присыпанную мукой поверхность.
5. Грибы промыть, замочить в теплой кипяченой воде на 1 ч. Лук очистить, мелко нашинковать.
6. Рис промыть, положить в кастрюлю и залить 1 стаканом грибного настоя. Поставить на сильный огонь, довести до кипения. Уменьшить огонь и варить под крышкой до готовности, 15 мин. Грибы откинуть на дуршлаг, еще раз

промыть, нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде небольшое количество растительного масла. Обжаривать лук 3 мин. Добавить грибы и готовить еще 4 мин. Снять с огня. Смешать рис с луком и грибами, посолить, поперчить по вкусу. Дать остыть.

7. Разогреть духовку до 200 °С. Из теста сформовать шарики, раскатать их на присыпанной мукой поверхности в тонкие лепешки. Положить в центр каждой 1½ ч. ложки начинки. Защипнуть квадратные пирожки в виде креста, слегка примять сверху пальцами. Выложить на смазанный маслом противень, дать постоять 15 мин, смазать взбитым яйцом. Выпекать 30 мин.

## 465. Пироги с мясом и рисом

- яичный желток.
- Мука – 500–600 г
- яйцо – 1 шт.
- молоко – 250 мл
- масло растительное – 5–6 ст. ложек
- дрожжи прессованные – 30 г
- соль – 1 ч. ложка
- сахар – 2 ст. ложки

### Для начинки:

- фарш – 1 кг
- рис отварной – 100–200 г
- лук репчатый – 2 шт.
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль
- молотый черный перец

### Для смазки:

1. В миску разбить яйцо, добавить соль, сахар, растительное масло. В теплом молоке растворить дрожжи. Муку просеять, добавить яичную смесь, влить молоко с дрожжами. Замесить тесто. Накрыть пищевой пленкой или полотенцем. Поставить в теплое место для брожения примерно на 1 ч.
2. Для приготовления начинки лук мелко нарезать. На сковороду налить растительное масло и обжарить фарш с луком до готовности. Приправить солью и перцем по вкусу. Фарш выложить в миску, добавить вареный рис, перемешать.
3. Тесто разделить на равные части, каждую раскатать в круглую лепешку. В середину каждой положить начинку, защипнуть края. Пирожки выложить на смазанный маслом противень. Поставить на расстойку на 20–30 мин. Смазать яичным желтком. Выпекать при температуре 220 °С до золотистого цвета – 15–20 мин.

## 466. Пирог с яблоками

- Мука – 500 г
- свежие дрожжи – 25 г
- молоко – 185 мл
- сахар – 200 г
- яйца – 2 шт.
- масло сливочное – 120 г
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- яблоки – 1 кг
- молотая корица – 1 ч. ложка

1. Приготовить тесто для пирожков. Молоко подогреть до теплого состояния. Добавить раскрошенные свежие дрожжи и перемешать. Оставить на 15 мин (на поверхности должна появиться легкая пена).
2. Яйца взбить венчиком с 50 г сахара и солью. Сливочное масло (60 г) растопить и дать немного остыть. Добавить к молочно-дрожжевой смеси яичную. Всыпать половину муки и перемешать.
3. Добавить оставшуюся муку. Перемешать. Влить растопленное масло и вымешивать тесто пирожков до тех пор, пока оно не станет гладким и не будет липнуть к рукам. Накрыть полотенцем и поставить в теплое место для подъема на 1 ч.
4. Тесто обмять и дать подняться еще раз. Это может занять около 40 мин. За это время приготовить начинку пирожков. Для этого яблоки вымыть, очистить от кожицы и семян, затем нарезать кубиками.
5. В сковороде растопить оставшееся сливочное масло. Добавить яблоки и сахар. Тушить, помешивая, 10 мин на слабом огне. Добавить молотую корицу. Перемешать и дать начинке остыть.
6. Готовое тесто разделить на небольшие шарики. Раскатать каждый в лепешку, в центр положить немного начинки и защипнуть края пирожков. Выложить их на противень, выстланный кулинарным пергаментом. Выпекать в предварительно разогретой до 180 °C духовке 15–20 мин.

## 467. Пироги с вишней

- Мука – 500 г
- масло сливочное – 100 г
- молоко – 250 мл
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- разрыхлитель –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- сахар – 3 ст. ложки
- яйцо – 1 шт.
- сахарная пудра

### Для начинки:

- вишня без косточки (можно замороженную) – 400 г
- сахар – 2 ст. ложки
- крахмал – 1 ст. ложка
- корица – 1 ч. ложка
- коньяк – 1 ч. ложка

1. Для пирожков с вишней приготовить тесто. Для этого в сотейнике на среднем огне разогреть масло, нарезанное средними кубиками, и молоко. Перемешивать до полного растворения масла. Посолить смесь.
2. Муку просеять вместе с разрыхлителем в большую миску. Добавить сахар. Перемешать и сформировать горку.
3. Дном миски меньшего диаметра сделать в центре углубление, чтобы получился «кратер».
4. Вылить в «кратер» молоко с маслом и, понемногу зачерпывая ложкой муку с сахаром, замесить тесто. Вымешать его до однородности руками.
5. Сформировать из теста шар, обернуть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 1 ч.
6. Для начинки свежую вишню положить в миску. Засыпать смесью из сахара, крахмала и молотой корицы. Добавить коньяк и, потряхивая миску, перемешать содержимое. Каждая вишенка должна покрыться получившейся смесью. Если используете для пирожков замороженную вишню, ягоды разморозить и откинуть на дуршлаг. Дальше по рецепту.
7. Тесто для пирожков достать из холодильника. Удалить пищевую пленку. Тесто скатать в толстую колбаску и разрезать на 12–14 равных по весу кусочков.
8. Каждый раскатать в круг толщиной 5 мм.
9. Если начинка получилась слишком жидкая, откинуть ее на сито. На каждый круг положить по 1 ч. ложке вишневой начинки и защипнуть края пирожков, как при лепке пельменей.

ной пудрой. Выпекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 мин. Подавать теплыми.

## ВЫПЕЧКА

1. Половину муки, дрожжи и сахар смешать в миске. Залить теплой водой и перемешать.
2. Тесто получится как густая сметана. Накрыть, оставить на полчаса в теплом месте.
3. Подготовить начинку. Очищенные яблоки и груши нарезать кубиками и отправить на разогретую сухую сковороду – нагревать, помешивая.
4. Когда жидкость более-менее выпарится, добавить сахар по вкусу и еще немного притомить фрукты. Затем дать остыть.
5. В поднявшееся тесто добавить соль и половину масла. Перемешать. Постепенно добавить оставшуюся муку. Хорошо вымесить. Должно получиться мягкое, эластичное, слегка липкое тесто. Добавить оставшееся масло. Получившееся тесто скатать в шар, накрыть и оставить в теплом месте еще на полчаса.
6. Припылить поверхность мукой и слегка обмять тесто.
7. Поделить тесто на части для будущих пирожков.
8. Каждый кусочек теста раскатать, выложить в центр начинку, залепить края. Уложить на смазанный противень швом вниз.
9. Дать пирожкам минут десять отдохнуть. Разогреть духовку до 180 °С. Смазать пирожки крепким сладким чаем и отправить в разогретую духовку на 20–25 мин.



## 469. Пирожки со щавелем жареные

- Мука – 500 г + еще немного для раскатывания
- кефир – 300–350 мл
- масло растительное – 50 мл + для жарки по необходимости
- соль – 7 г
- сода – 10 г
- сахар – 10 г

### Для начинки:

- щавель – 250–300 г
- сахар – 80–100 г

1. Приготовить тесто для пирожков. Муку просеять в большую миску с солью и содой. Добавить сахар и перемешать. Влить кефир, 50 мл растительного масла и вымесить тесто.
2. Сформовать тесто в шар и накрыть пищевой пленкой или полотенцем. Оставить на 30 мин в теплом месте, чтобы в нем развилась клейковина, необходимая для лучшей эластичности.
3. Приготовить начинку пирожков. Щавель вымыть и обсушить. Грубые стебли удалить. Оставшийся щавель мелко нарезать и сложить в миску. Добавить сахар и перемешать, практически растирая руками, чтобы зелень дала сок.
4. Тесто выложить на рабочий стол, присыпанный мукой, и разделить на несколько равных частей небольшого размера. Каждый раскатать в тонкую лепешку. Распределить по ним начинку и тщательно защипнуть края, формируя пирожки.
5. В сковороде нагреть растительное масло. Выложить порцию заготовок из теста с начинкой и жарить со всех сторон до красивой румяной корочки. Переложить пирожки на бумажные полотенца, чтобы впитался лишний жир.

**ВЫПЕЧКА**

- Для начинки:**

- ## ВЫПЕЧКА

## 471. Пирожки с рисом и рыбой жареные

- Мука – 1½ – 2 стакана
- творог – 200 г
- яйца – 2 шт.
- сахар – 1 ст. ложка
- сода – ¼ ч. ложки
- разрыхлитель – ½ ч. ложки
- соль – ½ ч. ложки

### Для начинки:

- рис отварной – 1 стакан
- яйца вареные – 4 шт.
- горбуша горячего копчения – 300 г
- лук репчатый – 2 шт.
- масло сливочное – 100 г
- свежемолотый черный перец
- растительное масло для жарки

1. Подготовить начинку. Очистить лук, мелко нарезать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. Разобрать горбушу на небольшие кусочки, удаляя косточки. Яйца нарезать кубиками. Смешать рис с луком и рыбой, добавить яйца. Хорошо поперчить и перемешать.
2. Приготовить тесто. Размять творог вилкой. Добавить яйца, сахар и соль и перемешать. 1½ стакана муки просеять с содой и разрыхлителем в творожную смесь и замесить тесто. Оно должно быть мягким, но не прилипать к рукам. Если нужно, добавить еще немного муки. Скатать тесто в «колбаску» и разделить на 20 частей.
3. Взять кусок теста и расплющить в лепешку, положить в центр начинку и защипнуть края. Положить на доску, присыпанную мукой. Подготовить все пирожки.
4. Разогреть сковороду на сильном огне, налить растительное масло слоем 5–7 мм и дождаться, пока оно прогреется. Жарить пирожки до золотистого цвета с двух сторон. Готовые пирожки переложить на бумажные полотенца. Подавать теплыми.

## 472. Шаньги с картофелем и грибами

Шаньги – круглые открытые пирожки. Родом из Сибири. Готовят их с картошкой и лесными грибами.

### Для опары:

- вода теплая – 100 мл
- мука пшеничная – 3 ст. ложки
- сахар – 1 ч. ложка
- дрожжи – 20 г сухих или 70 г свежих.

### Для теста:

- мука пшеничная – 800 г
- яйца – 2 шт.
- мелкая соль – 1 ч. ложка
- растопленное сливочное масло –  $\frac{1}{2}$  стакана (чуть меньше половины 250-граммовой пачки)
- немного растительного масла
- молоко
- кефир
- жидкая сметана или сыворотка
- оставшаяся от приготовления домашнего творога – 200 мл
- сахар белый – 40 г

### Для начинки:

- картофель – 600 г
- желтки – 2–3 шт.
- сливки жирностью от 33% – 50–60 мл
- лесные грибы (белые, лисички, рыжики, грузди или опята) – 500 г
- масло растительное – 2 ст. ложки
- соль
- свежемолотый черный перец
- густая деревенская сметана для подачи

1. Приготовить опару. Если используют сухие дрожжи, смешать в большой миске муку, сахар и дрожжи, добавить половину используемой теплой воды и как следует перемешать. Затем влить остальную воду и перемешать еще раз, до полной однородности – для этого уместно использовать венчик. Если же используются свежие дрожжи, их следует положить в большую миску, слегка размять вилкой, а уж затем добавить муку, сахар и всю теплую воду – и перемешать до однородности. Накрыть миску с опарой салфеткой и оставить в теплом месте до появления пузырьков, приблизительно на 15–20 мин.
2. Теперь можно приступать к приготовлению собственно теста. В миску с опарой добавить используемую жидкость (тоже теплую) и растопленное сливочное масло. Перемешать, вбить яйца, добавить соль и сахар. Перемешать еще раз до однородности. Затем в один прием всыпать 4 стакана муки. Перемешать деревянной ложкой. У вас должно получиться липкое тесто.
3. Затем, не прекращая вымешивать тесто ложкой, добавить к нему небольшими порциями оставшуюся муку – до тех пор, пока тесто не сделается таким густым, что его перемешивание ложкой станет затруднительным. К этому моменту у вас должно остаться примерно  $\frac{1}{2}$  стакана муки.
4. Слегка посыпать мукой рабочую поверхность. Выложить на нее тесто из миски. Затем, понемногу посыпая ком теста мукой, начать вымешивать тесто руками. Продолжать до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к ру-



## 473. Уральские шаньги со сметаной

- Мука – 600 г
- дрожжи сухие – 1½ ст. ложки
- соль – ½ ч. ложки
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- сметана – 1 ст. ложка
- яйца (желтки) – 2 шт.
- сахар – ½ ч. ложки

### Для начинки:

- масло сливочное – 3 ст. ложки
- сливки жирностью 33% – 4 ст. ложки
- картофель – 4 шт.
- яйцо – 1 шт.

1. Дрожжи и сахар положить в большую миску, добавить ⅓ стакана теплой кипяченой воды, размешать, поставить на 10 мин в теплое место. Отдельно смешать растопленное сливочное масло, сметану, желтки и соль.
2. Смешать 2 стакана муки, масляную смесь и поднявшиеся дрожжи, добавить теплую воду – сколько «возьмет» мука, чтобы получилось средней густоты тесто. Смазать поверхность теста растительным маслом, накрыть полотенцем и оставить в теплом месте на 1,5 ч (через час проведите лопаточкой по стенкам миски, отделяя тесто, чтобы оно опало).
3. Для начинки сварить картофель, растолочь, добавить взбитое яйцо, влить теплые сливки и растопленное масло, приправить солью и вымешать до однородности, остудить. Готовое тесто разделить на шарики размером с крупный абрикос.
4. Сделать из шариков лепешки толщиной 1 см, выложить на смазанный маслом противень, сделать в центре каждой лепешки углубление и положить в него немного картофельной массы, дать расстояться 30 мин.
5. Смазать всю поверхность шанег топленым маслом. Выпекать при 200 °С до золотистого цвета, 15–20 мин. Готовые шаньги смазать маслом еще раз.
6. В Сибири шаньги часто готовят просто со сметаной: делают лепешки, дают расстояться и сверху кладут ложку густой-густой сметаны. Такие шаньги также очень хороши к чаю.

## 474. Дрожжевой пирог с клубникой

- Молоко – 200 мл
- дрожжи сухие – 1 ч. ложка
- яйцо – 1 шт.
- коричневый сахар – 25 г
- мука – 500 г + еще немного для раскатывания теста
- соль –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- масло сливочное – 30 г

### Для начинки:

- клубника – 800 г
- сахарная пудра – 100 г
- кукурузный крахмал –  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки
- желток – 1 шт.

1. Приготовить дрожжевое тесто для пирога с клубникой. Молоко нагреть до теплого состояния. Добавить сухие дрожжи и перемешать. Оставить на 15 мин при комнатной температуре.
2. Яйцо для теста пирога взбить с сахаром. Муку просеять с солью. Сливочное масло нарезать мелкими кубиками и оставить при комнатной температуре, чтобы оно стало мягким.
3. Мучную смесь соединить с молочно-дрожжевой. Добавить яйца с сахаром, сливочное масло и вымесить дрожжевое тесто для пирога. Накрыть полотенцем и оставить для подъема в теплом месте на 1 ч.
4. Тесто для пирога быстро обмять и дать подняться еще раз (около 1 ч). Затем выложить на рабочий стол, подпыленный мукой. Четвертую часть теста отделить.
5. Остальное тесто раскатать в круглый пласт и переложить в форму для выпечки диаметром 22 см, формируя бортики 3–4 см. Накрыть полотенцем и оставить до использования.
6. Для начинки дрожжевого пирога клубнику вымыть, обсушить и крупно нарезать. Добавить сахарную пудру, крахмал и перемешать. Начинку переложить на основу будущего пирога в форме.
7. Оставшееся тесто раскатать в пласт и нарезать полосками. Разложить их поверх начинки, формируя «решетку». Смазать желтком и выпекать дрожжевой пирог с клубникой 35–45 мин при 180 °C.
8. Дрожжевому пирогу с клубникой перед подачей к столу непременно дайте остыть до чуть теплого состояния: в этом случае начинка загустеет и выпечка станет значительно вкуснее.

## 475. Пирог с ягодами «Дачный»

- Мука –  $1\frac{1}{4}$  стакана
- молоко –  $\frac{1}{2}$  стакана
- масло сливочное – 90 г
- яичные желтки – 2 шт.
- яйцо – 1 шт.
- дрожжи – 20 г
- соль – щепотка
- сахарный песок – 3 ст. ложки
- ванильный сахар –  $\frac{1}{2}$  пакетика.

### Для начинки:

- ягоды любые – 2 стакана
- яйца – 2 шт.
- сметана –  $\frac{1}{2}$  стакана
- сахарный песок – 2 ч. ложки
- яйцо для смазки – 1 шт.

1. Дрожжи развести в молоке, добавить яйцо, желтки, сахарный песок, ванильный сахар, соль, муку. В конце добавить растопленное сливочное масло. Вымесить тесто до однородной консистенции (оно не должно липнуть к рукам).
2. Дать тесту подойти, обмять его.
3. Часть теста оставить для приготовления бортика, остальное тесто раскатать в круглый или квадратный пласт толщиной около 9 мм и уложить на смазанный маслом противень или в форму, края пирога смазать яйцом. Скатать из оставшегося теста жгутик, уложить его по краю пирога.
4. Поставить в теплое место примерно на 20 мин.
5. Взбить сметану с сахарным песком и яйцом. Насыпать на подошедшее тесто ягоды (малину, чернику, смородину и т.д.), залить взбитой сметанной смесью. Край пирога смазать взбитым яйцом и выпекать в духовке при температуре 210–230 °С в течение 25–30 мин.



## 476. «Бабүшкин пирог»

- Мука – 4½ стакана
- сахарный песок – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 100 г
- масло растительное – 2 ст. ложки
- дрожжи сухие – 17 г
- яйца – 2 шт.
- желток – 2 шт.
- молоко – 250 мл
- яйцо – 1 шт. для смазки
- мука на подпыл – 200 г
- масло растительное для смазки – 30 г

### Для начинки:

- творог – 1 кг
- сахарный песок – 5 ст. ложек
- яйцо – 1 шт.
- ванильный сахар – 1 пакетик
- красная смородина – 1 стакан

1. Муку соединить с сухими дрожжами, остальные продукты смешать, всыпать муку с дрожжами. Замесить плотное, но не очень крутое тесто.
2. В кастрюлю налить холодной воды. Опустить тесто в кастрюлю с холодной водой и поставить в холодильник на 30 мин. Вынуть тесто из воды, подсыпать мукой. Разделить на 2 части и убрать в морозильную камеру на 30 мин.
3. **Для начинки:** творог размять, всыпать сахар, вбить яйцо, всыпать ванильный сахар, все перемешать до однородной массы, всыпать стакан ягод и еще перемешать.
4. Тесто вынуть из морозильной камеры. На столе, посыпанном мукой, раскатать большой пласт и уложить его на смазанный маслом противень. Уложить начинку, отступив от края пласта 1 см, края смазать яйцом. Раскатать второй пласт и накрыть им пирог. Лишнее тесто обрезать, края защипнуть, пирог наколоть вилкой. Весь пирог смазать яйцом.
5. Из обрезков теста сделать ленточки, сделать насечки с двух сторон наискось и уложить ленточки на пирог. В центр поместить розочки, для этого ленточки, не разрезая, свернуть в маленький рулет и уложить на смазанный яйцом пирог. Выпекать пирог в духовке при температуре 180 °С в течение 50 мин. Готовый пирог смазать растительным маслом.
6. По этому рецепту можно приготовить пирог с любой начинкой.

## 477. Классическая шарлотка с яблоками

- Мука – 1 стакан
- сахар – 1 стакан
- яйца – 3 шт.
- яблоки – 3–4 шт.
- ванилин (ванильный сахар) – по вкусу
- сода пищевая – щепотка

1. Взбить яйца, добавить сахар и взбить миксером сначала на средней, затем на высокой скорости до получения светло-желтой массы однородной консистенции.
2. В сладкую яичную смесь добавить муку, предварительно просеянную через мелкое сито, со щепоткой соды и ванилином (ванильным сахаром). Снова взбить миксером – недолго. Тесто для шарлотки готово.
3. **Приготовить начинку для шарлотки.** Яблоки вымыть и каждое разрезать пополам. Удалить сердцевину с семенами. Мякоть очистить и нарезать небольшими кубиками или ломтиками произвольной формы.
4. Яблоки добавить в тесто шарлотки и осторожно перемешать. Вылить получившуюся массу в форму, смазанную любым жиром, и отправить в духовку, нагретую до 190 °С, на 30 мин.

## 478. Пирог с ревенем

### Для крема:

- сахар – 3 ст. ложки
- яйца – 3 шт.
- сливки жирностью 35% – 150 мл
- ванилин – 1 ч. ложка
- молоко – 100 мл

### Для начинки:

- ревень – 600 г
- сахар коричневый – 100 г

### Для теста:

- масло сливочное – 100 г  
+ ½ ст. л. для смазывания формы
- соль – щепотка
- сахар – 3 ст. ложки
- яйца – 2 шт.
- мука – 250 г
- разрыхлитель – 1 ч. ложка
- сливки – 2 ст. ложки

1. Ревень вымыть и нарезать на кусочки длиной 6–7 см. Поместить в форму для выпечки, посыпать сахаром, накрыть фольгой и запекать 15 мин. Затем снять фольгу и печь еще 5 мин, до мягкости.
2. Для приготовления теста на рабочую поверхность просеять горкой муку, добавить сахар, соль и разрыхлитель. Сделать углубление, вбить в него яйца, порубленное на кусочки масло и влить сливки. Вымесить гладкое, однородное тесто, скатать его в шар, накрыть и убрать в холодильник на 45–60 мин.
3. Раскатать тесто в круг тонким слоем. Форму для пирога диаметром 25 см смазать маслом и застелить тестом.
4. Разогреть духовку до 190 °С. Проткнуть тесто вилкой в нескольких местах, застелить пергаментом, засыпать фасолью и выпекать 20 мин. Удалить фасоль и пергамент, вернуть форму в духовку еще на 5 мин.
5. **Приготовить крем.** В сотейник влить сливки, молоко, добавить ванилин. Довести до кипения и снять с огня. В миске с помощью миксера взбить сахар и яйца, затем, продолжая взбивать, аккуратно влить горячую смесь.
6. Разложить куски ревеня по поверхности пирога, залить кремом и запекать 30–35 мин, пока крем не схватится. Остудить в форме, затем переложить на блюдо, аккуратно отделив ножом от краев формы.

## 479. Медовый домашний пирог

- Мука – 3 стакана
- маргарин – 100 г
- яйца – 3 шт.
- сахар – 1 стакан
- жидкий мед – 1–2 ст. ложки
- ванильный сахар – 1 ч. ложка
- кефир – 1 стакан
- сода – 1 ч. ложка

1. Маргарин растопить и охладить. Яйца, сахар, ванильный сахар и мед взбить. Добавить кефир, соду и маргарин. Размешать и всыпать просеянную муку частями, каждый раз взбивая до однородности.
2. Форму смазать маргарином, вылить тесто, разровнять.
3. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 30–40 мин до готовности.

## 480. Сахарный рулет с маком

- Молоко – ½ стакана
- яйца – 3 шт.
- дрожжи сырые – 100 г
- маргарин – 400 г
- мука – 4 стакана (с верхом)

### Для начинки:

- мак – 250 г
- сахарный песок – 100 г
- мед – 80 г
- яйцо – 1 шт.

### Для обсыпки:

- сахарная пудра – 50–70 г

### Для смазки:

- масло растительное

1. Дрожжи распустить в теплом молоке, влить яйца, растопленный маргарин, перемешать, всыпать просеянную муку. Замесить тесто и поставить его в холодильник на 2 часа, накрыв полотенцем, когда тесто поднимется, обмять его.
2. Для начинки мак промыть теплой водой несколько раз, затем залить водой и довести до кипения, уваривать на медленном огне в течение часа. Откинуть на сито, охладить, смешать с сахаром и медом. Чтобы смесь получилась однородной, ее надо пропустить через мясорубку, добавить яйцо, вымесить массу.
3. Тесто вынуть из холодильника и разделить на 3 части, каждую раскатать на столе в пласт, который слегка смазать маслом (с помощью кисточки), а затем посыпать маком. Свернуть рулет и нарезать на кусочки толщиной около 3 см, на каждом сделать еще 5 надрезов по краю.
4. Выпекать на среднем огне до подрумянивания.
5. Готовый рулет посыпать сахарной пудрой.

## 481. Струдель с творогом (яблоками)

### Для теста (на 4 струделя):

- мука – 500 г
- вода – 250 мл
- уксус (эссенция 80 %-ная) –  $\frac{1}{2}$  чайной ложки
- масло растительное – 50 мл
- соль – по вкусу

### Для начинки 1 творожного струделя:

- творог – 350 г
- яйцо – 1 шт.
- изюм – 100 г
- сахар – 80 г
- клубника – 120 г

### Для начинки 1 яблочного струделя:

- яблоки (большие) – 2 шт.
- сахар – 2 ст. ложки
- ром – 1 ст. ложка
- орехи (дробленые) – 100 г
- масло для смазки (любое) – 100 г
- корица – на кончике ножа

1. Замесить тесто, убрать в холодильник на 30 мин. Затем разделить на равные шарики. Каждый раскатать в пласт и, аккуратно взяв в руки, подтянуть край теста со всех сторон. На стол постелить салфетку, подпылить ее мукой. Готовый вытянутый кусок теста подтянуть еще на столе, чтобы тесто стало тонким и прозрачным. Кисточкой слегка смазать тесто маслом и посыпать сухарями.
2. Выложить начинку (толстые края теста аккуратно обрезать круглым ножом). Свернуть с помощью салфетки в рулет, смазать маслом, выпекать в духовке при температуре 180–200 °С до готовности.
3. Подавать струдель горячим, нарезав на порционные кусочки, со сметаной, сливками, джемом, вареньем, сгущенным молоком.

## 482. Бабка морковная с корицей

- Мука – 250 г
- морковь – 1 шт.
- масло сливочное – 50 г
- молоко – 125 мл
- сахарный песок –  $\frac{1}{2}$  стакана (90 г)
- яйцо – 1 шт.
- дрожжи – 8 г (сухие – 10 г)
- соль –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки
- корица – 1 ч. ложка
- цедра – 1 ст. ложка

### Для сиропа:

- вода – 70 мл
- сахарный песок – 150 г
- ром – 2 ч. ложки

Молоко подогреть, соединить с сахаром, дрожжами, половиной стакана муки, морковью, натертой на мелкой терке. Замесить тесто и поставить в теплое место. Подошедшую опару смешать с яйцом, цедрой, солью, корицей, мукой, в конце влить масло. Хорошо вымесить тесто, поставить его в теплое место, накрыть целлофаном. Готовое тесто выложить в формы и опять поставить в теплое место. Когда оно поднимется, аккуратно перенести формы в разогретую духовку. Выпекать при температуре 180 °С в течение 10–15 мин. Для сиропа сахар и воду прокипятить, охладить, добавить ром, пропитать им бабки. Украсить изделия свежими фруктами, ягодами.

## 483. Ромовая баба с цукатами

- Мука – 250 г (80 г на опару)
- сахар – 3 ст. ложки
- молоко (теплое) – 100 мл
- яйца – 2 шт.
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- ванильный сахар – 5 г
- цедра лимона – 1 ч. ложка
- дрожжи сухие – 8 г
- масло растительное – 50 мл
- цукаты – 100 г

### Для сиропа (пропитывание):

- вода – 100 мл
- сахар – 60 г
- мед – 1 ст. ложка
- коньяк – 30 мл
- сок апельсиновый – 30 мл

1. Молоко подогреть, всыпать сухие дрожжи с мукой, 2 ст. ложки сахара, перемешать, накрыть пленкой, поставить в теплое место. Опара должна увеличиться в объеме. В емкость всыпать просеянную муку, сахар, соль, сахар ванильный, цедру, влить 2 яйца, вымесить всю массу, затем добавить цукаты и масло. Опять вымесить тесто, поставить в теплое место на 30 мин, накрыть целлофановой пленкой. Когда тесто поднимется, обмять его, сформировать жгут, а затем разделить на равные части каждый кусок. Тесто уложить в форму, смазанную маслом. Выпекать при температуре 200 °С в течение 10–15 мин.
2. Для приготовления сиропа воду, сахар и мед нагреть до кипения, остудить, влить сок и коньяк.
3. Бабы обмакнуть одной стороной в сироп. Можно заглазировать помадкой, украсить цукатами, свежими ягодами и сразу подать на блюде.



## 484. Постная медовая коврижка

- Сахар – 200 г
- вода – 250 мл
- мед – 2 ст. ложки
- масло растительное –  $\frac{1}{2}$  стакана
- мука –  $1\frac{1}{2}$  стакана
- какао – 2 ст. ложки
- разрыхлитель – 1 ч. ложка
- корица – 1 ч. ложка
- кориандр –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- изюм –  $\frac{1}{2}$  стакана
- мелко порубленные орехи –  $\frac{1}{2}$  стакана

1. Приготовить тесто для постной коврижки. Сахар, воду, мед и масло смешать и подогреть до 60 °С.
2. Отдельно перемешать муку, какао, разрыхлитель, корицу и кориандр.
3. Смешать сахарную и мучную смесь, взбить. Добавить изюм и орехи.
4. Выложить тесто коврижки в смазанную маргарином форму. Разогреть духовку до 200 °С и поставить туда емкость с тестом. Выпекать около 35 мин. Готовность проверить с помощью деревянной шпажки.
5. Готовую постную медовую коврижку сверху можно смазать силиконовой кисточкой клюквенным, абрикосовым или клубничным джемом. Еще лучше – приготовить ягодное желе: ягоды с сахаром довести до кипения в ковше, добавить пектин (или агар-агар), дать немного остыть и полить этим коврижку.
6. Постная медовая коврижка относится к той выпечке, что становится вкуснее на следующий день и позже. Она отлично хранится в течение недели, если изделие завернуть в пергамент, убрать в пластиковый пакет и закрыть его не слишком плотно.

## 485. Яблочная коврижка по старинному рецепту

- Мука – 4½ стакана
- сахар – 1½ стакана
- изюм – 1 стакан
- корица – 1 ч. ложка
- щепотка соли
- большие яблоки – 2 шт.
- ванильный сахар – 1 ч. ложка
- разрыхлитель – 2 ч. ложки
- грецкие орехи – 1 стакан
- масло растительное – 1 стакан

1. Яблоки вымыть, крупно нарезать. Поместить в кастрюлю с 1 л воды, довести до кипения, варить 10 мин. Снять с огня, накрыть и дать полностью остыть. Процедить отвар через сито, отмерить 3 стакана. Яблоки и оставшийся отвар использовать для других блюд.
2. Изюм вымыть, орехи порубить ножом в среднюю крошку. В кастрюле на небольшом огне разогреть масло с сахаром и солью. Мешать, пока сахар полностью не растворится.
3. Добавить изюм и орехи. Влить яблочный отвар. Хорошо перемешать и варить 2–3 мин. Снять с огня, дать остыть до теплого.
4. Муку просеять с разрыхлителем, корицей и ванильным сахаром. Всыпать муку в масляно-ореховую смесь, замесить тесто.
5. Выложить тесто в застеленную пергаментом прямоугольную форму для выпечки, разровнять поверхность и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 45 мин. Если верх начнет пригорать, накрыть коврижку еще одним листом пергамент.
6. Горячую коврижку можно пропитать оставшимся яблочным отваром с медом. Для этого добавить в отвар 1 ст. ложку меда, поставить на небольшой огонь и, помешивая, нагревать, пока мед не растворится полностью. Сделать на поверхности коврижки частые проколы вилкой и облить ее приготовленной смесью. Накрыть листом пергамент и оставить остывать. Затем нарезать порционными кусками.



## 486. Булочки морковные

- Мука пшеничная – 1 кг
- морковь – 200 г
- молоко –  $\frac{1}{2}$  л
- дрожжи – 50 г
- сахарный песок – 3 ст. ложки
- сливочное масло – 100 г
- соль – 1 ч. ложка

Морковь вымыть, очистить, нарезать кусочками, залить небольшим количеством воды, отварить до готовности и протереть через сито. Замесить жидкое тесто, добавив в протертую массу теплое молоко, дрожжи, сахарный песок, соль и немного муки. Дать тесту подняться, затем, подсыпая небольшими порциями муку, замесить густое тесто, добавив в него сливочное (или растительное) масло. Когда тесто подойдет, сформировать булочки, дать им подняться, смазать их сладким чаем и испечь в духовке при 180 °С. При разделке теста в него можно добавить семена тыквы, подсолнечника, кунжута.

## 487. Булочки с медом

- Мука –  $2\frac{1}{2}$  стакана
- молоко –  $1\frac{1}{4}$  стакана
- дрожжи свежие – 30 г
- сахарный песок – 1 ст. ложка
- мед – 3 ст. ложки
- масло сливочное – 100 г
- яйца – 3 шт.
- ванильный сахар –  $\frac{1}{2}$  пакетика
- соль – 10 г

1. Теплое молоко (100 г) смешать с дрожжами, половиной муки от рецептуры и сахарным песком. Поставить в теплое место.
2. Когда опара станет подниматься, добавить оставшееся молоко, яйца, мед, соль, ванильный сахар, оставшуюся муку. В конце влить растопленное сливочное масло, замесить тесто, дать ему подойти. Свернуть из теста жгут, нарезать его на равные части, скатать шарики, уложить на пекарский лист, накрыть полотенцем. Когда булочки увеличатся в объеме, слегка прижать их и дать им постоять еще 15 мин. Смазать булочки водой или взбитым яйцом и обсыпать орехами. Выпекать в духовке при температуре 230 °С до готовности. Горячие булочки смазать маслом.

## 488. Лакомые рогалики к чаю

### Для опары:

- вода или молоко –  $\frac{1}{2}$  стакана
- сухие дрожжи – 1 ст. ложка (или свежие – 50 г)
- сахарный песок –  $\frac{1}{2}$  ст. ложки
- мука – 7 ст. ложек.

### Для теста:

- мука – 410 г
- сахарный песок – 5 ст. ложек
- маргарин – 200 г
- яйцо – 1 шт.
- водка – 1 ст. ложка
- ванильный сахар – 1 пакетик
- изюм – 100 г

### Для посыпки:

- сахарная пудра – 80 г

1. В миску налить теплое молоко, всыпать сахар, муку соединить с сухими дрожжами и всыпать в миску. Опару накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 20–30 мин. Когда опара поднимется, добавить в нее растопленный маргарин, яйцо, водку, сахар и перемешать. Муку соединить с ванильным сахаром, всыпать в опару, замесить тесто. Оно должно получиться однородным, желтоватого цвета. Поставить тесто в теплое место еще на 20 мин.
2. Готовое тесто раскатать на столе, предварительно посыпанном мукой, в пласт толщиной 3–4 мм и разрезать его на 4 равные полосы. Затем каждую полосу нарезать на треугольники.
3. Изюм (без косточек) промыть, обсушить. На основание каждого треугольника из теста (на широкую его часть) положить изюм и свернуть рогалик. Уложить рогалики на смазанный противень и, накрыв пищевой пленкой, дать постоять 10–15 мин.
4. Выпекать в разогретой до температуры 180 °С духовке до золотистого цвета (8–10 мин). Готовые рогалики посыпать сахарной пудрой.

## 489. Ленивая слойка

- Мука – 3 стакана
- яйцо – 1 шт.
- сметана – 200 г
- маргарин или масло сливочное – 200 г
- сок  $\frac{1}{2}$  лимона

Маргарин мелко порубить с мукой, в центр влить сметану, добавить яйцо и замесить тесто. Раскатать его в жгут, разрезать на 7 частей и сформировать 7 шариков, положить их в холодильник на 30 мин. Вынимать из холодильника по одному шарiku. Каждый шарик раскатать в тонкий пласт, как для пельменей. Накрутить тесто на скалку и переложить с нее на противень, сделать насечки и выпекать в духовке при температуре 220 °С до золотистого цвета. Остывшие коржи смазать любым кремом (масляным, творожным с курагой или черносливом и т.д.). Готовое изделие должно постоять 20 мин в холодильнике. К столу подавать, украсив сахарной пудрой, орехами или крошкой из выпеченного теста.

## 490. Пирожные из заварного теста с разными начинками

- Масло сливочное – 200 г
- мука – 300–350 г
- яйца – 10 шт.
- молоко – 200 мл
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки

Молоко налить в кастрюлю с толстым дном, туда же положить сливочное масло, посолить, поставить на огонь и, помешивая, довести до кипения и быстро вмешать, всыпая тонкой струйкой, всю муку. В образовавшееся заварное густое тесто добавлять яйца по одному, тщательно размешивая. Из приготовленной эластичной массы чайной ложечкой сформировать «колобки» или короткие «колбаски», уложить их на смазанный растительным маслом противень и выпекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 20 мин.

Затем, снизив температуру до 100°, выдержать еще 10 мин и выключить духовку. Подождав, когда она остынет, вынуть противень с «колобками».

В нормально выпеченном изделии должна быть хорошо сформирована внутренняя полость, в которую вы поместите понравившуюся вам начинку-крем, выбрав его из предлагаемых ниже рецептов.

### Крем из сгущенного молока

- Масло сливочное – 200 г
- молоко сгущенное – 100 г
- яйца (желтки) – 2 шт.

Сливочное масло растереть вместе со сгущенным молоком, смесь взбить, соединяя постепенно с яичными желтками. Для ароматизации добавить ванилин или другую пряность, либо 30–50 мл ликера.

### Крем яблочный

- Яблоки – 300 г
- яйца (белки) – 2–3 шт.
- сахарный песок – 100 г

Яблоки вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину, мелко нарезать, засыпать сахарным песком, варить на медленном огне, постоянно помешивая, пока они не разварятся. В кипящую массу постепенно влить яичные белки, непрерывно взбивая ее венчиком, снять с огня и остудить.

### Крем ореховый

- Орехи (ядра) – 100 г
- масло сливочное – 100 г
- молоко сгущенное – 100 г

Орехи (ядра) грецкие или фундук прокалить на сухой сковороде, измельчить в кофемолке и, постепенно добавляя сгущенное молоко и сливочное масло, взбить миксером.

### Крем шоколадный

- Шоколад – 50 г
- масло сливочное – 100 г
- молоко сгущенное – 50 г

Разогреть шоколад на паровой бане, добавить сливочное масло, сгущенное молоко и тщательно перемешать в однородную массу.

### Крем ягодный

- Ягоды свежие – 100 г
- сахарный песок – 100 г
- сливки 30 % жирности – 100 мл

Любые спелые ягоды (черную или красную смородину, клубнику, малину, чернику, ежевику и др.) промыть, добавить сахарный песок и растереть так, чтобы получилась однородная масса. Нагреть ее до закипания, протереть в горячем виде через сито и остудить, затем, добавляя сливки, все тщательно перемешать и взбить миксером.

Вместо сливок можно использовать сливочное масло, втирая его небольшими порциями в остывшую ягодную массу.

### Крем заварной «Яичный»

- Яйца (желтки) – 10 шт.
- сливки – 400 мл
- сахарный песок – 700 г
- крахмал – 1 ст. ложка
- ванилин – на кончике ножа

В кастрюле с толстым дном соединить яичные желтки с сахарным песком и крахмалом, добавляя сливки, взбить венчиком или миксером. Поставить на огонь и, постоянно помешивая, довести до закипания, снять с огня, добавить ванилин, перемешать и остудить.

## 491. Ореховые корзиночки

- Масло сливочное или маргарин – 125 г
- сахарная пудра – 60 г
- яйцо – 1 шт.
- мука – 180–200 г
- масло для смазки форм – 30 г

### Для начинки:

- сироп малиновый (вишневый, клубничный) – 100 мл
- яйца – 2 шт.
- коньяк – 40 мл
- сахар – 50 г
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- шоколад – 50 г
- орехи грецкие молотые – 100 г

1. Масло соединить с сахарной пудрой и яйцом, вымесить деревянной ложкой до однородной массы, всыпать муку. Готовое тесто должно быть не слишком мягким, но и не слишком твердым. Поставить его на 15 мин в холодильник. Формы для выпечки смазать маслом или маргарином, обсыпать мукой и поставить в холодильник на 10 мин.
2. Для начинки яйца взбить с сахаром в пену, в не очень пышную, влить туда сироп, перемешать, а затем добавить коньяк и растопленное сливочное масло.
3. Кусочки теста выложить в формы, прижимая к краям и дну форм.
4. На дно корзиночек насыпать тертый шоколад и молотые грецкие орехи, вылить яичную смесь. Формы поставить на противень, накрыть фольгой и поместить в разогретую до температуры 170 °С духовку на 25 мин.
5. Вынуть формочки из духовки, дать им остыть. Теперь можно вынимать корзиночки. Цвет готовых корзиночек золотистый.

## 492. Печенье деревенское

- Морковь – 200 г
- мука пшеничная – 100 г
- отруби – 200 г
- масло сливочное – 200 г
- сахарный песок – 100 г
- яйца – 2 шт.
- сода пищевая
- соль – по ½ ч. ложки

Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Из натертой моркови, муки, отрубей, яиц, сливочного масла и сахарного песка замесить тесто, добавив в него соль и соду. Раскатать тесто в пласты толщиной 0,5–1 см и нарезать печенье с помощью формочек или подходящей посуды с тонкими краями. Печенье уложить на смазанный маслом противень и испечь в предварительно разогретой до 180 °С духовке в течение 20 мин.

## 493. Печенье из овсяных хлопьев и морковных цукатов

- Овсяные хлопья – 2 стакана
- масло сливочное – 200 г
- цукаты морковные – ½ стакана
- яйца – 1 шт.
- мука пшеничная – 1 стакан
- цедра одного апельсина
- майонез – 1 ст. ложка

Овсяные хлопья обжарить на сухой сковороде. Горячие хлопья соединить со сливочным маслом, взбитым яйцом, затем добавить цукаты (мелко нарезанные или провернутые через мясорубку), майонез и муку. Массу тщательно перемешать, пока она не станет густой и эластичной. Чайной ложечкой разложить ее кружочками на смазанный маслом противень и печь в предварительно разогретой до 180 °С духовке в течение 20 мин.

## 494. Печенье из ржаной муки

- Мука ржаная – 300 г
- крупа манная – 200 г
- масло сливочное – 200 г
- яйца – 2 шт.
- мед – 100 г
- сода пищевая – ½ ч. ложки
- соль – по вкусу

Хорошо перемешать размягченное сливочное масло, мед и яйца. Добавить смесь муки с крупой, соду и вымесить тесто. Раскатать его в пласт толщиной 0,5 см, вырезать формочкой или нарезать ножом печенье и уложив на смазанный маслом противень, испечь в предварительно разогретой до 180 °С духовке в течение 20 мин.

## 495. Печенье лакомое

- Мед – 2 ст. ложки
- сметана – 1 ст. ложка
- масло сливочное – 100 г
- ванильный сахар – 6 г
- желтки – 2 шт.
- мука – 200 г
- джем красный – 100 г
- сахарная пудра (для обсыпки) – 20–30 г

Замесить тесто из мягкого масла, сметаны, меда, ванильного сахара, желтков и муки. Готовое тесто раскатать, вырезать кружочки и кольца равных диаметров одной формочкой. Выпекать в духовке при температуре 200 °С в течение 15 мин. Кольца посыпать сахарной пудрой, на кружки отсадить джем, сверху посыпать сахарной пудрой.

## 496. Крендельки с маком, кунжутом

- Мука – 500 г
- сахарный песок – 50 г
- соль – 10 г
- дрожжи сухие – 10 г
- яйцо – 1 шт.
- масло сливочное – 1 ст. ложка
- вода или молоко
- масло растительное для смазки листов и изделий – 100 мл

### Для смазки:

- сода пищевая – 2 ст. ложки
- вода – 1 стакан

### Для посыпки:

- мак или кунжут – 3 г на один крендель

1. В кастрюлю всыпать муку с дрожжами, сахар, соль, влить яйцо, масло. Замесить тесто, добавить воду комнатной температуры – столько, чтобы тесто получилось средней консистенции. Месить тесто надо долго, чтобы оно хорошо отставало от посуды и рук. Накрыть емкость с тестом пищевой пленкой и поставить в теплое место. Тесто должно хорошо подняться.
2. Выложить тесто на стол, подпыленный мукой, разрезать на полоски, а затем на кусочки равной величины (весом примерно по 70–80 г). Каждый кусочек теста скатать в шарик и уложить на столе. Снова накрыть пищевой пленкой и дать шарикам подойти, т.е. увеличиться в объеме.
3. Затем шарики раскатать в жгуты одинаковой толщины, длиной 25–30 см. Каждый жгут свернуть в форму кренделя и уложить на противень, смазанный растительным маслом.
4. В кипяченую воду добавить соду и смазать каждый крендель со всех сторон с помощью кисточки.
5. Посыпать крендели маком. Дать полежать 15 мин на противне.
6. Выпекать в горячей духовке при температуре 220–230 °С в течение 10–15 мин до золотистого цвета.
7. Горячие крендели смазать растительным маслом. Выложить на блюдо и подать с молоком, чаем, кофе.

## 497. Сахарные пряники с орехами

- Жидкий мед (луговой или цветочный) – 70 г
- сахар – 150 г
- питьевая вода – 50 мл
- мука – 480 г + еще немного для раскатывания теста
- смесь молотых пряностей (кориандр, корица, кардамон, мускатный орех, гвоздика, душистый перец) – 1 ч. ложка
- масло сливочное – 50 г
- яйца – 3 шт.
- лимонный сок – ½ ч. ложки
- морская соль – на кончике ножа
- сода – ½ ч. ложки
- очищенный от кожицы миндаль – 120 г

1. Приготовить тесто для пряников. В кастрюлю с толстым дном положить мед, насыпать сахар, влить питьевую воду и, помешивая, нагреть на среднем огне до 70–75 °С.
2. Муку просеять через мелкое сито в миску. Затем половину осторожно всыпать в горячую жидкость вместе с пряностями. Быстро перемешать до получения массы однородной консистенции. Снять с огня и дать остыть.
3. Сливочное масло для теста пряников нарезать кубиками и оставить на 30 мин при комнатной температуре. Яйца взбить миксером до получения пышной светлой массы.
4. В остывшую мучную массу добавить мягкое сливочное масло, 2 яйца, лимонный сок, соль, соду и оставшуюся муку. Тщательно вымесить тесто пряников. Оно должно получиться мягким и гладким.
5. Тесто раскатать на столе, подпыленном мукой, в пласт толщиной 5–6 мм. Кондитерскими формочками или просто стаканом вырезать разнообразные фигурки.
6. Переложить изделия на противень, выстланный бумагой для выпечки. Поверхность смазать взбитым яйцом и украсить половинками миндаля. Выпекать пряники при 220–230 °С в течение 7–9 мин.



## 498. Ржаные медовые пряники с черносливом

- Мука ржаная – 250 г
- сахар – 1 ст. ложка
- мед – 250 г
- чернослив – 100 г
- шоколад горький – 50 г
- миндальные лепестки – 2 ст. ложки
- сода –  $\frac{1}{3}$  ч. ложки
- кардамон – 10 г
- корица – 10 г
- имбирь – 10 г

1. Приготовить тесто для постных медовых пряников. Ржаную муку насыпать в большую миску. Добавить молотый кардамон, корицу и имбирь. Тщательно перемешать лопаточкой.
2. Мед для теста постных пряников выложить в сотейник и поставить на слабый огонь. Постоянно помешивая, довести до кипения.
3. Всыпать в сотейник с медом муку с пряностями и тщательно перемешать. Снять с огня, всыпать соду и продолжать вымешивать тесто пряников до гладкости. Поместить в холодильник на 2–3 ч.
4. Чернослив залить кипятком, измельчить, добавить сахар. Раскатать тесто в пласт, стаканом вырезать кружочки. Выложить начинку, сформировать шарики. Выложить на смазанный маслом противень на расстоянии 3–5 см друг от друга и выпекать в нагретой до 180 °С духовке до готовности, 7–10 мин.
5. Пряники покрыть растопленным шоколадом, украсить миндалем.

## 499. Хворост

- Сметана или майонез – 100 г
- яйцо – 1 шт.
- соль – по вкусу
- мука пшеничная – сколько замесится

На сметане и яйцах замесить густое тесто, добавив по вкусу соль, раскатать из него тонкий лист (как на домашнюю лапшу), нарезать широкие полоски. По середине полосок сделать продольный разрез на всю длину, но не разрезая краев. Сгибая полоску, вставить один ее конец в прорезь и потянуть его, выпрямляя полоску, – при этом разделенные разрезом части полоски перекрутятся и сформируется объемное фигурное изделие. Фигур-

ные заготовки пожарить на растительном масле, откинуть на дуршлаг, чтобы масло стекло. Затем, уложив на блюдо, посыпать сахарной пудрой.

## 500. Медовые квадратики

- Маргарин или сливочное масло – 70 г
- мед – 3 ст. ложки
- яйцо – 1 шт.
- ванильный сахар – ½ пакетика (5 г)
- мука – 1 стакан (с горкой)
- сода – ½ ч. ложки
- соль – на кончике ножа
- изюм – 3 ст. ложки
- орехи грецкие – 3 ст. ложки
- шоколад – 100 г
- цукаты – 50 г

### Для глазури:

- сок лимона – 1 ч. ложка
- горячая вода – 2 ст. ложки
- сахарная пудра – 125 г

1. Размягченный маргарин или сливочное масло смешать с яйцом, медом и взбить добела. Муку соединить с солью, содой и всыпать во взбитый маргарин. Орехи и шоколад измельчить. Изюм перебрать, вымыть, просушить.
2. Смешать орехи, шоколад и изюм. Добавить цукаты и ввести в тесто. Хорошо вымесить массу.
3. Противень смазать сливочным маслом, слегка посыпать мукой, выложить на него массу и разровнять по всей поверхности.
4. Выпекать в заранее разогретой духовке при температуре 170–180 °С в течение 10 мин.
5. Готовый пласт разрезать на квадратики ножом для пиццы.
6. Приготовить глазурь: сахарную пудру, сок лимона и горячую воду соединить и растереть. Глазурь должна быть блестящая. В густую глазурь нужно добавить немного лимонного сока, в жидкую – сахарной пудры. (Глазурь можно приготовить на соке апельсина, клюквы, вишни и т. д.)
7. Обмакнуть каждый квадратик в глазурь одной стороной, дать подсохнуть. После этого можно подавать к столу.

## 501. Фаршированные яблоки

- Яблоки – 1 кг
- орехи очищенные – 240 г
- варенье – 200 г
- мука –  $\frac{1}{2}$  стакана
- корица молотая – 1 ст. ложка
- сахарный песок – 1 ст. ложка

Яблоки вымыть, разрезать на половинки, из половинок выбрать семенную камеру. Освободившееся место заполнить ядрами любых орехов, смешанными с вареньем из любых ягод или фруктов. Заполненные вареньем и орехами половинки яблок уложить на противень, обсыпать их мукой, перемешанной с корицей и сахарным песком, запечь в духовке. По такому же рецепту можно приготовить яблочную запеканку, когда яблоки нарезаются ломтиками, засыпаются смесью муки, корицы и сахарного песка, а затем запекаются на противне в разогретой до 180 °С духовке 20–25 мин.

## 502. Тыквенный десерт

- Тыква – 1 кг
- песок сахарный – 100 г
- лимон или апельсин – 1 шт.

Тыкву вымыть, освободить от кожуры и семян, нарезать кусочками, пересыпать сахарным песком, добавить лимон или апельсин, нарезанные дольками. Через 1,5–2 ч, когда тыква даст сок, поставить на огонь и кипятить в течение 5 мин, остудить. Подавать охлажденной. Можно разнообразить блюдо, добавив взбитые сливки и посыпав сверху мелко растертыми орехами.



Гречневые блины (с. 290, № 424)





Расстегаи с начинкой из куриного мяса (с. 319, № 451)



Ромовая баба с цукатами (с. 349, № 483)





Моченые яблоки с брусникой (с. 386, № 545)





Капуста в свекольном соке (с. 392, № 557)





Грибы белые маринованные (с. 408, № 596)





Сливовый мармелад (с. 424, № 625)





Күлич пасхальный (с. 443, № 659)

# ПИТЬЕ



Каждый требовал себе излюбленный напиток. Кому подавалась ароматная листовка: черносмородинной почкой пахнет, будто весной под кустом лежишь; кому вишневая — цвет рубина, вкус спелой вишни; кому малиновая; кому белый сухарный квас, а кому кислые щи — напиток, который так газирован, что его приходилось закупоривать в шампанки, а то всякую бутылку разорвет.

В. Гиляровский, «Москва и москвичи»

## 503. Варенец

- Молоко сырое – 1 л
- сметана – 2 ст. ложки

1. Молоко налить в кастрюлю с толстым дном и томить в духовке 2 ч при температуре 220 °С. Молоко должно стать кофейного цвета и подернуться коричневой пенкой. Пенку по мере образования ложкой аккуратно опускать на дно посуды, повторяя эту процедуру шесть раз.
2. Вынуть молоко из духовки, остудить и добавить сметану. Перемешать и поставить в теплое место для закисания на два дня. Готовый варенец хранить в холодильнике. Подавать с сахарной пудрой.

## 504. Варенец с серебряной закваской

- Молоко – 1½ стакана
- сливки – 1 л

1. В молоко опустить серебряную ложечку или серебряную монету, поставить в теплое место на 4 дня. В сливки добавить 1 стакан молочно-серебряной закваски. Поставить сливки в духовку при температуре 220 °С на 4 ч, время от времени помешивая.
2. Варенец остудить, подавать с сахаром и измельченными орехами.

## 505. Гоголь-моголь лимонный

**На 1 порцию:**

- желток – 1 шт.
- сахар – 1½ ст. ложки
- сок лимонный – 1 ч. ложка

Желток взбить до густой пены, постепенно добавляя сахар. Смесь должна быть однородной. Перелить в стакан, добавить лимонный сок и осторожно перемешать.

## 506. Гоголь-моголь фруктовый

- Желтки – 2 шт.
- белки – 2 шт.
- сахар – 3 ст. ложки
- сок фруктовый –  $\frac{1}{2}$  стакана
- холодное кипяченое молоко – 2 стакана
- холодная кипяченая вода –  $\frac{1}{2}$  стакана

1. Взбить яичные желтки до образования густой пены, добавить сахар и фруктовый сок. Все тщательно размешать, влить молоко и воду.
2. Взбить белки до образования густой пены. К белкам добавить желтки с молоком, сахаром и соком. Еще раз взбить. Подавать в высоких бокалах.

## 507. Кисель молочный с ягодами

- Молоко –  $1\frac{1}{2}$  стакана
- сахар – 5 ст. ложек
- крахмал – 15 г
- сахар ванильный – 3 г
- молотая корица и имбирь – на кончике ножа
- ягоды свежие – 200 г
- по 1 шарiku мороженого пломбир на порцию
- вода – 1 ст. ложка

1. Растворить 3 ст. ложки сахара в 325 г кипящего молока. Крахмал развести в 50 г холодного молока и влить в кипящее молоко, перемешать. Варить кисель при постоянном помешивании на слабом огне. В конце приготовления добавить ванильный сахар, корицу, имбирь, размешать и разлить по формочкам.
2. Ягоды залить водой, добавить 2 ст. ложки сахарного песка, вскипятить и протереть через сито. Остывший кисель вынуть из формочек и залить холодным ягодным сиропом. Украсить шариком пломбира.

## 508. Тыквенный кисель

- Тыква – 500 г
- яблоки – 500 г
- сахар – 250 г
- крахмал – 150 г
- лимонная кислота – на кончике ножа
- вода –  $1\frac{1}{2}$  л

Тыкву и яблоки очистить от кожуры и семян, нарезать кусочками, залить кипящей водой, добавить лимонную кислоту и отварить до размягчения, затем протереть через сито вместе с отваром. Всыпать сахар, довести до кипения, влить небольшой струйкой при постоянном помешивании разведенный в небольшом количестве воды картофельный крахмал и, доведя до кипения, снять с огня. Подавать кисель в охлажденном виде.

## 509. Кисель из черники и брусники

- Черника – 1 стакан
- брусника – 1 стакан
- вода – 1 л
- крахмал картофельный – 50 г
- сахарный песок – по вкусу

Ягоды промыть, протереть через сито, из протертой массы отжать сок, выжимки залить кипятком, проварить в течение 5 мин, процедить. Довести процеженный отвар до кипения и, вливая в него тонкой струйкой разведенный в половине стакана воды крахмал, заварить кисель, помешивая его при этом ложкой. Загустевший кисель снять с огня, добавить в него отжатый ранее ягодный сок и перемешать. При подаче к столу в каждый стакан или чашку с киселем добавить по вкусу сахарный песок.

## 510. Морс клюквенный

- Клюква – 200 г
- сахарный песок – 150 г
- вода – 1 л

Ягоды промыть, размять, из полученной массы отжать сок. Оставшиеся выжимки залить водой, добавить сахарный песок, довести до кипения и проварить 5 мин. Остудить, процедить и смешать с ранее отжатым соком. Можно употреблять в охлажденном виде.

## 511. Морс калиновый

- Сок калиновый – 150–200 мл
- вода кипяченая – 1 л
- сахар – по вкусу

Свежеотжатый калиновый сок смешать с охлажденной кипяченой водой, добавив по вкусу сахар или мед. Может использоваться как жаропонижающее средство.



## 512. Морс из ягод черники

- Черника свежая – 1 стакан
- сахар –  $\frac{1}{2}$  стакана
- вода – 1 л

1. Ягоды перебрать, промыть, размять деревянным пестиком и из размятой массы отжать через марлю сок. Выжимки залить водой, довести до кипения, прокипятить в течение 3–5 мин, отвар процедить и смешать с ранее отжатым соком, добавить в смесь сахар.
2. Теплый черничный морс хорошо сочетается с медом. На стакан морса достаточно 1 ч. ложки любого меда.

## 513. Взвар

*«... В Сочельник, под Рождество, – бывало, до звезды не ели. Кутью варили из пшеницы, с медом; взвар – из чернослива, груши, шепталы... Ставили под образа, на сено. Почему?.. А будто – дар Христу...».*

**И. Шмелев, «Лето Господне»**

- Вода – 1 л
- сухофрукты – 1 стакан
- сушеные ягоды –  $\frac{1}{2}$  стакана
- изюм –  $\frac{1}{4}$  стакана
- сахар –  $\frac{1}{2}$  стакана

1. Воду довести до кипения, всыпать сахар, перемешать. Сушеные фрукты и ягоды перебрать, промыть, положить в сироп и варить на слабом огне 30 мин.
2. Снять с огня, поставить в прохладное место и дать настояться 5–6 ч, после чего процедить.
3. Пить взвар можно горячим или холодным. По желанию в напиток можно добавить цедру цитрусовых и пряности – корицу, гвоздику, кардамон, сушеную мяту.

## 514. Чай витаминный из ягод

- Шиповник – 1 часть
- рябина – 1 часть
- малина – 1 часть
- сахарный песок – 3 части

Ягоды шиповника и рябины бланшировать в течение 1 мин в кипящей воде. Затем ягоды шиповника, рябины и свежесобранные ягоды малины высушить в духовке. Сухие ягоды размолоть в кофемолке, порошок просеять через сито. Добавить в просеянный порошок сахарный песок, тщательно перемешать и засыпать в стеклянные банки для хранения. Банки закрыть крышками. Чай употребляют при простудных заболеваниях. На стакан кипятка берут 2 ст. ложки порошка.

## 515. Чай витаминный из листьев

- Листья черной смородины – 1 часть
- листья малины – 1 часть
- листья жимолости – 1 часть

Свежесорванные листья малины, смородины и жимолости высушить, измельчить, порошок хорошо перемешать и засыпать в стеклянные банки для хранения. Чай из листьев употребляют при простудных заболеваниях. В стакане кипятка заваривают 1 ст. ложку порошка.

## 516. Чай из цветков ежевики

- Цветки ежевики – 1 часть
- сахарный песок или мед – по вкусу

Цветы собирают вместе с нежными верхушечными частями. Заваривают как обычный чай по 1 ст. ложке на стакан кипятка. Если добавить кружочек лимона и 1 ч. ложку меда, то это будет необыкновенно вкусный и ароматный чай, обладающий целебными свойствами. Чай из цветков ежевики помогает при простудных заболеваниях, снижает температуру, снимает интоксикацию, предупреждает грипп и инфекционные заболевания.

## 517. Чай из рябины

- Рябина лесная – 1 часть
- сахарный песок – 1 часть

Ягоды рябины очистить от веточек, вымыть и бланшировать 1 мин в кипящей подсоленной воде (на 1 л воды 1 ч. ложка соли). Высушить ягоды в духовке, размолоть в кофемолке, просеять и смешать с сахарным песком. Для хранения засыпать в стеклянные банки. Для приготовления чая заваривают 2 ст. ложки порошка в стакане кипятка.

## 518. Квас старинный

**Х**лебный квас – один из любимых прохладительных напитков восточных славян. Этот напиток наши предки знали задолго до образования Киевской Руси. Слово «квас» – русского происхождения и означает «кислый напиток». В «Энциклопедии питания» Д. В. Кашина отмечается: «После воды в России наиболее распространенный напиток – квас... Мы даже думаем, что его пьют больше, чем воду...» Любовь к квасу не знала границ. Добрый хлебный квас успешно конкурировал со спиртными напитками, и особенно с пивом. Его пили с великим удовольствием нищие и цари, предпочитая его заморским винам. Квасоварни существовали практически везде: при больницах, солдатских казармах, тюрьмах, на вокзалах, в местах массового отдыха, конторских заведениях, министерских службах и других местах.

- Хлеб ржаной – 500 г
- дрожжи – 50 г
- сахар – 200 г
- изюм – ½ стакана
- мята – 10–12 веточек
- листочки черной смородины – 6–7 шт.
- вода – 4 л

1. Хлеб нарезать маленькими ломтиками, подсушить в духовке до темно-коричневого цвета. Сухари залить крутым кипятком, настоять в теплом месте 4–5 ч. Полученное сусло тщательно процедить, добавить сахар, а также предварительно разведенные в стакане дрожжи, мяту и листья смородины. Накрыть плотной тканью, настоять в теплом месте не менее 12 ч. Вновь процедить, разлить по бутылкам, в каждую положить по 3–5 изюминок. Бутылки тщательно закупорить, поставить в холодильник.
2. Квас будет готов через 3 суток.

## 519. Мүромский квас

На 1,5 кг ржаного хлеба:

- сахар – 300 г
- дрожжи – 20–30 г
- изюм – 30 г
- вода – 10 л

Хлеб нарезать ломтиками и подсушить в духовке. Затем сухари поломать на мелкие кусочки, залить в эмалированной посуде кипятком и оставить на 3–4 ч. Жидкости должно быть полное ведро. Когда жидкость остынет, ее процедить, положить сахар, добавить растертые с сахаром дрожжи и оставить на 12 ч. Настой разлить в бутылки, положив в каждую по 2–3 изюминки, бутылки плотно закупорить. Первые сутки квас держать в теплом месте, затем перенести в холодное. Самый вкусный квас получается через 4 суток.

## 520. Квас «Антоновка»

- Яблоки сорта Антоновка – 5 шт.
- вода – 2 л
- сахар – 400 г
- дрожжи – 10 г

Яблоки разрезать на дольки, освободить от семян, положить в кастрюлю и варить 30 мин. Протереть отвар вместе с яблоками через сито, перелить в стеклянную тару, добавить дрожжи, сахар, хорошо размешать. Оставить на 3 дня в прохладном месте.

## 521. Квас белый окрошечный

- Мука ржаная – 2 кг
- мука гречневая – 500 г
- мука пшеничная – 500 г
- солод – 750 г
- дрожжи – 10 г
- мука пшеничная для закваски – 40 г
- мята сухая – 2 ст. ложки
- вода

1. Муку для закваски развести в стакане теплой воды, добавить дрожжи, дать подойти.
2. Солод развести в 2 стаканах теплой воды. Все три вида муки перемешать в однородную сухую смесь, выложить в стеклянную тару, залить теплой водой с солодом, подливая горячую воду. Воды по объему должно быть в четыре раза больше, чем мучной смеси. Получившееся тесто оставить на 5 ч в теплом месте.
3. Долить в тесто 7 л кипятка, размешать, чтобы не образовывалось комочков, влить подготовленную закваску, добавить мяту.
4. Поставить квас на 12 ч в теплое место. перебродивший квас процедить.

## 522. Квас из свежих ягод

- Ягоды (клубника, земляника, малина) – 1 кг
- сахар – 700–800 г
- лимонная кислота – по вкусу
- дрожжи – 20–30 г
- вода – 10 л

Вымытые ягоды слегка раздавить, залить кипятком. Через 12 ч процедить, добавить сахар, лимонную кислоту и дрожжи, растертые с сахаром. Все тщательно размешать. Посуду прикрыть чистой салфеткой и оставить в теплом месте на 12 ч. Затем разлить квас в бутылки и тщательно закупорить. Квас будет готов к употреблению через 1–2 дня.

## 523. Грушевый квас

- Дрожжи сухие – 3–4 ч. ложки
- мука – 400 г
- груши сухие – 2 кг
- сухая мята
- сахарный сироп – 500 г
- вода

1. Стаканом теплой воды развести сухие дрожжи и муку, поставить опару бродить в теплом месте. Груши залить 2 ведрами (16 л) кипятка, покрыть тканью и дать настояться 4 ч. Настой слить, добавить опару, хорошо размешать, положить сухой мяты, ошпаренной кипятком, дать постоять сутки, процедить и прибавить сахарный сироп.
2. Готовый квас охладить до 10–12 °С, разлить по бутылкам и выдержать на холоде не менее суток. Хранить в прохладном месте.

## 524. Квас брусничный

- Дрожжи сухие – 1 ч. ложка
- мука – 3 ст. ложки

### Для брусничной воды:

- брусника – 500 г
- мед – 100 г
- вода

1. Из брусники отжать сок, мезгу залить 1 л воды, довести до кипения, процедить, охладить и влить в брусничный сок. Сок смешать с медом, поставить на холод на 5–6 суток. Добавить дрожжи и муку и поместить в холодильник. Когда квас забродит и покроется желтовато-серой пеной, его надо тщательно процедить через полотно и залить в большую бутылку, закупорить и поставить на холод на 2–3 недели.
2. В брусничную воду можно добавить 2–3 гвоздики и корицу – на кончике ножа.

## 525. Квас лимонный

- Сахар – 500 г
- лимоны – 4 шт.
- дрожжи – 50 г
- вода – 4 л

Вскипятить воду, добавить сахар, выжатый из лимонов сок, а также цедру, стертую с 2 лимонов мелкой теркой, дрожжи. Тщательно перемешать, разлить по бутылкам, в каждую положить по 3–5 изюминок. Закупорить. Хранить в холодном месте. Квас будет готов через 3 суток.

## 526. Квас свекольно-яблочный

- Свекла столовая – 1,5 кг
- яблоки – 1,5 кг
- вода – 1,5 л

Свеклу вымыть, очистить, нарезать крупными кусками. Яблоки вымыть, нарезать крупными дольками. Уложить нарезанные яблоки и свеклу в стеклянную банку с широким горлом, залить остуженной кипяченой водой и поставить на заквашивание при комнатной температуре. По мере расходования готового кваса банку вновь доливают кипяченой водой комнатной температуры.

## 527. Жженка купеческая

- Коньяк – 100 мл
- ром – 450 мл
- белое полусухое вино – 1 бутылка
- ананас – 100 г
- по 50 г свежего винограда и персиков
- сахар кусочками – 200 г

1. Коньяк, вино и стакан рома смешать, добавить 100 г сахара и нарезанные кусочками фрукты (виноград предварительно проткнуть насквозь) и вскипятить.
2. На кастрюлю, в которой находится полученная смесь, положить решетку, на ней разложить кусочки сахара, и, полив их оставшимся ромом, поджечь. Сахар будет плавиться и стекать в напиток. Жженку пьют в горячем виде очень маленькими порциями.

## 528. Сбитень

- Мед – 500 г
- патока или мед – 700 г
- смесь пряностей (гвоздика, корица, хмель, мята) – 5–10 г
- вода – 6 л

Вскипятить воду. Затем добавить мед, патоку, пряности и все кипятить 30–35 мин. Готовый сбитень разлить по чашкам и пить горячим.

## 529. Сбитень с вином

- Сухое красное вино – 1 л
- мед – 150 г
- на кончике ножа корицы, гвоздики, мускатного ореха

В вино добавить мед и вскипятить. Снять с огня. Затем прибавить гвоздику, корицу, мускатный орех и настоять 30–40 мин. Сбитень процедить и подать горячим.

## 530. Медовуха

- Мед – 750 г
- вода – 3 л
- яичный белок – 1 шт.
- мускатный орех – 5 г
- гвоздика – 2 г
- молотый имбирь – 5 г
- молотая корица – 5 г
- дрожжи – 10 г

1. В кастрюле смешать мед с водой и белком, и варить 1 ч на медленном огне. Когда напиток закипит, добавить имбирь, мускатный орех и корицу.
2. Снять с огня, охладить. Процедить через сито, перелить в стеклянную емкость, добавить дрожжи, размешать, накрыть чистой тканью и поставить в теплое место для брожения на сутки.
3. перебродившую медовуху поставить в холодное место на 5–6 месяцев. По истечении этого срока медовуха готова.



### 531. Настойка на базилике

На 500 мл водки взять 100 г листьев фиолетового базилика. Настаивать 2–3 дня при комнатной температуре. Перед тем как залить базилик водкой, его необходимо промыть в холодной воде, обсушить чистой тканью.

### 532. Настойка чесночная на семенах укропа

На 500 мл водки взять 2–3 зонтика свежего укропа и 10 зубчиков свежего чеснока. Настаивать 2–3 дня при комнатной температуре.

### 533. Настойка с эстрагоном

На 500 мл водки взять 2 веточки эстрагона. Настаивать в течение 1 недели при комнатной температуре.

### 534. Настойка тминная

На 500 мл водки взять 1 ст. ложку семян тмина и веточку мяты. Настаивать в течение 1 недели при комнатной температуре.

### 535. Настойка на семенах кориандра

На 500 мл водки взять 2 ст. ложки размолотых семян кориандра. Настаивать в течение 1 недели при комнатной температуре.

## 536. Наливка малиновая

- Малина – 2 кг
- сахар – 1 стакан

В трехлитровую банку уложить свежесобранную малину и засыпать ее сахарным песком. Накрыть и поставить на солнце. Через 2–3 недели, после того как ягоды полностью покроются рубиновым малиновым соком и вино немного заиграет, поставить банку в темное место. Еще через неделю процедить. По желанию можно закрепить водкой из расчета 1 ст. ложка на  $\frac{1}{2}$  л наливки.

## 537. Вишневая наливка

Вишню поздних сортов помыть, подсушить, засыпать в бутыль примерно на  $\frac{1}{4}$  ее объема. Затем доверху засыпать сахарным песком. Поставить на окно, на солнышко. Когда сахар растворится, вынести в темное прохладное место. Через 2 месяца ягоды отцедить, поскольку косточки содержат синильную кислоту. Подавать к десерту.

## 538. Черносмородиновая наливка

1. Трехлитровую банку заполнить почти доверху черной смородиной. Засыпать сахарным песком – сколько войдет. Влить стакан водки, несколько раз встряхнуть. Поставить банку в теплое место на солнышко. Через 2 недели ягоды покроются соком. Дать постоять на солнце еще неделю. Готовую наливку вынести в темное прохладное место.
2. Когда наливка закончится, снова засыпать банку сахарным песком доверху, чтобы еще раз получить ароматную густую наливку.

При изготовлении вина из плодов и ягод в качестве закваски используются винные дрожжи, приготовленные в специальных лабораториях. Лаборатории обычно расположены при институтах плодородства. Но если у вас нет возможности купить такой винный материал-закваску для вина, сделайте сами. Возьмите ягоды малины или земляники, крыжовника, смородины (любой), сполосните холодной водой, разомните ягоды и добавьте сахар (в пропорции 3:1). Поставьте в темное теплое место на 2–3 дня. Когда ягоды забродят, виноматериал готов. Норма закладки разводки винных дрожжей составляет, как правило, 3 % от всего объема сбраживаемого сусла. В случае если домашняя закваска из свежих ягод не удастся, а это может быть после обильных дождей, когда винные дрожжи смываются с поверхности ягод, а также когда потребуется поставить вино на брожение поздней осенью или зимой (например, вино из рябины), то закваску можно приготовить из изюма или инжира. Для этого достаточно горсть изюма залить 2 стаканами теплого 10 %-ного сахарного сиропа и выдержать при комнатной температуре в темном месте 3–4 дня под ватной пробкой, после чего жидкость отцедить и использовать так же, как обычные селекционные винные дрожжи из свежих ягод. Можно ягоды изюма и инжира целиком опустить в сусло.

Посуду, в которой будет проходить сбраживание, не доливают суслом примерно на  $\frac{1}{3}$ , чтобы в начале процесса при бурном брожении сусло не вылилось через край. Для получения качественного вина посуду (а это обычно стеклянная бутылка), в которой проводят сбраживание, закрывают водяным затвором, по-другому его называют также бродильным шпунтом. Водяной затвор (еще его называют гидравлическим затвором) препятствует попаданию воздуха (а с ним и вредных для вина микроорганизмов) в бутылку, позволяя в то же время свободно выходить из нее выделяющегося при брожении углекислого газа. Простейший самодельный водяной затвор – это подогнанная под горловину бутылки пробка с пропущенным сквозь нее шлангом. Пробка плотно закрывает горловину, один конец шланга сквозь пробку сообщается с пространством под пробкой, а другой свободный конец опущен в сосуд с водой. Выделяющиеся при брожении газы выводятся через шланг и в виде пузырьков через слой воды. Эта же вода препятствует обратному движению и не дает возможности попадать в бутылку воздуху. Водяной затвор, как нетрудно догадаться, является также и индикатором процесса брожения, по нему можно определить, какое идет брожение – бурное или тихое, по нему же устанавливают окончание брожения: как только прекратилось прохождение через слой воды пузырьков газа – брожение закончилось. В магазинах можно приобрести бродильные шпунты промышленного изготовления самых различных конструкций.

## 539. Вино из березового сока

- Березовый сок – 10 л
- лимоны – 3 шт.
- сахарный песок – 2 кг

1. Лимоны вымыть, снять цедру (стереть мелкой теркой), отжать сок. В березовый сок добавить сахарный песок, отжатый лимонный сок, лимонную цедру и винные дрожжи. Поместить все в бутыль, поставить водяной затвор и выдерживать при комнатной температуре в темном месте до конца брожения. Затем снять с осадка, разлить по бутылкам, закупорить и поставить на хранение.

---

---

---

---

---

---

---

---



## 540. Вино из голубики медовое

- Голубика – 4 кг
- сахарный песок – 1,5 кг
- мед (любой) – 300 г
- вода – 4 л

Ягоды голубики перебрать, промыть, размять. Полученную массу вместе с выделившимся соком вылить в чистый десятилитровый баллон, добавить 4 л прокипяченной остуженной воды, накрыть баллон воздухопроницаемой крышкой (тканью, ватным тампоном, двойным слоем марли – для предохранения от мошки) и оставить при комнатной температуре в затемненном месте на 4–5 дней. Збродившую мезгу отфильтровать для отделения сока, мезгу при этом отжать, добавить сахарный песок и растворенный в теплой воде мед, винные дрожжи. Приготовленное таким образом сусло налить в бутыл, позволяющую установить водяной затвор. Поставить в затемненном месте при комнатной температуре, выдержать до тех пор, пока не прекратится брожение. Затем вино слить с осадка, перелить в другой чистый баллон и выдержать в нем еще 1 месяц, но в холодном месте, после чего слить с осадка, разлить в бутылки и укупорить. Хранить вино в холодном темном помещении в горизонтальном положении.

## 541. Вино из груш

**Д**ля приготовления вина можно использовать не десертные, а малосъедобные в свежем виде сорта груш, в том числе и дикие лесные груши.

- Груши – 10 кг
- сахарный песок – 5 кг
- вода – 10 л

Груши вымыть, раздробить (растолочь), добавить 1 кг сахарного песка, залить водой и выдержать 5 дней при комнатной температуре. Затем слить сусло, процедить, отжав жмых, добавить 4 кг сахарного песка, растворив его в небольшом количестве отлитого сусла, добавить винные дрожжи, поставить под водяной затвор. Часть сахарного песка можно заменить медом: от этого вино будет лучше. После окончания брожения вино снять с осадка (это можно проделать 2 или 3 раза), разлить по бутылкам и поставить на хранение.

## 542. Вино из ежевики

- Ежевика – 5 кг
- листья ежевики – 0,5 кг
- сахарный песок – 3 кг
- малина – 5 кг
- вода – 5 л

Ягоды перебрать, листья промыть. В ягоды добавить весь сахарный песок, растолочь, положить листья, винные дрожжи, залить водой и установить под водяной затвор. После окончания брожения снять с осадка, процедить, разлить по бутылкам и поставить на хранение.

### 543. Вино из черноплодной рябины

- *Рябина черноплодная (арония) – 5 кг*
- *красная смородина – 3 кг*
- *сахарный песок – 5–6 кг*
- *вода – 10 л*

Кисти спелой красной смородины перебрать, вымыть, отделить ягоды, добавить 1 кг сахарного песка, все растолочь, добавить винные дрожжи, залить водой и выдержать 5 дней под воздухопроницаемой пробкой. Полученное сусло процедить, добавить в него вымытые и раздробленные ягоды черноплодной рябины, поставить все на сбраживание под водяной затвор. После окончания брожения снять с осадка и процедить, жмых выбросить. Вино выдержать в прохладном месте 2–3 дня, снова снять с осадка, разлить по бутылкам, закупорить и поставить на хранение.

### 544. Вино из шиповника

- *Шиповник (ягоды свежие, сухих ягод берется в 2 раза меньше) – 5 кг*
- *листья и молодые побеги шиповника – 0,5 кг*
- *малина (ягоды спелые) – 1 кг*
- *сахарный песок – 3 кг*
- *вода – 10 л*

Ягоды, листья и побеги промыть, поместить в бутыль. Сахарный песок растворить в кипяченой воде, залить раствором уложенную в бутыль смесь, добавить винные дрожжи, установить водяной затвор и поставить на брожение при комнатной температуре. После окончания брожения снять с осадка, разлить в бутылки, закупорить и поставить на хранение.

# **МОЧЕНЬЯ, СОЛЕНЬЯ И КВАШЕНЬЯ**





*Соленые огурцы, видимо, и были единственной заметной для окружающих слабостью императора. По ведомости 1840 года, Николаю Павловичу ежедневно должны были подавать утром пять соленых огурцов.*

**Л. В. Выходков, «Николай I»**

## Как сделать идеальные заготовки

Сделать полезные заготовки несложно – достаточно заменить уксус на сок красной или белой смородины, крыжовника, томатов, а сахар – на мед. Используйте минимальное количество соли и щадящую тепловую обработку заготовок – горячий розлив, трехкратная заливка кипящим консервирующим раствором и стерилизация.

Для сохранения цвета ягод и фруктов добавляют в банку аскорбиновую кислоту (витамин С) из расчета 5 г аскорбинки на 1 кг продукта. Аскорбиновая кислота способствует быстрому вытеснению из овощей и фруктов воздуха и сохранению тем самым их естественной окраски. Самое красивое варенье естественного цвета получается с добавкой аскорбиновой кислоты. Известен и простой прием сохранения зеленого цвета огурцов: перед консервированием их нужно ошпарить кипятком и тут же обдать холодной водой.

Чтобы овощи и фрукты не растрескивались и сохранили свою форму, перед консервированием их поверхность накалывают вилкой – такой прием рекомендуется при заготовке томатов, крыжовника, фруктов с нежной кожицей.

### Правила при подготовке овощей и фруктов к консервированию

- При обработке белокочанной и краснокочанной капусты перед началом обработки удаляют верхние листья.
- При обработке брюссельской капусты кочанчики срезают со стебля и промывают в холодной воде непосредственно перед консервированием.
- При обработке цветной капусты кочан опускают на 15 минут в подсоленную воду для удаления из нее насекомых. Затем разделяют цветную капусту на небольшие «букеты».
- Капусту кольраби очищают от кожицы и моют.
- У молодых огурчиков срезают только плодоножку, а у крупных огурцов плодоножку следует срезать с кусочком мякоти.
- Томаты моют, сортируют и при необходимости накалывают вилкой в нескольких местах у плодоножки
- У перца, предназначенного для фарширования, делают кольцевой надрез около плодоножки и удаляют ее вместе с семенами. В других случаях перец разрезают вдоль, а затем удаляют плодоножку и сердцевину с семенами.
- Стручки фасоли и гороха перебирают, надламывают концы стручков и удаляют жилки, соединяющие створки. Очень длинные стручки можно разрезать на части.
- Зеленый лук перебирают и промывают.
- У репчатого лука отрезают дно, очищают и моют в холодной воде.
- У лука-порея удаляют верхние листья, в консервировании, как правило, используют белую часть, хорошо ее промывая.
- Шпинат, щавель и зелень перебирают, удаляют корешки и промывают в большом количестве воды.
- Кабачки и баклажаны моют, срезают тонкий слой кожицы (если это необходимо). Крупные кабачки и баклажаны разрезают на куски, у кабачков удаляют семена.

## 545. Моченые яблоки с брусникой

- Яблоки – 20 кг
- брусника (ягоды) – 2 кг
- брусника (листья свежие) – 500 г
- вода – 10 л
- сахар – 2 кг

Яблоки и бруснику вымыть. Уложить яблоки в подготовленную тару плодоножками вверх, пересыпая их равномерно ягодами брусники. Поверх яблок уложить равномерным слоем промытые брусничные листья. Растворить в воде сахар, нагреть ее до кипения, охладить и залить яблоки. Накрыть чистой тканью, положить сверху деревянный кружок, установить гнет и вынести на холод.

## 546. Моченые яблоки с вишней

- Яблоки – 20 кг
- вишня – 3 кг
- вода – 10 л
- сахар – 1 ½ кг

Яблоки вымыть и уложить в подготовленную тару, пересыпая их равномерно спелыми плодами вишни. Растворить в воде сахар, вскипятить, остудить и залить яблоки с вишней. Накрыть чистой тканью, установить гнет и поставить на холод.

## 547. Моченые яблоки с вишневыми листьями

- Яблоки – 20 кг
- вишня (веточки с листьями) – 1 кг
- вода – 10 л
- сахар – 1 кг
- соль – 50 г

Яблоки вымыть и уложить плотно в подготовленную тару плодоножками вверх, равномерно перекладывая их половиной вишневых веточек с листьями. Оставшиеся веточки с листьями заварить 10 л кипятка, добавив сахар и соль. Остывшим раствором залить яблоки, накрыть чистой тканью, положить сверху деревянный кружок и установить гнет, затем вынести на холод.

## 548. Моченые яблоки с крыжовником

- Яблоки – 20 кг
- крыжовник (ягоды) – 3 кг
- душица свежая (травя) – 100 г
- вода – 10 л
- сахар – 1 кг
- соль – 50 г

Яблоки вымыть, уложить в подготовленную тару плодоножками вверх, равномерно перекладывая их вымытыми ягодами крыжовника. Растворить в воде сахар, вскипятить и залить им душицу. Остудить и добавить соль, затем залить яблоки (жидкость выливать вместе с душицей). Накрыть чистой тканью, положить кружок, установить гнет и выставить на холод. Вместо свежей душицы можно использовать вдвое меньшее количество сухой.

## 549. Моченые яблоки с рябиной

- Яблоки – 20 кг
- рябина – 3 кг
- вода – 10 л
- сахар (или мед) – 500 г
- соль – 50 г

Яблоки и спелые ягоды рябины вымыть и уложить в подготовленную тару, равномерно распределяя рябину между яблоками. Растворить в воде сахар (или мед) и соль и охладить, залить яблоки с рябиной, накрыть чистой тканью, положить деревянный кружок, установить гнет и выставить на холод.

## 550. Брусника моченая

**Раствор для мочения (на 1 л воды):**

- 100 г сахара
- 5 г соли
- 1 г корицы
- 1 г душистого перца
- 2–3 гвоздики

Бруснику перебрать, промыть холодной водой, уложить в подготовленную тару, залить кипяченой водой или консервирующим раствором, установить на хранение в прохладное место.

## 551. Брусника, маринованная горячим способом

- Брусника – 1 кг
- сахар – 200 г
- уксус столовый – 150 мл
- перец душистый – 4–5 горошин
- гвоздика – 4–5 горошин
- соль – 1 ч. ложка
- вода – 0,6 л

Бруснику перебрать, промыть, уложить в стеклянные банки. Из воды, уксуса, сахара и соли приготовить маринад, довести его до кипения, добавив предварительно душистый перец и гвоздику. Залить маринадом уложенную в банки бруснику, провести пастеризацию в течение 10–15 мин и закатать крышками.

## 552. Быстрая маринованная капуста «Провансаль»

- Капуста белокочанная – 3 кг
- морковь – 200 г
- перец сладкий красный – 200 г
- лук репчатый – 200 г
- соль – 2 ст. ложки
- сахар –  $\frac{1}{2}$  стакана
- масло растительное – 250 мл
- уксус 6% – 250 мл

1. Капусту очистить от вялых листьев, срезать утолщения, помыть. Нашинковать капусту тонкой соломкой.
2. Морковь вымыть, обсушить, очистить от кожуры. Натереть на терке соломкой.
3. Лук очистить, вымыть, обсушить. Нарезать полукольцами. Положить в дуршлаг и обдать кипятком. Дать стечь воде.
4. Перец очистить от семян и перегородок, помыть, обсушить бумажным полотенцем. Нарезать небольшими кусочками.
5. В капусту добавить соль и сахар, помять руками до выделения сока. Положить в капусту нарезанные овощи, перемешать. Влить в капусту с овощами уксус и растительное масло, еще раз перемешать. Оставить капусту в теплом месте на 4–5 ч. Затем хранить в холодильнике.

## 553. Квашеная капуста с клюквой

Готовую, то есть уже заквашенную, капусту не следует хранить в теплом помещении, иначе она станет мягкой и не будет приятно хрустеть. Подавать к столу квашеную капусту с клюквой можно в натуральном виде или сдабривать подсолнечным маслом, тонко нарезанным репчатым луком и мелко рубленной зеленью.

- Капуста – 3 кг
- морковь – 100 г
- клюква – 100 г
- сахар – 1 ст. ложка
- соль – 75 г
- семена укропа – 10 г
- лавровый лист – 6–8 шт.
- молотый черный перец – по вкусу

1. Для приготовления квашеной капусты с клюквой с кочанов снимите верхние листья: они не понадобятся. Разрежьте капусту на половинки и, удалив кочерыжки, тонко нашинкуйте.
2. Морковь тщательно вымойте щеткой, затем очистите и натрите на крупной или средней терке. Клюкву вымойте, переберите и обсушите, разложив на бумажных полотенцах.
3. Подготовленные капусту и морковь поместите в большую миску. Посыпьте сахаром, солью, семенами укропа и молотым перцем по вкусу. Тщательно перетрите руками, чтобы выделился сок.
4. На дно большой кастрюли емкостью не менее 10 л положите пару лавровых листьев. Затем слоями уложите капусту с морковью, перемежая клюквой и оставшимися лавровыми листочками.
5. Утрамбуйте капусту так, чтобы она дала как можно больше сока. Накройте крышкой или деревянным кружком, сверху поместите тяжелый гнет. Оставьте в теплом месте на 2–3 дня.
6. Через указанное время на поверхности капусты должна появиться пена. Снимите гнет и крышку (деревянный кружок), сделайте в капусте несколько проколов длинным черенком деревянной ложки и оставьте еще на 1 день.
7. Готовую квашеную капусту с клюквой распределите по чистым бан-

кам, слегка утрамбовывая. Закройте обычными пластиковыми крышками и уберите для хранения в прохладное место.

8. В квашеную капусту с клюквой можно добавить немного тмина и тертого свежего корня хрена: это делает вкус

блюда более интересным, а хрен еще и предотвратит заготовку от порчи.

9. Чтобы квашеная капуста с клюквой получилась особенно хрустящей и вкусной, следите, чтобы ее поверхность в процессе приготовления всегда была покрыта рассолом.

## 554. Быстроквашеная капуста с луком

**П**еред квашением у кочанов необходимо снять и удалить наружные зеленые покровные листья, обычно загрязненные и поврежденные. Затем кочаны следует тщательно обмыть.

Количество соли при заготовке ориентировочно определяется из расчета 25 г на 1 кг заквашиваемого продукта (учитывается общий вес капусты и добавляемых в заготовку овощей или фруктов). В быстроквашенной капусте количество соли можно уменьшить до 5 г на 1 кг овощей, но такая заготовка не подлежит длительному хранению.

- Капуста – 5 кг
- лук репчатый – 1 кг
- петрушка (зелень) – 300 г
- чеснок – 100 г
- масло растительное – 200 мл
- соль – 50 г

Капусту (для этой цели можно использовать рыхлые кочаны) нарезать крупными кусками, затем залить крутым кипятком. Пассеровать лук и зелень петрушки на растительном масле. Затем в тару уложить охлажденную капусту, пассерованные овощи, добавить соль и мелко нарезанный чеснок. Положить гнет и оставить при комнатной температуре. На третий день капуста готова.

## 555. Квашеная капуста без соли

- Капуста белокочанная – 1 кочан
- вода – 2 л
- лук репчатый – 1 шт.
- перец сладкий – 1 шт.
- клюква или брусника – 100 г
- нерафинированное подсолнечное масло

1. Капусту нашинковать, залить водой в эмалированной или стеклянной посуде, накрыть тарелкой, придавить грузом и оставить в теплом месте на 3–4 дня. Каждый день нужно пробовать капусту на вкус и немного помешивать. Когда станет достаточно кислой и мягкой – она готова.
2. Слегка отжимая, переложить капусту в банку и поставить в холодильник для хранения. Рассол процедить, перелить в банку и использовать для закваски следующей порции (капуста заквасится гораздо быстрее, если ее залить рассолом).
3. Для подачи к столу квашеную капусту заправить растительным маслом, выложить в большую миску, добавить ягоды клюквы или брусники, кусочки сладкого перца, мелко нарезанный репчатый лук. Можно квасить без соли и другие овощи: морковь, свеклу, сладкий перец... Для этого их нужно нарезать соломкой или кубиками и залить капустным рассолом, оставить на 2–3 дня. Разные виды овощей лучше квасить отдельно, поскольку у них разное время квашения.

## 556. Капуста в медовой заливке

- Капуста – 10 кг
- перец сладкий болгарский – 2 кг
- мед – 500 г
- перец горький – 1 стручок
- вода – 3 л
- соль – 150 г

Капусту крупно нарубить. Перец сладкий нарезать большими кусочками. Все смешать с солью, добавить горький перец (стручок вложить целиком, чтобы потом его легко можно было вынуть). Уложить в тару, развести мед в кипяченой воде и залить этим раствором капусту. Положить гнет и вынести на холод.



## 557. Капуста в свекольном соке

- Капуста – 10 кг
- сливы – 3 кг
- свекольный сок – 500 мл
- перец черный (горошек) – 15 шт.
- гвоздика – 15 шт.
- соль – 200 г

Капусту нарезать большими кусками. Сливы – пополам (резать нужно поперек, тогда кожица не будет заворачиваться). Все соединить, перемешать с солью, добавить перец, гвоздику, плотно уложить в тару и залить соком свеклы. Поставить под гнет и вынести на холод.

## 558. Капуста, квашенная и маринованная с укропом и хреном

- Капуста – 10 кг
- хрен – 300 г
- укроп (зонтики) – 10 шт.

1. Капусту белокочанную очистить, промыть, тонко нашинковать. Хрен очистить и натереть на терке (можно воспользоваться ранее приготовленным). Зонтики укропа вымыть. Капусту смешать с хреном, уложить в банки, перекладывая ее зонтиками укропа. Залить маринадом (на 1 л воды: соль – 50 г, мед или сахар – 100 г, яблочный уксус – 100 г).
2. Капуста будет готова на второй день.
3. Для длительного хранения капусту можно засолить. Тогда на 1 кг капусты следует добавить: соль – 20 г, мед – 50 г, хрен и зонтики (либо семена) укропа, хорошо размешать и туго набить тару до появления сока. Положить гнет и выставить на холод.

## 559. Капуста с медом «Лимонная»

- Капуста – 3 кг
- морковь – 200 г
- свекла столовая – 200 г
- чернослив – 200 г
- вода – 1 стакан
- лимон – 1 шт.
- мед – 100 г
- соль – 20 г (или совсем без нее)

Капусту мелко нашинковать. Морковь и свеклу вымыть, очистить и натереть соломкой. Чернослив тщательно промыть, залить стаканом воды и кипятить не более 2–3 мин, в отвар добавить мед и соль. Соединить чернослив, отвар и подготовленные овощи, добавив мелко нарезанный лимон вместе с кожурой (семена удалить). Уложить все в банку, утрамбовать и поставить на холод.

## 560. Капуста с грушами

- Капуста – 3 кг
- груши – 1 кг
- сахар (или мед) – 200 г
- соль – 15 г
- яблочный уксус – 50 мл

Груши твердых сортов вымыть, разрезать на дольки, удалив сердцевину, но не очищая кожуру, сварить их с сахарным песком, солью и яблочным уксусом. Капусту нарезать крупными кусками и уложить в тару, переслаивая сваренными грушами с сиропом, заливая кипящим раствором (на 1 л воды: соль – 15 г, мед – 200 г, яблочный уксус – 50 г), накрыть воздухопроницаемой крышкой, поставить на холод. Через сутки капуста готова.

## 561. Капуста с кабачками

- Капуста – 2 кг
- кабачки – 1 кг
- морковь – 200 г
- лимон – 1 шт.
- укроп (семена) – 1 ст. ложка

Кабачки вымыть, очистить, удалить сердцевину с семенами, нарезать кусочками. Молодые, неперезревшие кабачки с нежной кожурой можно не чистить и использовать их целиком вместе с семенной камерой. Лимон нарезать кусочками вместе с кожурой, удалив семена. Подготовленные кабачки и лимон пересыпать сахарным песком, выдержать до появления сока и затем нагреть до кипения. Капусту нарезать крупно, морковь

очистить и нарезать кружочками. Смешать капусту, морковь и кабачки с лимоном, добавив 1 ст. ложку семян укропа (не размолотых!), залить все кипящим раствором (на 1 л воды: соль – 15 г, сахар – 100 г) и накрыть воздухопроницаемой крышкой, поставить на холод. Через сутки капуста готова.

## 562. Огурцы, квашенные в капусте

- Капуста – 10 кг
- морковь – 1 кг
- огурцы – 3 кг
- укроп (зонтики) – 100 г
- соль – 25 г на 1 кг овощей

Морковь вымыть, очистить, нарезать и перемешать с нашинкованной капустой. Уложить слоями сначала капусту с морковью, затем ряд огурцов, плотную друг к другу, затем снова слой капусты с морковью и, чередуя слой капусты и огурцов, заполнить тару доверху, добавляя в каждый слой соль и зонтики укропа. Сверху накрыть чистой тканью, положить деревянный кружок и установить гнет. Если через день-два выделившийся сок не покроет овощи, долить консервирующий раствор (на 1 л воды: соль – 50 г, сахар – 200 г). Огурцы для заквашивания по этому рецепту лучше брать мелкие, плотные. Перед засолкой их необходимо вымыть в очень холодной воде.

## 563. Огурцы крепкого засола

Предлагаемый рецепт дает возможность длительного хранения соленых огурцов при комнатной температуре. Огурцы при этом остаются твердыми и хрустящими, не размягчаются при хранении. Особенностью рецепта также является отсутствие каких-либо пряностей.

- Огурцы – 2 кг
- вода – 1,5 л
- соль – 150 г

Огурцы вымыть, плотно уложить в трехлитровую стеклянную банку, разместив их вертикально. Растворить в воде соль, холодным рассолом залить уложенные в банку огурцы, накрыть банку крышкой и поставить на постоянное место хранения. За 5 дней до употребления огурцы вымачивают в холодной воде, доводя их до нужной степени солености.

## 564. Огурцы малосольные ускоренного засола

- Огурцы – 2 кг
- укроп (зонтики) – 20 г
- черная смородина (листья) – 20 г
- хрен (листья) – 20 г
- вишня (листья) – 20 г
- эстрагон – 10 г
- чеснок – 8–10 зубчиков
- вода – 1,5 л
- соль – 75 г

1. Огурцы вымыть и замочить на 2 ч в холодной воде. Зелень промыть, дольки чеснока очистить от шелухи и разрезать на кусочки. На дно банки уложить половину специй, затем плотно уложить огурцы и сверху оставшуюся часть пряностей и чеснока. Растворить в воде соль, вскипятить и кипящим раствором залить уложенные огурцы со специями. Банку накрыть крышкой. Через сутки огурцы пригодны к употреблению. Для ускорения засолки у огурцов срезают кончики и дополнительно плоды накалывают вилкой. При такой подготовке мелкие огурцы засаливаются в течение 12 ч.
2. Малосольные огурцы не подлежат длительному хранению.

## 565. Огурцы малосольные «на белом хлебе»

- Огурцы – 2 кг
- хлеб белый – 200 г
- вода – 1,5 л
- соль – 75 г

Огурцы вымыть, уложить плотно в банку, размещая их по возможности вертикально. Перед этим на дно тары положить белый хлеб, разрезанный на куски. Вскипятить воду, растворить в ней соль, горячим рассолом залить хлеб и огурцы, чтобы они были полностью погружены в раствор. Положить гнет. Через 2–3 дня их можно есть. Огурцы этой засолки необыкновенно вкусны и ароматны.

## 566. Огурцы, засоленные в тыкве

В старых книгах по домоводству и огородничеству встречаются рецепты засолки огурцов в тыкве; при этом отмечается их особенно приятный вкус. Упоминаются два способа засолки. При одном из них оболочка крупной тыквы служит посудой для засолки огурцов: при другом способе засолки заполненные огурцами небольшие выдолбленные тыквы укладывают в кадушку вперемешку с огурцами («россыпью»), добавляют туда же пряности, заливают солевым раствором, накрывают сверху деревянным кружком, кладут гнет и выносят кадушку на холод. Приводимый ниже рецепт пригоден для обоих способов засолки.

- Тыквы
- огурцы – 10 кг
- эстрагон (зелень) – 100 г
- укроп (зелень) – 100 г
- черная смородина (листья) – 100 г
- вода – 5 л
- соль – 400 г

Тыквы небольшого размера вымыть, срезать верхушечную часть (со стороны плодоножки) и выбрать из них семена. Огурцы и зелень промыть. Плотно уложить в выдолбленные тыквы огурцы вперемешку с пряной зеленью, залить рассолом, накрыть тыквы срезанными верхушечными частями и закрепить их с помощью деревянных шпилек либо перевязать суровой ниткой. Уложить в кадушку заполненные и закрытые тыквы верхушечной частью вверх, заполняя пустоты между ними огурцами и пряностями. Растворить в воде соль и залить раствором уложенные в кадушку тыквы и огурцы. Накрыть сверху чистой тканью, положить деревянный кружок и гнет. Рассола должно быть столько, чтобы им был накрыт деревянный кружок. Вес гнета обычно равен  $\frac{1}{10}$  части веса огурцов. Кадушку установить в холодное место, где она должна храниться и после заквашивания огурцов.

## 567. Огурцы, консервированные с овощами

- Огурцы – 1 кг
- тыквы
- морковь – 200 г
- лук репчатый – 200 г
- чеснок – 1 головка
- эстрагон (зелень) – 50 г
- аскорбиновая или лимонная кислота – 5 г
- соль – 25 г

1. Переросшие огурцы вымыть, очистить от твердой тонкой кожицы, освободить от семян, оставшуюся мякоть нарезать соломкой или кубиками. Морковь вымыть, почистить, нарезать так же, как и огурцы. Лук репчатый очистить и нашинковать. Чеснок разобрать на дольки, освободить от шелухи и мелко нарезать. Зелень эстрагона тщательно промыть и измельчить. Соединить все овощи и зелень, пересыпав их солью и добавив аскорбиновую кислоту, оставить на 1 ч до выделения сока. После этого смесь прокипятить в течение 10–15 мин, разлить в банки и закатать.
2. Такую огуречную заготовку можно использовать для приготовления супов, рассольников и всевозможных овощных приправ. Хранить ее можно при комнатной температуре.

## 568. Рулетики из огурцов с зеленью

- Огурцы – 1 кг
- укроп (зелень) – 50 г
- эстрагон (зелень) – 20 г
- чеснок – 1 головка
- черная смородина (листья) – 30 г
- соль – 50 г
- уксус яблочный – 50 мл
- вода – 0,5 л

1. Переросшие огурцы вымыть, очистить от кожицы, удалить семена, мякоть нарезать пластинами вдоль толщиной 1 см. Зелень промыть и измельчить. Чеснок очистить и мелко нарезать. Уложить подготовленные огурцы слоями в тару, пересыпать каждый солью, зеленью и чесноком, залить раствором, установить сверху гнет и выдерживать под ним в течение суток на холоде. Через сутки, когда пластины станут мягкими, свернуть каждую вместе с зеленью в виде рулетика и плотно уложить в стеклянную банку с широ-

ким горлом, дно которой предварительно застелить слоем промытых свежих листьев черной смородины.

2. Уложенные в банку рулетики также укрыть листьями черной смородины и залить оставшимся рассолом, затем установить гнет. В таком виде заготовку поместить в погреб. Для хранения в комнатных условиях рулетики уложить в банки и пастеризовать.

## 569. Томаты с вишневым ароматом

- Томаты – 2 кг
- вишня (веточки с листьями) – 5 шт.
- вода – 1 л
- сахар – 100 г
- соль – 50 г
- лимонная кислота – 3 г

1. Спелые томаты вымыть, наколоть вилкой со стороны плодоножки и уложить в банку вместе с вишневыми веточками (длиной примерно 10 см). Чтобы консервы имели более привлекательный вид, веточки надо уложить вертикально по стенке банки, прижимая их плодами.
2. Сахар, лимонную кислоту и соль растворить в воде и кипящим раствором залить томаты. Поставить на пастеризацию. Банку закатать.

## 570. Томаты, маринованные с луком и сельдереем

Томаты вымыть, наколоть вилкой со стороны плодоножки, уложить в баночки, перекладывая репчатым луком и сельдереем. Если лук мелкий, его следует очистить и использовать целиком,

если же он крупный – красиво нарезать. Все залить кипящим маринадом (на 1 л воды: соль – 50 г, сахар – 100 г, уксус фруктовый – 50 г), пропастеризовать. Банку закатать.

## 571. Томаты и перец с репчатым луком в медовой заливке

- Перец сладкий – 1 часть
- томаты – 1 часть
- лук репчатый – 1 часть

*Для медовой заливки:*

- мед – 1 часть
- уксус яблочный – 1 часть
- вода – 1 часть
- масло растительное – 1 часть
- соль – 50 г на 1 л готовой заливки

Лук репчатый очистить и нарезать кусками. Перец и томаты вымыть, удалив плодоножки. Томаты наколоть вилкой со стороны плодоножки, перец нарезать ножом вдоль плода. Приготовить медовую заливку, довести ее до кипения. Овощи пробланшировать, опуская их на одну минуту в кипящую заливку, и уложить плотно в стерильную банку. Затем залить уложенные овощи кипящей смесью (той же самой, в которой бланшировались овощи), провести пастеризацию в кипящей воде. Банку закатать.

## 572. Томаты в разных соках

*Для заливки:*

- Сок томатный – 1 часть
- сок красной смородины – 1 часть
- сахар – 200 г
- соль – 15 г

1. Томаты спелые вымыть, обдать кипятком, наколоть вилкой со стороны плодоножки, уложить плотно в подготовленные стеклянные банки. Приготовить заливку, довести ее до кипения, залить томаты, банки накрыть крышками, установить в кипящую воду. Пастеризовать литровые банки 15 мин, трехлитровые – 25–30 мин. После этого банки сразу же закатать. По такой же схеме можно приготовить заливку из разных соков: яблочного, виноградного, ежевичного, черноплодной рябины, крыжовника и других ягод.



## 573. Томаты фаршированные пряного сухого засола

Для этой заготовки берутся бурые томаты, т.е. в стадии бланжевой спелости. Лучше использовать плоды с плотной мякотью, мятые не годятся. Томаты вымыть, разрезать пополам, между половинками поместить фарш. Нафаршированные томаты уложить слоями в подготовленную чистую тару, пересыпая каждый слой солью и сахаром, накрыть чистой тканью, установить гнет и вынести на холод. На 1 кг томатов требуется 2 ст. ложки соли и 2 ст. ложки сахарного песка. Смесь для фарширования готовится по следующему рецепту:

- Лук репчатый – 1 часть
- петрушка (зелень) – 1 часть
- душица (зелень) – 1 часть
- эстрагон – 1 часть
- чеснок – 1 часть
- перец красный горький – по вкусу

Лук репчатый очистить и мелко нарезать. Свежую зелень тщательно промыть, отжать и мелко нарезать. Чеснок очистить и размять. Все соединить, перемешать, посолив по вкусу. Соль для фарша учитывается в общем количестве соли, требуемой для заготовки.

## 574. Томаты с гроздьями рябины

- Томаты – 2 кг
- рябина (гроздь) – ½ кг
- вода – 1 л
- сахарный песок – 100 г
- соль – 30 г
- яблочный уксус – 50 мл

Томаты вымыть, наколоть вилкой со стороны плодоножки, уложить в банку вместе с промытыми гроздьями рябины. Развести в воде сахарный песок, соль и уксус, кипящим раствором провести трехкратную заливку. Банку закатать.

## 575. Томаты квашеные

- Томаты – 10 кг
- вишня (веточки) – 500 г
- сельдерей (зелень) – 200 г
- эстрагон (веточки) – 200 г

Томаты вымыть, наколоть вилкой, уложить плотно в тару рядами, перекладывая их пряностями. Залить раствором (на 1 л воды: соль – 70 г, сахарный песок или мед – 100 г). Накрыть сверху чистой тканью и положить гнет, затем выставить на холод для хранения.

## 576. Томаты, квашенные в капусте

- Томаты спелые – 1 часть
- капуста белокочанная – 2 части
- соль – 25 г на 1 кг овощей

Красные плотные томаты вымыть и наколоть вилкой со стороны плодоножки. Капусту, удалив верхние загрязненные листья, мелко нашинковать. Уложить в тару для заквашивания слой капусты, на него слой томатов плодоножками вверх, вплотную друг к другу. Укрыть томаты слоем капусты, на него снова поместить томаты и в таком порядке заполнить всю емкость. Каждый слой пересыпать солью и добавить по вкусу зелень сельдерея, листья мяты, вишни, черной смородины и кусочки горького острого перца. После этого накрыть чистой тканью, положить на нее деревянный кружок и установить гнет. На второй день, если выделившийся сок не покрывает овощи, увеличить груз. Если и это не поможет, долить консервирующий раствор. Его готовят, разведя в 1 л воды 50 г соли и 200 г сахарного песка. Вместо сахарного песка можно использовать 3–4 ст. ложки меда.

## 577. Баклажаны маринованные

- Баклажаны – 3 кг
- томаты – 2 кг
- чеснок – 200 г
- базилик – 200 г
- мед – 200 г
- уксус яблочный или виноградный – 200 мл
- соль – 50 г

Баклажаны нарезать кружочками и отварить в подсоленной воде (1 ст. ложка на 1 л воды). Томаты нарезать кружочками, чеснок и базилик – мелко порубить. Уложить все в эмалированную кастрюлю слоями, пересыпая томаты и баклажаны чесноком и базиликом. Смешать мед, уксус, масло и соль, залить овощи, дать им постоять 1 ч. Поставить на огонь, довести до кипения и варить 30 мин. Кипящую массу разлить в стерилизованные банки и закатать крышками.

## 578. Овощное ассорти с баклажанами в медовом маринаде

Эта овощная заготовка отличается не только необычным маринадом, но и способом консервирования.

**Для заливки:**

- Мед – 1 стакан
- яблочный уксус – 1 стакан
- масло растительное – 1 стакан
- соль – 1 ч. ложка

Рекомендуемый набор овощей (берутся в равных весовых частях): баклажаны, лук репчатый, томаты, перец сладкий.

Овощи вымыть, крупно нарезать. Лук репчатый предварительно очистить от шелухи, сладкий перец освободить от семян. Мед, яблочный уксус и растительное масло смешать, добавить соль, довести до кипения. В этом маринаде пробланшировать подготовленные овощи, погружая их не более чем на 1 мин в кипящий раствор и укладывая сразу в простерилизованные стеклянные банки. Затем овощи залить кипящим маринадом, накрыть банки крышками, поставить на пастеризацию в кипящую воду, после чего крышки сразу же закатать.

## 579. Кабачки или патиссоны, моченные с яблоками

**На 1 л рассола:**

- 15 г соли
- 30 г сахара, если есть 10 г ржаной муки. Сахар можно заменить медом

Мелкие кабачки и яблоки вымыть, уложить в бочку или стеклянную тару, добавить листья черной смородины, вишни и лимонника. Затем залить рассолом все овощи до верха. Поставить под гнет и вынести в прохладное место.

## 580. Кабачки или патиссоны чесночные с укропом

Мелкие кабачки или патиссоны вымыть, обдать кипятком. После того как остынут, уложить в тару. Каждый слой кабачков пересыпать чесноком и пере-

ложить зонтиками укропа (укроп можно заменить тмином). Затем залить раствором (на 1 л воды 60 г соли). Поставить под гнет и вынести на холод.

## 581. Кабачки квашеные

- Кабачки – 1 кг
- морковь – 400 г
- чеснок – 200 г
- соль – по 20 г на каждый килограмм овощей

1. Кабачки вымыть, нарезать крупными кусками, бланшировать 1 мин. Морковь вымыть, почистить, нарезать кружочками и бланшировать 1 мин. Чеснок очистить, мелко нарезать.
2. В сухую чистую тару уложить слоями кабачки, морковь, чеснок. Каждый слой пересыпать солью. Поставить под гнет в прохладное место.

## 582. Патиссоны, консервированные с укропом

- Патиссоны – 2 кг
- вода – 1,3 л
- фруктовый уксус – 100 мл
- укроп (зонтики) – 5 шт.
- сахар – 200 г

1. Мелкие плотные патиссоны пробланшировать в течение 1 мин в кипящей воде и уложить плотно в банку вместе с зонтиками укропа. Приготовить консервирующий раствор из воды, фруктового уксуса и сахарного песка, нагреть его и кипящим раствором залить уложенные овощи, накрыть крышкой и поставить на пастеризацию в кипящей воде, погрузив банку по плечики. Пастеризовать трехлитровые банки 20–25 мин, литровые – 10–15 мин, пол-литровые – 5–7 мин, сразу же после пастеризации закатать их крышками и установить вверх дном на ткань для остывания.
2. По этому же рецепту консервируются кабачки. Для заготовок лучше взять мелкие, плотные кабачки.

## 583. Тыква маринованная

Для маринования лучше использовать плоды со светлой мякотью. Тыкву вымыть, очистить от кожуры, освободить от семян и волокон семенной камеры, нарезать кусочками одинакового размера, плотно уложить в стерильные банки вме-

сте с пряными травами, залить кипящим маринадом (на 1 л воды: соль – 5 г, сахар или мед – 100 г, уксус фруктовый – 100 г), поставить на пастеризацию в кипящую воду, накрыв стерильными крышками. После пастеризации сразу же закатать.

## 584. Репка, маринованная с медом

**Д**ля этого рецепта следует взять неповрежденную, недавно снятую с грядок репу. Дряблые, «лежалые» плоды для этой цели не годятся. По этому же рецепту можно приготовить и брюкву, предварительно нарезав кусочками.

*Для заливки (на 1 л воды):*

- мед – 200 г
- соль – 50 г
- яблочный уксус – 100 мл
- гвоздика – 3 шт.
- молотый мускатный орех – 1 ч. ложка

1. Репу хорошо вымыть, срезать у нее верхушку (хвостик оставить!), уложить в тару и залить охлажденным раствором.
2. Раствор прокипятить, охладить и залить им репу. Через неделю можно есть. Хранить на холоде.

## 585. Икра овощная с репой и петрушкой

- Репка – 300 г
- морковь – 300 г
- лук репчатый – 300 г
- петрушка (коренья) – 300 г
- масло растительное – 150 мл
- соль – по вкусу

Репу, лук, морковь и коренья петрушки почистить, мелко нарезать, пассеровать на растительном масле, перевернуть на мясорубке, посолить и перемешать.

## 586. Свекла пряная

- Свекла столовая – 2 кг
- яблочный сок – 1,5 л
- кориандр (семена) – 10 г
- сахар – 100 г
- соль – 20 г
- яблочный уксус – 100 мл
- гвоздика – 5 шт.
- мускатный орех – 1 ч. ложка

Мелкую темно-окрашенную свеклу вымыть, отварить, очистить и нарезать крупными кусками. В яблочном соке растворить сахар, соль. Уложить свеклу в банки, добавить в них пряности, залить кипящим соком, накрыть банки крышками и поставить на пастеризацию. Затем закатать.

## 587. Морковь соленая

- Морковь – 2 кг
- вода – 1,2 л
- соль – 100 г

Морковь вымыть, очистить, уложить плотно в стеклянную трехлитровую банку и залить крепким солевым раствором (примерно 100 г соли на 1 л воды). Накрыть полиэтиленовой крышкой и поставить на хранение в прохладное место.

## 588. Морковь маринованная

Морковь вымыть, очистить, нашинковать, уложить в прокипяченные стеклянные банки, добавив по вкусу семена укропа, лавровый лист и горький стручковый перец, залить кипящим консервирующим раствором (на 1 л воды

50 г соли, 100 г сахарного песка и 50 г яблочного уксуса) и поставить банки в кипящую воду на пастеризацию. Пастеризовать литровые банки 15 мин, пол-литровые 7–10 мин и затем сразу же закатать крышками.

## 589. Лук-севок в маринаде с медом

- Лук-севок – 2 кг
- уксус фруктовый – 200 мл
- мед – 200 г
- вода – 1 л
- соль – 50 г

Лук очистить, уложить в простерилизованные пол-литровые банки, залить кипящим маринадом. Пастеризовать в кипящей воде 10 мин и закатать крышками.

## 590. Лук зеленый квашеный

- Лук зеленый – 1 кг
- соль – 50 г

1. Срезанные перья лука перебрать, удалив засохшие, вялые и поврежденные вредителями или болезнями, промыть и нарезать кусочками длиной 2–3 см, затем плотно уложить слоями в стеклянную банку, пересыпая солью. Сверху положить кружок и гнет. Через сутки проследить, чтобы зелень была покрыта выделившимся рассолом. Если этого не произойдет, необходимо увеличить гнет либо добавить небольшое количество кипяченой охлажденной воды. Засаливается зеленый лук в течение 2–3 недель. Употребляется в салаты, первые блюда, как приправа к мясным и рыбным блюдам, для бутербродов.
2. Засаливать можно перья любых сортов лука – и однолетних, и многолетних, но последние намного ароматнее.

## 591. Чеснок сухого засола

- Чеснок – 1 кг
- соль – 300 г

Чеснок вымыть, головки разделить на дольки, очистить от шелухи и пропустить через мясорубку. Молотый чеснок смешать с солью и уложить в банки, лучше маленькие, емкостью не более 200 г. Закрыть крышками. Хранить можно при комнатной температуре.

## 592. Чеснок соленый в заливке

- Чеснок – 2 кг
- вода – 1,3 л
- соль – 100 г

Чеснок вымыть, головки освободить от «донышек», снять шелуху и уложить в банки. Залить холодным солевым раствором, банку закрыть крышкой. Такой чеснок может храниться очень долго даже при комнатной температуре. Используют его вместо свежего для ароматизации блюд.

## 593. Хрен столовый

- Хрен – 500 г
- сахар – 30 г
- уксус фруктовый – 50 мл
- вода – 200 мл
- соль – 5 г

Корни хрена промыть, очистить и натереть на мелкой терке. Добавить кипяченую воду, соль, сахар и уксус, размешать и уложить в чистую банку. Накрыть крышкой и поместить в холодильник для хранения. Если полученный продукт покажется «сухим», добавить кипяченой воды, доведя приправу до нужной консистенции.

## 594. Хрен с крыжовником

- Хрен – 250 г
- крыжовник – 250 г
- сахар – 100 г
- вода – 100 мл

Крыжовник вымыть и пропустить через мясорубку. Хрен вымыть, очистить и натереть на терке. Смешать хрен и крыжовник, добавить воду и сахар, уложить в банку, накрыть крышкой и поставить на хранение в холодильник.



## 595. Заправка для щавелевых щей

- Щавель – 1 кг
- укроп – 10 г
- лук зеленый (лучше шнитт-лук) – 200 г
- вода – 1 стакан

Всю зелень нарезать, поместить в кастрюлю, добавить воду, довести до кипения и сразу разлить в стерильные пол-литровые банки. Эта заготовка делается без соли.

## 596. Грибы белые маринованные

Для маринования используют молодые, плотные, неперезревшие грибы. Их нужно перебрать, очистить от мусора и земли, тщательно промыть в холодной воде, отварить, затем отвар слить, грибы сполоснуть питьевой водой, залить маринадом и варить на медленном огне, пока не осядут на дно, затем разлить в стерильные банки и сразу же закатать крышками. Маринад можно приготовить по следующим рецептам:

- 1. Вода – 1 л
- уксус натуральный – 100 мл
- соль – 50 г
- 2. Вода – 1 л
- уксус яблочный – 200 мл
- соль – 50 г
- сахар – 100 г
- Цедра лимонная измельченная – 1 ч. ложка
- эстрагон (зелень свежая) – 2–3 веточки.
- Перец черный (горошек) – 5 шт.
- укроп (зонтики) – 2–3 шт.

В маринад перед варкой грибов необходимо добавить 2–3 вида пряных специй. Приведем несколько вариантов на 1 л маринада:

- Лавровый лист – 1 шт.
- перец черный (горошек) – 5 шт.
- перец душистый (горошек) или гвоздика – 3 шт.

Чтобы получить маринованные грибы с хвойным ароматом, вместо пряностей в маринад нужно добавить веточку (молодую) ели или сосны. Вместо пряных специй можно также вложить на 1 л маринада 3–5 молодых листочков черной смородины либо 8–10 молодых вишневых листьев.

## 597. Вешенки маринованные

Мариновать лучше непереросшие, не развернувшиеся грибы. Мелкие используют целиком, крупные нарезают в виде лапши. Вешенки перебрать, очистить от мусора и земли, тщательно промыть,

залить маринадом, добавить выбранный по вкусу набор специй и варить, пока грибы не осядут на дно. Затем кипящую массу разлить в стерильные банки и закатать.

# **ВАРЕНЬЯ, ЦУКАТЫ, ПАСТИЛА И СМОКВА**



**При варке любого варенья** не следует мешать его ложкой, так как ягоды или фрукты от этого мнутся, а для того, чтобы оно равномернее варилось и сироп не пригорал ко дну, таз нужно потряхивать за ручку или за край.

**Сиропы, варенья, желе и кисели из красных ягод** надо варить в медной или эмалированной посуде, иначе они потеряют цвет.

**В меру зрелые, без следов порчи ягоды и фрукты для варенья надо перерабатывать в день сбора.** Желательно собирать ягоды в ясный, сухой, а не дождливый день. Варят ягоды и фрукты различными способами, но главные правила следующие.

**Сироп – воду с сахаром – варить на медленном огне до загустения.** Готовность сиропа проверяется следующим образом: остуженный сироп должен стекать по ложке, оставляя неширокую полосу. Сняв накипь, всыпать в сироп ягоды, потряхивая тазик. Поставить посуду с ягодами на огонь, дать раза три вскипеть, каждый раз снимая таз с вареньем с огня, чтобы собрать пенку. Доваривать варенье на малом огне.

**В готовом варенье ягоды становятся прозрачными,** сироп загустевает, и при остывании на его поверхности появляется тонкая пленочка. Кислые ягоды – смородину, барбарис и прочие – варят недолго. На 400 г ягод берется обычно 600 г или 800 г сахара. Из экономии лучше брать 600 г на 400 г ягод, однако в таком варенье на меньшее количество сахара получается меньше сока, и ягоды не имеют привлекательного вида и не напитываются сиропом. Кроме того, варенье с меньшим количеством сахара может закиснуть, и тогда в готовый продукт придется добавлять сахар, что отнимет у варенья хороший вид и цвет.

**Для приготовления сиропа для варенья** следует взять два стакана сахарного песка и 1½ стакана воды, вскипятить, снять накипь, вылить в чистую миску и выставить на холод на сутки. На другой день осторожно слить сироп в кастрюлю, уварить его до густоты и всыпать ягоды.

**Пробовать варенье надо чистой ложкой,** которую ни в коем случае не используют во время варки варенья и раскладывания по банкам – и из соображений гигиены, и чтобы варенье не закисло. Горячее варенье не следует сразу же разливать по банкам, так как ягоды всплывают наверх, а сок остается на дне. Надо перелить варенье в фаянсовую посуду, дать остыть и ни в коем случае не оставлять в медном тазу.

**Горячее варенье не прикрывают крышкой,** потому что поднимающийся пар конденсируется и в виде капель падает обратно в таз с вареньем, что насыщает его излишней влагой и может стать причиной плесени и скорой порчи заготовки. Если непременно надо закрыть варенье, например, от мух, то лучше прикрыть марлей или полотенцем, которое к тому же впитает излишнюю влагу.

Когда варенье кипит ключом, накипь следует осторожно снимать ложкой, стараясь не помять ягоды и не мешая варенье. Во время варки таз с вареньем часто встряхивают, следя за тем, чтобы сироп покрывал все ягоды. Варить варенье надо в медной или эмалированной посуде, от которой не портится цвет заготовки.

**Переваренное варенье может засахариться**, тогда надо влить в банку ложку холодной воды, поставить в кастрюлю, наполненную холодной водой, и прогревать на медленном огне до тех пор, пока варенье не растает.

**Недоваренное варенье может закиснуть**, в этом случае варенье доваривают, посыпав сахарным песком, до тех пор, пока не исчезнет накипь с варенья.

**Раскладывают варенье по небольшим пол-литровым баночкам**, так как в большие банки при разливе варенья попадает воздух, и оно скоро портится.

**Банки закрывают жестяными, полиэтиленовыми или стеклянными крышками**, предварительно прошпаренными кипятком, под которые, на поверхность варенья, следует положить кружок бумаги, намоченный в роме. На банке пишется вид варенья, год заготовки и номер банки.

## 598. Варенье абрикосовое

- Абрикосы – 1 кг
- сахар – 1 кг
- вода – 200 мл

Спелые, но твердые абрикосы вымыть, не разрезая, удалить косточки (вынуть шпилькой или вытолкнуть палочкой, не разрушая плода). Косточки прокалить в духовке, разогретой до 200°, в течение 5 мин, затем, расколов, вынуть ядра и вложить их по одному в каждую ягоду. Из сахарного песка и воды сварить сироп, кипящим залить подготовленные абрикосы и оставить до охлаждения. После этого снова довести до кипения и сразу же снять с плиты. Остудить. Поставив холодную массу еще раз на огонь, доварить варенье до готовности, когда абрикосы станут прозрачными, а сироп густым. Готовое варенье в горячем виде расфасовать в стерильные банки и закатать. Вместо абрикосовых ядрышек в ягоды можно поместить ядра фундука или грецких орехов.

## 599. Варенье из айвы

- Айва – 1 кг
- сахар – 1 кг
- вода – 500 мл

Айву вымыть, разрезать, вынуть семенную камеру с семенами, которую залить водой и варить 30 мин, затем остудить и процедить. Полученным отваром залить нарезанную кусочками мякоть айвы, нагреть до кипения и варить 10 мин, после этого добавить сахар и варить на медленном огне, пока айва не станет темно-красного цвета. Закатать в прокипяченные банки. Отметим, что семена айвы содержат пектины, очень полезные для здоровья, и варенье получается желеобразным. Его применяют при кашле, охриплости, простуде.

## 600. Варенье вишневое

- Вишня – 1 кг
- вода – 200 мл
- сахар – 800 г
- лимонная или аскорбиновая кислота – 5 г

Это варенье можно приготовить с косточками и без них.

**Варенье с косточками.** Вишню опустить на 1 мин в кипящую воду, откинуть на дуршлаг и тут же опустить в кипящий сироп, дать постоять и, как только вишня выделит сок, поставить на огонь и варить 10 мин, затем кипящее варенье разлить в прокипяченные баночки и закатать. Такое варенье сохраняет вкус, цвет и запах и никогда не засахаривается.

**Приготовление сиропа:** в кипящую воду небольшими порциями высыпать сахар и лимонную или аскорбиновую кислоту (витамин С). Как только сахар растворится, сироп готов.

**Вишневое варенье без косточек.** Отделить вишню от косточек и тут же опустить в кипящий сироп (см. выше), варить 10 мин, затем расфасовать кипящее варенье в прокипяченные баночки, закатать.

## 601. Вишня – «пятиминутка»

- Вишня – 1 кг
- сахар –  $\frac{1}{2}$  кг

Вишню перебрать, промыть, освободить от плодоножек, вынуть косточки, уложить в кастрюлю, пересыпав сахарным песком, выдержать 4–5 ч (для выделения сока), поставить на медленный огонь и, доведя до кипения, прокипятить 5–7 мин, перемешивая, чтобы не подгорала. В кипящем виде разлить вишню с сиропом в простерилизованные банки и закатать прокипяченными стерильными крышками.

## 602. Варенье грушевое с лимоном

- Груши – 1 кг
- сахар – 1 кг
- лимон – 1 шт.
- вода – 200 мл

Груши вымыть, очистить, освободить от сердцевин с семенами, нарезать крупными дольками. Лимоны вымыть, нарезать кружочками, удалить семена. Лимонные кружочки залить кипятком, проварить в течение 3 мин, отвар слить и приготовить на нем сахарный сироп. Кипящим сиропом залить подготовленные груши и лимонные дольки, выдержать в течение часа, затем поставить на медленный огонь и сварить до готовности, пока кусочки груш не станут прозрачными. Горячее варенье разлить в стерильные баночки и закатать.

## 603. Варенье из ежевики

- Ежевика – 1 кг
- листья ежевики – 100 г
- сахар – 1 кг
- вода –  $\frac{1}{2}$  л
- аскорбиновая или лимонная кислота – 5 г

Ежевiku собрать, удалить чашелистики. Сварить отвар из 500 г воды, 100 г листьев ежевики, проварив листья 20 мин. Отмерить 1 стакан отвара и на нем сварить сироп из 1 кг сахарного песка. В полученный сироп опустить ежевику и оставить до выделения сока, затем добавить туда 5 г лимонной или аскорбиновой кислоты и поставить варенье на доваривание мин на 10. Кипящее варенье разлить в прокипяченные баночки и закатать. Такое варенье очень полезно больным и ослабленным.

## 604. Варенье из земляники садовой (клубники)

- Земляника – 1 кг
- сахар – 1 кг
- лимонная или аскорбиновая кислота – 5 г
- сок красной свеклы – 50 мл

Для приготовления варенья годятся сорта с темно-окрашенной мякотью. Землянику промыть холодной водой и пересыпать сахарным песком (на 1 кг земляники 200 г сахарного песка). Когда выделится сок, добавить 3 г лимонной или аскорбиновой кислоты (кислота вытесняет воздух из ягод, и они прекрасно сохраняются). Из части выделенного сока и оставшегося сахарного песка сварить сироп, добавить в него 50 г сока красной свеклы и залить им землянику, дать постоять варенью до остывания. Затем поставить на огонь, довести до кипения, проварить 5 мин и сразу разлить в прокипяченные баночки, закрыть крышками.

Если ягоды сочные и сиропа выделилось очень много, отлейте его и используйте для варки последующих заготовок.

## 605. Варенье «Изумруд» из крыжовника

- Крыжовник – 1 кг
- сахар – 1 кг
- вишня (листья) – 100 г
- водка – 50 мл
- лимонная кислота – 1 ч. ложка
- ваниль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки

Из недозрелого зеленого крыжовника, пока его семена нежные, невызревшие, получается прекрасное изумрудное варенье. Когда семена не ощущаются на вкус, вынимать их не надо. Если же они сформировались, крыжовник следует надрезать сбоку и вынуть семена, залить его очень холодной водой и поставить в холодное место на 5–6 ч, затем воду слить. Крыжовник сполоснуть. Для сиропа взять свежие листья вишни, залить небольшим количеством воды, положить 1 ч. ложку лимонной кислоты, прокипятить на медленном огне 10 мин, процедить. На отваре из листьев сварить сироп: 1 стакан отвара на 1 кг сахара, добавить в него водку и ваниль. Кипящим сиропом залить ягоды, дать настояться до выделения сока, затем поставить на огонь и варить 10 мин. Кипящее варенье разлить в стерильные баночки и закатать.

## 606. Варенье из малины

- Малина – 1 кг
- сахар – 700 г
- лимонная кислота – 5 г
- сок красной свеклы – 50 мл

Малину пересыпать сахарным песком (на 1 кг ягод 200 г сахарного песка) и дать выделиться соку. Часть малинового сока слить и сварить на нем сироп из оставшегося сахарного песка, залить кипящим сиропом малину, добавить сок красной свеклы, лимонную кислоту и поставить на медленный огонь. Готовить еще 10 мин, затем кипящее варенье разлить в баночки и закрыть крышками.

Свекольный сок сохранит витамины в варенье и придаст ему яркий сочный цвет. Вместо свекольного сока малиновое варенье можно сварить на соке красной смородины. Для этого в сироп следует добавить 1 стакан свежееотжатого сока смородины.



## 607. Варенье из гранатной рябины

- Рябина гранатная – 1 кг
- сахар – 700 г
- вода – 200 мл
- лимонная кислота – 5 г

Гранатную рябину освободить от веточек, пробланшировать в кипящей воде в течение 1 мин, залить кипящим сиропом, сразу же поставить на огонь, довести до кипения, варить на тихом огне 20 мин, затем разлить в стерильные банки, закатать.

## 608. Варенье из клюквы с грецкими орехами

- Клюква – 1 кг
- орехи (ядра) – 200 г
- сахар – 1 кг

Сахар залить стаканом воды и сварить сироп. Ядра грецких орехов проварить в кипящей воде в течение 30 мин и откинуть на сито, чтобы стекла вода. Клюкву перебрать, промыть, залить сиропом, добавить отваренные ядра орехов и варить все до готовности на медленном огне.

## 609. Варенье из алычи

- Алыча – 1 кг
- сахар – 1 кг
- вода – 1 стакан

Алычу вымыть, наколоть вилкой и пересыпать сахарным песком. Из сахарного песка сварить сироп, залив сахар стаканом воды. Сваренным сиропом залить подготовленную алычу, выдержать 2 ч и затем на медленном огне сварить в один прием.

## 610. Варенье из слив

- Сливы – 1 кг
- сахар – 1 кг

Для варенья лучше брать сливы с плотной мякотью и легко отделяемой косточкой. Сливы вымыть, обдать кипятком и сразу же холодной водой. Затем, разрезав пополам поперек (тогда кожица не будет заворачиваться), удалить косточки, пересыпать половинки слив сахарным песком и после отделения сока поставить на огонь. Доведя до кипения, убрать с огня, охладить, затем вновь нагреть до кипения и опять отставить. Проведя 2–3 таких приема и убедившись, что при очередном сеансе варки сливы стали прозрачными, а сироп густым, варенье в горячем виде расфасовать в простерилизованные стеклянные банки и закатать.

## 611. Варенье из ревеня

- Ревень – 1 кг
- сахар – 1 кг
- вишня (листья) – 100 г
- вода – 200 мл

Молодые черешки ревеня промыть и нарезать кусочками, длина которых должна быть равна ширине черешков. Из сахарного песка и 1 стакана воды сварить сироп, добавив в него 50 г (горсть) вишневых листьев. Когда сахар полностью растворится, вишневые листья необходимо вынуть, а кипящим сиропом залить подготовленные кусочки ревеня. Остудив массу, добавить в нее 50 г свежих вишневых листьев, нагреть до кипения и варить до готовности, пока черешки не станут прозрачными, а сироп густым. Горячее варенье расфасовать в стерильные банки и закатать. Варенье с запахом вишневых листьев вам понравится.

## 612. Варенье из лепестков розы (шиповника)

- Лепестки розы – 500 г
- сахар – 1 кг
- лимонная кислота – 5 г
- вода – 200 мл

Свежесобранные лепестки роз плотно уложить в стеклянную банку, пересыпая сахарным песком. Когда их накопится достаточно для приготовления варенья, сварить сироп из воды, сахарного песка и лимонной кислоты. Опустить в горячий сироп все лепестки, прокипятить в течение 5 мин. Горячее варенье разлить в прокипяченные банки и закатать.

## 613. Варенье из цветов одуванчика

Собрать цветы одуванчика и тут же отделить от зеленых корзиночек, оставив только желтые лепесточки. Залить их крутым кипятком, добавить нарезанный кусочками лимон, поставить на огонь и кипятить

15 мин на медленном огне, затем остудить и процедить. Смешать отвар одуванчика с таким же количеством сахарного песка (по объему), кипятить еще 10 мин, затем сразу же расфасовать в маленькие баночки.

## 614. Брусника в калиновом желе

Ягоды калины вымыть, протереть через сито, смешать с сахарным песком в пропорции 1:1. Приготовленной смесью залить промытые ягоды брусники,

чтобы они были полностью погружены в сироп, и поместить в холодильник. Через 2–3 дня вкусное лакомство и целебное средство будет готово к употреблению.

## 615. Сливы в желе

- Сливы – 1 кг
- сахар – 300 г

Для этого вида заготовок пригодны сливы любого сорта. Сливы вымыть, вынуть косточки (но можно и не вынимать), пересыпать сахарным песком, плотно уложить в один слой на противень и поставить в нагретую до 250 °С духовку (или в русскую печь). Смесью довести до кипения (масса должна закипеть по всей поверхности), разлить в стерильные банки и закатать стерильными крышками.

## 616. Крыжовник в желе

- Крыжовник – 1 кг
- сахар – 300 г

Для заготовки лучше использовать зеленый, недозревший крыжовник (когда зерна у ягод еще не вызрели, а ягодная мякоть уже нежная, пригодная для переработки). На чистый противень уложить вымытые ягоды крыжовника, засыпать их сверху сахарным песком и поместить в горячую духовку. Нагреть массу до кипения и выдержать еще 20 мин. Затем кипящую массу прямо с противня залить в простерилизованную банку и закатать крышкой.

## 617. Повидло из малины

1. Для приготовления повидла используют как садовую, так и лесную малину. Отобранные крепкие, свежие, вполне созревшие ягоды перебрать, удаляя плодоножки и посторонние примеси – листочки, веточки и др. Ягоды раздавить и полученную массу процедить через частое сито для удаления семечек. Удалить семечки необходимо потому, что они придают готовому повидлу непривлекательный внешний вид, а при варке на сильном огне легко пригорают.
2. Процеженную массу выложить в таз, добавить на каждый килограмм по 600 г сахара и варить вначале на умеренном, а затем на слабом огне, постоянно помешивая. Готовое повидло снять с огня и в горячем

виде расфасовать в банки. При варке этим способом получается очень нежное повидло светло-малинового цвета. В нем сохраняются вкус и аромат свежей малины. Повидло из малины можно приготовить и без удаления семечек. При этом способе приготовления перебранную малину поместить в таз, добавить на 1 кг малины  $\frac{1}{4}$  стакана воды и 600 г сахара и уваривать на умеренном огне до готовности, как и при приготовлении других видов повидла. Полученное этим способом повидло имеет более темный цвет, так как семечки при варке становятся коричневыми.

3. Повидло из малины хранят в прохладном, сухом и проветриваемом помещении.

## 618. Повидло из земляники

1. Повидло готовят как из садовой, так и из лесной земляники. Земляничное повидло отличается приятным вкусом и тонким ароматом. Для приготовления повидла отбирают вполне созревшие, интенсивно окрашенные, чистые и крепкие ягоды. Ягоды перебрать, промыть несколько раз проточной водой для полного удаления частиц пыли, земли и песка.
2. Промытые ягоды выложить в таз, добавить на 1 кг ягод  $\frac{1}{4}$  стакана воды и 600 г сахара, уваривать вначале на умеренном, а затем на слабом огне, постоянно помешивая деревянной лопаткой. Варку прекратить, когда лопатка начнет оставлять след на дне посуды.
3. Для получения повидла высокого качества применяют следующий способ. Перебранные ягоды земляники раздавить, поместить в таз, добавить в них немного воды (на 1 кг ягод  $\frac{1}{4}$  стакана воды) и варить до полного размягчения. Полученную массу протереть через сито для удаления семечек и других твердых частей (недозрелых, твердых, почерневших частей ягод и др.). Протертое пюре уваривать с добавлением сахара по описанному уже способу (на 1 кг пюре добавляют 300 г сахара). Готовое повидло расфасовать в чистые и сухие банки, охладить, покрыть кружком пергаментной бумаги и закрыть крышками.

## 619. Джем морковно-апельсиновый

- Морковь – 1 кг
- сахар – 600 г
- апельсины – 300 г
- лимонная кислота – 10 г

Морковь очистить и провернуть через мясорубку вместе с апельсинами. Апельсины предварительно обдать крутым кипятком, вытереть насухо, разрезать на кусочки и освободить от семян. В полученную морковно-апельсиновую массу добавить сахар, лимонную кислоту, хорошо размешать, поставить на огонь и варить, постоянно помешивая, до загустения. Горячий джем разлить в банки, герметично закрыть.

## 620. Джем из тыквы с калиной

- Тыква – 500 г
- калина – 500 г
- сахар – 1 кг

Ягоды калины вымыть, не снимая с кистей, уложить в дуршлаг, бланшировать паром над кипящей водой в течение 5 мин и сразу же протереть через сито. Тыкву очистить, нарезать мелкими кубиками, потушить в небольшом количестве воды до мягкости и протереть через сито. Тыквенное пюре и протертую калину смешать, нагреть до кипения и всыпать сахар, непрерывно помешивая. Кипятить на медленном огне 30–40 мин, следя, чтобы не подгорело. Готовый джем горячим разлить в стерильные стеклянные баночки и закрыть крышками без закатывания.

## 621. Мармелад из ирги и черной смородины

- Ирга (ягоды) – 1 кг
- черная смородина (ягоды) – 1 кг
- сахар – 300 г

Спелые ягоды ирги и черной смородины вымыть, размять, смешать с сахарным песком, довести смесь до кипения и протереть ее через сито. Протертую массу выложить на противень и уваривать в духовке после закипания по всей поверхности 25–30 мин, перемешивая периодически, чтобы масса не подгорела. Духовка должна быть разогрета до 180–200 °С. Уваренную массу разложить ровным слоем толщиной 1,5–2 см на фольгу или пергаментную бумагу, посыпанную сахарным песком, и подсушить в духовке, разогретой до 60 °С. Эластичную массу разрезать на кусочки выбранной формы, пересыпать их сахарным песком и уложить в картонные коробки из-под конфет. Хранить при комнатной температуре в сухом месте.

## 622. Мармелад из крыжовника и красной смородины (двухслойный)

- Крыжовник – 1 кг
- красная смородина – 1 кг
- сахар – 600 г
- лимонная или аскорбиновая кислота – 10 г

1. Недозрелые зеленые ягоды крыжовника вымыть, пересыпать сахаром (300 г сахарного песка на 1 кг ягод) и, выложив на противень, уваривать в духовке до размягчения. Затем протереть через сито, добавить 5 г лимонной или аскорбиновой кислоты, перемешать, выложить на противень и уваривать в духовке 15–20 мин после закипания по всей поверхности. Теплую массу ровным слоем разложить на фольгу или пергаментную бумагу и подсушить в духовке, разогретой до 60 °С, либо просто при комнатной температуре. Таким же способом можно приготовить уваренную массу из спелых ягод красной смородины и сахарного песка, в которую также добавить лимонную или аскорбиновую кислоту. Теплую красносмородиновую массу разложить ровным слоем на подсушенный пласт из крыжовника, формируя двухслойный мармелад, который затем следует подсушить при комнатной температуре. Красносмородиновую массу можно подсушить отдельно на фольге, затем соединить с пластом из крыжовника. Заготовку разрезать на прямоугольные брусочки, обсыпать их сахаром и уложить в картонную коробку для хранения.
2. Двухслойный мармелад можно сделать более вкусным, если в прослойку добавить поджаренные и измельченные ядрышки орехов.

## 623. Мармелад из сахарной свеклы и яблок

- Сахарная свекла – 1 кг
- яблоки – 1 кг
- укроп
- тмин или анис (семена) – 1 ст. ложка

1. Сахарную свеклу вымыть, обдать кипятком, очистить от кожуры, натереть на терке. Яблоки вымыть, натереть на крупной терке. Смешать измельченные яблоки и сахарную свеклу, уложить в эмалированную кастрюлю с толстым дном и поставить на медленный огонь для уваривания, пока масса не перестанет прилипать к ложке. Затем массу протереть через мелкое сито, разложить ровным тонким слоем (0,5 см) на противень или фольгу и подсушить в духовке или на воздухе. Эластичный лист нарезать на кусочки любой формы. Для дополнительной ароматизации перед подсушиванием лист можно обсыпать сверху семенами укропа, тмина или аниса или семена добавить прямо в мармелад, засыпав их в протертую через сито массу и тщательно перемешав.
2. Такой же мармелад можно приготовить из слив и свеклы.

## 624. Мармелад из ревеня

- Ревень (черешки) – 2 кг
- шпинат – 500 г
- сахар – 500 г
- ванилин – на кончике ножа

Черешки ревеня вымыть, нарезать кусочками. Шпинат промыть и мелко нарезать. Поместить ревень и шпинат на противне в нагретую духовку и довести до кипения. Горячую массу протереть через сито, добавить сахар, ванилин. Перемешать, вылить снова на противень, уварить в духовке до загустения, перемешивая, чтобы не подгорело. Готовую массу в теплом виде выложить ровным слоем толщиной 3–4 см на лист фольги или пергаментной бумаги и подсушить в духовке при 60 °С. Разрезать на куски, обсыпать сахарным песком, уложить в картонные коробки. Хранить при комнатной температуре в сухом месте.



## 625. Сливовый мармелад

- Сливы – 1 кг
- сахар – 200 г

Сливы вымыть, разрезать на половинки, удалить косточки. Пересыпать сахарным песком, уложить толстым слоем на противень и поставить в горячую (200 °С) духовку для уваривания, периодически перемешивая, чтобы масса не подгорела. Затем готовую массу выложить на фольгу или на чистый холодный противень, присыпанные сахарным песком. Подсушенную при комнатной температуре мармеладную массу порезать кусочками и уложить в картонные коробки. Хранить в сухом месте.

## 626. Пастила из абрикосов

- Абрикосы – 2 кг

Абрикосы вымыть, удалить косточки, уложить на противень и уваривать в духовке в течение 20 мин, затем протереть через сито. Абрикосовые косточки раздробить, вынуть ядрышки и растолочь. В протертую массу добавить измельченные ядра, перемешать и, выложив на фольгу, подсушить в духовке. Подсушенный пласт разрезать на кусочки, обсыпать их сахарным песком и уложить для хранения в картонные коробки.

## 627. Пастила брусничная

- Брусника – 1 кг
- сахар – 300 г

Бруснику промыть, измельчить миксером, смешать с сахарным песком, вылить смесь на противень, затем, поместив противень в разогретую духовку, довести смесь до закипания по всей поверхности. Закипевшую смесь разлить тонким слоем на смазанную маслом фольгу или противень и подсушить при комнатной температуре.

## 628. Пастила из клюквы

- *Клюква – 1 кг*
- *сахар – 1 кг*

Клюкву перебрать, промыть и пробланшировать в кипящей воде 1–2 мин, затем измельчить миксером или пропустить через мясорубку, перемешать с сахарным песком и уварить в кастрюле до загустения, перемешивая, чтобы не подгорала. Уваренную массу разложить ровным слоем на чистую фольгу и подсушить при комнатной температуре.

## 629. Пастила сливовая

- *Сливы – 1 кг*
- *яйца (белки) – 2 шт.*
- *сахар – 200 г*

Сливы вымыть, удалить косточки и, уложив на противень, посыпать сахарным песком и уваривать в духовке в течение 20 мин. Затем протереть через сито, взбить до состояния пышной густой массы, постепенно добавляя предварительно взбитый яичный белок, выложить ровным слоем (толщиной 3–4 см) на фольгу или пергаментную бумагу и подсушить в духовке, разогретой до 60 °С. Высушенный пласт разрезать на кусочки, посыпать их сахарным песком и уложить в картонные коробки. Хранить при комнатной температуре в сухом месте.

## 630. Пастила яблочная

- *Яблоки – 1 кг*
- *сахар – 300 г*
- *аскорбиновая кислота – 5 г*
- *яйца (белки) – 2 шт.*

Яблоки вымыть, испечь в духовке и протереть через сито. Полученную массу смешать с сахарным песком и аскорбиновой кислотой, выложить на противень и, поместив в духовку, довести до кипения по всей поверхности, затем вынуть из духовки, охладить, взбить деревянной лопаткой или миксером, вливая при этом тонкой струйкой предварительно взби-

тый яичный белок, до тех пор, пока масса не посветлеет. пышную массу выложить на противень, выстланный фольгой или пергаментной бумагой, подсушить в духовке, разогретой до 60 °С, пока не затвердеет верхний слой, а затем досушить

при комнатной температуре в течение суток. Пастилу разрезать на брусочки, пересыпать их сахарным песком и уложить в картонную либо деревянную тару. Можно хранить пастилу целиком пластами, не разрезая их.

## 631. Рулет из спелого крыжовника

- Крыжовник – 1 кг
- вода – ½ стакана
- тмин (семена) – 15 г

Спелый крыжовник залить небольшим количеством воды и довести до кипения, затем протереть через сито. Полученную массу поставить на медленный огонь и варить 30–40 мин (лучше налить массу на противень и кипятить 20 мин в духовке при температуре 200 °С), затем вылить тонким слоем на противень или фольгу, посыпанную сахарным песком. Подсушить, свернуть в рулет, нарезать, уложить в коробку, пересыпать семенами тмина. Вместо тмина можно использовать семена аниса.

## 632. Рулет из слив

- Сливы – 1 кг
- сахар – 100 г

Сливы очистить от косточек, уложить на противень, посыпать сахарным песком, поставить в духовку, разогретую до 200 °С, и разваривать до полной готовности. Затем теплую массу вылить на фольгу, посыпанную сахарным песком, и поставить на просушивание. Когда фруктовая пластина станет эластичной и будет легко отделяться от фольги, свернуть в рулет. Можно перед этим пересыпать ее сахарным песком, орехами и т.д. Рулет нарезать ломтиками, уложить в коробку из-под конфет. Таким же образом готовят рулет из абрикосов (без сахара).

### 633. Рулет из красной, белой или черной смородины

- Красная, белая или черная смородина – 1 кг
- сахар – 300 г
- орехи – 200 г

Ягоды смородины пересыпать сахарным песком и растолочь, поставить на огонь. Как только ягоды закипят, протереть их через сито, чтобы отделить семена. Протертую массу нагреть до кипения и варить 20 мин, затем вылить тонким слоем на противень или фольгу, посыпанные сахарным песком. Когда масса высохнет, снять ее с листа, пересыпать сахарным песком и орехами, свернуть в рулет, нарезать ломтиками и уложить в коробку.

### 634. Рулет из яблок

- Яблоки – 1 кг
- сахар – 300 г

Любые яблоки, в любой стадии спелости, вымыть, нарезать кусками, пересыпать сахарным песком и оставить в эмалированной кастрюле на 2–3 ч, когда появится сок, яблоки довести до кипения, протереть сквозь сито. Полученную массу вылить на противень и поместить в духовку, разогретую до 200 °С. Когда масса закипит, вылить ее тонким слоем на фольгу, посыпанную сахарным песком. Когда масса станет тонкой и эластичной, ее нужно снять с листа, пересыпать сахарным песком, свернуть в тугой рулет, нарезать кусочками и уложить в коробки из-под конфет.

## 635. Вишня в сахаре

- Вишня – 1 кг
- сахар – 300 г
- водка – 100 мл
- лимонный сок – 50 мл

Вишню вымыть и затем подвялить в течение суток при комнатной температуре, уложив ее на чистую ткань в один слой. Затем залить водкой, через сутки жидкость слить, а вишню обмакнуть в лимонный сок и обвалять в сахарной пудре. Чтобы вишня равномерно покрылась тонким слоем пудры, надо постараться, чтобы сахарная пудра была без комочков, для чего ее нужно просеять через мелкое сито. После этого ягоды подсушить при комнатной температуре и уложить в картонные коробки из-под конфет. Хранить при комнатной температуре.

## 636. Рябина в сахаре

- Рябина – 1 кг
- сахар – 300 г для готовки и 300 г для обваливания
- вода – 100 мл

Для приготовления рябины в сахаре можно использовать любые сорта рябины, но лучше всего для этого рецепта подходит лесная «горькая» рябина – у нее особый аромат и вкус. Рябину вымыть, ягоды отделить от кистей и бланшировать в подсоленной кипящей воде в течение 1 мин. Затем уложить их в эмалированную кастрюлю, пересыпать сахарным песком, залить водой (100 г), нагреть и кипятить 3–5 мин при постоянном помешивании. За это время сахар полностью растворится в воде, и рябина покроется тонким слоем сахарного сиропа. Затем ягоды необходимо обвалять в сахарной пудре, подсушить при комнатной температуре и уложить в картонные коробки. Хранить при комнатной температуре.

## 637. Клюква в сахаре

- Клюква – 1 кг
- сахарная пудра – 1 стакан
- яичные белки – 2 шт.
- лимонный сок –  $\frac{1}{2}$  стакана

Яичные белки свежих яиц растереть с сахарной пудрой, пока вся масса не побелеет, затем влить в нее лимонный сок и перемешать все до загустения. Отобранные крупные ягоды обвалять в полученной массе, обсыпать сверху сахарной пудрой и уложить в один ряд на чистую поверхность, смазанную маслом, для подсыхания. Обсушенные ягоды уложить для хранения в чистые сухие банки.

## 638. Конфеты из абрикосов

- Абрикосы – 1 кг
- сахар – 100 г

Абрикосы вымыть, удалить косточки, уложить на противень, засыпать сахарным песком и поместить в духовку. Уваривать 30–40 мин (после закипания), пока сироп не станет густым. Из остуженной массы сформировать конфеты, обвалять их в сахарной пудре или в измельченных вафлях и уложить в картонную коробку. Хранить при комнатной температуре.

## 639. Конфеты из слив

- Сливы – 1 кг
- сахар – 300 г

Сливы вымыть, удалить косточки, уложить в один слой на противень, засыпать сахарным песком и уваривать в духовке в течение 30–40 мин, пока не загустеет образовавшийся из сливового сока и сахара сироп. Из охлажденной массы сформировать конфеты, скатав из нее шарики либо разрезав на кусочки. Обсыпать конфеты сахарной пудрой и уложить в картонные коробки для хранения. Хранить в сухом месте при комнатной температуре.

## 640. Конфеты «Яблочко»

- Яблоки – 500 г
- сахар – 300 г
- семена аниса – 2 ст. ложки

Вызревшие яблоки (лучше сорта Антоновка) вымыть, очистить от кожицы, освободить от сердцевины, натереть на крупной терке и смешать с сахарным песком. Когда из яблочной массы выделится сок, поставить ее на медленный огонь и уваривать, периодически перемешивая, примерно 25–30 мин, пока масса не загустеет. Лучше всего уваривать яблоки в посуде с широким дном, чтобы поверхность испарения была большой. В конце уваривания необходимо в яблочную массу добавить семена аниса (или фенхеля). Уваренную массу охлаждают и, когда она станет теплой, формируют из нее руками конфеты в виде шариков, палочек и других фигурок. Чтобы масса не прилипала к рукам, их смазывают сливочным или растительным маслом. Сформированные конфеты подсушивают на воздухе и обсыпают сахарной пудрой. Такие конфеты помогают при лечении острых респираторных заболеваний, они успокаивают кашель.

## 641. Рябина в карамели

- Рябина в гроздьях – 2 кг
- сахар – 500 г
- вода – 100 мл
- лимонная кислота – 3 г

Гроздья рябины лесной или культурных сортов (Невежинской, Ликерной, Гранатной, Десертной, Финской и др.) пробланшировать в кипящей воде, окуная их целиком на 1 мин в крутой кипяток, слегка подсоленный (на 1 литр воды 1 ч. ложка соли). Затем гроздья промыть в холодной воде и дать обсохнуть. Из сахара и воды сварить сироп и в кипящий сироп на 1 мин трижды окунуть кисти рябины, подсушивая их после каждого окуна. Подсушенные гроздья рябины уложить в коробки из-под конфет и хра-

нить при комнатной температуре. Такие гроздья можно подать к чаю как конфеты, украсить ими торт или пирог. По такому же рецепту готовится калина в карамели, исключая бланширование в подсоленной воде.

## 642. Цукаты из кабачков с медом и лимоном

- Кабачки – 1 кг
- мед – 200 г
- лимон – 1 шт.
- сахар – 500 г

Кабачки вымыть, очистить от кожуры и семян, нарезать прямоугольными кусками или кубиками, пересыпать сахарным песком (200 г). Поставить на холод и выдержать до выделения сока, затем его слить. Лимон вымыть, обдать кипятком, нарезать мелкими кусочками вместе с кожурой, удалить семена, залить стаканом кабачкового сока, нагреть и варить в течение 10 мин, затем залить им оставшуюся часть (300 г) сахарного песка, на медленном огне сварить сироп (до полного растворения сахарного песка). Кипящим сиропом залить кабачки, добавить мед, поставить на медленный огонь и варить до готовности (когда кабачки будут прозрачными, а сироп густым, как мед). Кабачки вынуть из сиропа, подсушить и обвалять в сахарной пудре. Готовые цукаты уложить в конфетные коробки для хранения. Оставшийся сироп с кусочками лимона использовать как обычное варенье.



## 643. Цукаты из слив

- Сливы – 1 кг
- сахар – 1 кг
- аскорбиновая кислота – 5 г

Для приготовления цукатов можно использовать сливы с косточкой, можно готовить цукаты из слив без косточки, при этом, вынимая косточку, сливы лучше разрезать поперек плода, а не вдоль – в этом случае кожица при варке не закручивается. Подготовленные плоды положить в кастрюлю с широким дном, пересыпать сахарным песком и оставить для отделения сока, затем добавить аскорбиновую кислоту, поставить на медленный огонь и уваривать, пока сок не превратится в густой сироп. После этого вынуть сливы из сиропа и, разложив на фольге или пергаментной бумаге, подсушить. Если сливы обмакнуть в горячий сироп еще 2–3 раза, подсушивая их каждый раз, то получатся более привлекательные цукаты – сливы в карамели.

## 644. Цукаты из тыквы

- Тыква – 1 кг
- сахар – 1,2 кг
- лимонная кислота – 3 г

Тыкву вымыть, очистить от кожуры, освободить от семян и волокон семенной камеры, нарезать на кусочки одинакового размера, но не очень мелкие, так как тыква сильно уваривается. Нарезанную тыкву пересыпать сахарным песком (200 г на 1 кг тыквы) и оставить до появления сока, затем довести до кипения и охладить. Когда смесь остынет, слить сок. Из одного стакана этого сока и 1 кг сахарного песка сварить сироп, добавив в него 3 г лимонной кислоты. Горячим сиропом залить охлажденную ранее тыкву и уваривать эту смесь на слабом огне до тех пор, пока кусочки тыквы не станут прозрачными, а сироп – густым, как мед. После этого тыкву вынуть из сиропа, подсушить на воздухе, обвалять в сахарном

песке либо в какао-порошке и уложить на хранение. Цукаты можно обвалять так же в смеси корицы с сахарным песком, апельсиновой или лимонной цедре.

## 645. Цукаты из яблок

- Яблоки – 1 кг
- сахар – 1 кг
- лимонная кислота – 5 г
- вода – 100 мл
- пряности – по вкусу

Для приготовления яблочных цукатов подходят сорта яблок с плотной мякотью, которые не разваливаются при уваривании. Самые лучшие цукаты получаются из яблок сорта Коричное. Яблоки нарезать дольками (кожуру не очищать), удалить сердцевину с семенами, залить кипящим сиропом и уваривать на медленном огне до тех пор, пока они не станут прозрачными. Затем вынуть из сиропа шумовкой и разложить для просушивания на обсыпанной сахарным песком пергаментной бумаге или фольге. Перед просушиванием дольки обвалять в лимонной цедре или в каких-либо размолотых пряностях, приготовленных в следующих пропорциях: корица – 1 ч. ложка на 4 ст. ложки сахара, имбирь – 1 ч. ложка на 4 ст. ложки сахара. Мелкие плоды (типа райских яблочек) рекомендуется не разрезать, а готовить целиком.

## 646. Цукаты из огурцов медовые

Огурцы вымыть, очистить, удалить семена, нарезать кружками, пересыпать сахарным песком, слить выделившийся сок, залить медом и уваривать на медленном огне, пока огурцы не станут прозрачными. Уваренные ломтики вынуть из сиропа

и подсушить либо в духовке при температуре 40–60 °С, либо просто на воздухе при комнатной температуре. Оставшийся сироп используется как варенье или для приготовления различных кондитерских изделий, на 1 кг огурцов расходуется ½ кг меда.

## 647. Ревень вяленый

- Ревень (черешки) – 1 кг
- сахар – 300 г

Черешки ревеня промыть в холодной воде, нарезать большими кусочками, пересыпать сахарным песком, уложить сверху гнет и оставить так на одни сутки. Выделившийся сок слить, черешки уложить на противень и подсушить в духовке. Вяленый ревень уложить в коробку или стеклянную банку. Сок с сахаром законсервировать, прокипятив его и сразу же закатав в стерилизованную банку.

## 648. Тыква, вяленая с яблоками

- Тыква – 1 кг
- яблоки – 1 кг
- сахар – 400 г

Тыкву и яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кусочками, пересыпать сахарным песком, положить сверху гнет и поставить на холод на 8–10 ч. Слить выделившийся сок, прокипятить, разлить в стерильные банки и закатать. Тыкву и яблоки просушить в духовке при 70 °С, уложить в коробки.

## 649. Яблоки вяленые

- Яблоки – 1 кг
- сахар – 100 г

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать дольками или кружочками, пересыпать сахарным песком, тщательно перемешать и уложить в эмалированную кастрюлю. Накрыть кружком, установить гнет и поставить на холод. Выдержать под гнетом до выделения сока, затем его слить, а дольки разложить на противне и поместить в духовку для подвяливания. Духовка должна быть нагрета до 65 °С. Провяленные яблочные дольки уложить в коробки или полотняные мешочки. Хранить в сухом месте при комнатной температуре.

## 650. Морковь вяленая

- Морковь – 1 кг
- сахар – 200 г
- лимонная кислота – 5 г
- ванилин – на кончике ножа

Морковь промыть, очистить, нарезать кружочками толщиной 0,5–1 см, пересыпать сахарным песком вместе с лимонной кислотой и ванилином, выдержать под гнетом до выделения сока. Затем поставить на медленный огонь и довести до кипения. Как только масса начнет закипать, снять ее с огня, слить сок, кружочки моркови уложить на противень и подсушить в духовке так, чтобы морковь осталась эластичной.

## 651. Козинаки из ирги

- Ирга – 1 кг
- сахар – 400 г
- орехи (ядра) – 200 г
- вода – 100 мл

Из сахарного песка и воды сварить сироп, залить промытые ягоды ирги и уваривать их на медленном огне 20 мин, затем добавить раздробленные ядра любых орехов и кипятить еще 5 мин. Уваренную массу выложить на фольгу или пергаментную бумагу, подсушить в духовке, разогретой до 60 °С, нарезать на кусочки, уложить в картонные коробки для хранения при комнатной температуре.

## 652. Козинаки из рябины

Любую рябину – дикую, садовую, черноплодную – пробланшировать в подкисленной воде в течение 3 мин (на 1 л воды 5 г лимонной кислоты). Уложить на противень, заполнив до бортиков, насыпать сверху ядра грецких орехов или фундук, посыпать сахарным песком (300 г на 1 кг ягод),

поставить в духовку, разогретую до 200 °С, на 20–25 мин. Когда кипящий сироп загустеет, рябину с орехами выложить тонким слоем на фольгу, дать остыть и немного просохнуть, затем нарезать на маленькие брикетки, уложить в коробку. Хранить при комнатной температуре.

## 653. Халва из моркови

- Морковь – 1 кг
- лимон – 1 шт.
- тмин (семена) – 1 ст. ложка
- масло растительное – 50 мл
- сахар – 100 г

Морковь вымыть, почистить, натереть на крупной терке или мелко нарезать, поставить на медленный огонь. Когда морковь размягчится, добавить натертый лимон, сахар и растительное масло, размешать и варить до полной готовности (уваренная масса должна отделяться от ложки, не прилипая к ней). В готовую массу добавить тмин, тщательно перемешать, сформировать в виде кирпичика, завернуть в чистую марлю и положить под гнет. Выдержать под гнетом 3 суток, затем обвалить в пряных семенах или отрубях и положить на хранение.

## 654. Халва яблочная

- Яблоки – 1 кг
- кориандр (семена сухие молотые) – 1 ст. ложка
- масло растительное – 50 мл

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, отжать сок. Выжимки поставить на медленный огонь, добавить растительное масло, уварить до готовности (масса не должна прилипать к ложке). Добавить в уваренную массу кориандр, хорошо перемешать, завернуть в ткань и положить под гнет. Через 3 дня обвалить в пряных семенах и положить на хранение. Вместо кориандра можно использовать семена тмина или укропа.

## 655. Халва тыквенно-яблочная

- Тыква – 500 г
- яблоки – 500 г
- корица молотая – 1 ст. ложка
- сахар – 100 г

Тыкву обмыть, очистить от кожуры, удалить семена, разрезать на куски. Яблоки вымыть, удалить сердцевину. Отжать сок из тыквы и яблок, тыквенные и яблочные выжимки смешать, добавить сахар и уварить на медленном огне до готовности. Добавить корицу, перемешать, завернуть в чистую марлю и положить под гнет. Через трое суток готовую халву уложить на хранение. Вместо корицы можно использовать семена кориандра или апельсиновую цедру.

## 656. Халва сливовая

- Сливы – 1 кг
- тмин (семена) – 1 ст. ложка
- сахар – 200 г

Сливы вымыть, удалить косточки, добавить сахар. После того как из слив выделится сок, поставить на огонь и довести до кипения. Затем весь сок слить в стерильные банки и закатать (в дальнейшем он используется как самостоятельный продукт). Сливы варить до готовности, пока масса не перестанет прилипать к ложке. Затем добавить тмин, завернуть в чистую марлю и положить под гнет. Через трое суток халва готова к употреблению. Хранить при комнатной температуре, лучше в деревянной таре.



# **РЕЦЕПТЫ ПАСХАЛЬНЫЕ И РОЖДЕСТ- ВЕНСКИЕ**





## Пасхальный стол

**О**бед в честь Светлого Христова Воскресения для верующих символизирует окончание многодневного поста. К этой трапезе готовятся загодя – с Чистого четверга. Традиционный русский пасхальный обед отличается наличием обрядовых блюд: кулича, крашеных яиц и пасхи – сладкого блюда из творога со сливками или сметаной, спрессованного в виде усеченной пирамидки, напоминающей по форме Голгофу.

## 657. Пасха творожная обыкновенная

Все пасхи готовятся из свежего творога. Если в пасху добавляются яйца, то они также должны быть очень свежими. Очень удобно для приготовления пасхи иметь специальную форму-пасочницу, представляющую собой сборно-разборную полую четырехгранную пирамиду из дощечек.

- Творог – 1 кг
- яйца (желтки) – 5–10 шт.
- сахар – 200 г
- цукаты – 100–200 г
- цедра цитрусовых – с одного плода
- ванилин –  $\frac{1}{4}$  ч. ложки

1. Яичные желтки сырые, если это очень свежие яйца, или сваренные вкрутую, если есть сомнения в их свежести, растереть с сахарным песком, добавив ванилин. Соединить с творогом растертую массу, добавить нарезанные мелкими кусочками цукаты и лимонную или апельсиновую цедру, все тщательно перемешать. Приготовленную массу уложить в форму-пасочницу, поставить сверху гнет и выдержать 1–2 дня в прохладном месте (в холодильнике). Если нет специальной формы, то смесь нужно поместить в марлевый мешочек и дать отвиснуть в прохладном месте 1–2 дня или выдержать ее такое же время под гнетом (зажать мешочек между двумя дощечками и поставить сверху груз).
2. Форму с отжатой массой переворачивают и осторожно снимают с уже сформировавшейся пасхи. Если масса отжималась в марле, то пасху формируют вручную, придавая освобожденной от марли творожной массе форму четырехгранной пирамиды с усеченной вершиной.
3. Поверхность пасхи можно дополнительно украсить съедобными украшениями – разноцветными цукатами, фигурками из шоколада, мармелада, желе или марципана. Для аромата пасхи в творожную массу можно добавить немного рома или ликера. Вместо цукатов в творожную массу можно положить нарезанный кусочками мармелад.

## 658. Пасха с цукатами

- Творог – 1 кг
- сливки жирные –  $\frac{1}{2}$  л
- сахар – 1 стакан
- масло сливочное – 300 г
- желтки – 4 шт.
- щепотка ванильного сахара
- цукаты – 120 г
- изюм – 2 ст. ложки

1. Творог завернуть в марлю и положить на 5–6 ч под гнет, чтобы удалить лишнюю влагу. Затем дважды протереть его через сито. Если творог плохо протирается, можно дважды пропустить его через мясорубку.
2. Половину сливок отлить в небольшую миску, добавить желтки. Оставшиеся сливки подогреть в сотейнике, не доводя до кипения, затем взбить венчиком. Продолжая взбивать, добавить сливки с желтками и варить на маленьком огне, не давая кипеть, пока сливки не загустеют. Снять с огня и остудить.
3. Сливочное масло растереть с сахаром добела. В протертый творог добавить загустевшие сливки, масло с сахаром и ванильный сахар. Взбить миксером до образования пышной однородной массы.
4. Изюм тщательно промыть. Если изюм очень сухой, его необходимо пропарить на водяной бане, а затем обсушить льняным полотенцем или салфетками. Цукаты – лимонные, апельсиновые, дынные – мелко нарезать.
5. Добавить изюм, цукаты и ванильный сахар в творожную массу; тщательно перемешать, чтобы добавки распределились равномерно.
6. Выстлать внутреннюю часть пасочницы чуть влажной марлей. Это делается для того, чтобы пасха легко вынималась из формы. Очень плотно заполнить форму творожной массой, прикрыть блюдцем, положить сверху легкий гнет и поставить в холодильник на 10–12 ч.
7. Вынуть паску из холодильника, перевернуть на тарелку. Сначала снять пасочницу, затем марлю.

## 659. Кулич пасхальный

Удачные куличи получаются только из свежих продуктов. Молоко, дрожжи и яйца должны быть очень свежими. Пшеничная мука для куличей берется только высшего качества, рекомендуется добавлять к ней 30% муки-крупчатки. Она должна быть сухой, перед замешиванием теста ее необходимо просеять.

- Молоко теплое – 1 стакан
- дрожжи – 50 г
- сахар –  $\frac{1}{2}$ –1 стакан
- масло сливочное – 200 г
- яйца (желтки) – 10–15 шт.
- соль –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- мука – 1 кг
- ванилин
- мускатный орех – по вкусу

1. Дрожжи распустить в теплом молоке, добавив 1 ст. ложку сахарного песка и 1 стакан муки. Яичные желтки растереть добела с сахаром, добавить соль и взбить венчиком или миксером. После этого, подсыпая небольшими порциями муку, замесить тесто, добавив любой ароматизатор, например натертый на мелкой терке мускатный орех (1 ч. ложку) или шафран, кардамон, ваниль с апельсиновой цедрой и др. Поместить тесто в теплое место, дать ему подняться. Когда оно увеличится в объеме в 2 раза, вмешать в него сливочное масло комнатной температуры и сахар. Тесто месить до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам. Затем разложить в смазанные растительным маслом формы для выпечки, заполняя их на одну треть. Когда тесто поднимется и заполнит всю форму, осторожно поставить ее в разогретую до 180–200 °С духовку на 40–45 мин.
2. Традиционно кулич должен быть высоким. Если в вашем кухонном инвентаре не найдется высокой формы, то можно воспользоваться обыкновенной кастрюлей, нарастив высоту ее стенок. Для этого достаточно вставить в кастрюлю плотно прилегающий к стенке цилиндр из толстой пищевой фольги. На дно кастрюли также необходимо положить кружок, вырезанный из такой же фольги. Украшают кулич уже остывшим перед подачей к столу, так как выпекают его зара-

нее – дня за три до Пасхи (обычно это происходит в Чистый четверг).

3. Верх готового кулича можно облить белковым кремом или сахарной глазурью и украсить цукатами, фигурками и узорами из желе, шоколада, глазури и т.п., либо посыпать сахарной пудрой. Самый простой белковый крем готовится таким образом: охлажденные яичные белки взбивать венчиком в пышную пену не менее 10–15 мин, затем, не прекращая процесса, добавить небольшими порциями сахарную пудру и взбивать еще 2–3 мин. Для этого на 2 яичных белка потребует-

ся 4 ст. ложки сахарной пудры. Крем можно ароматизировать несколькими каплями разведенной лимонной кислоты или лимонного сока.

4. Из сахарной пудры очень просто приготовить глазурь: в 1 стакан просеянной сахарной пудры влить 3 ст. ложки воды и нагреть все до 40 °С, постоянно перемешивая. Для получения нужной консистенции рекомендуем добавить воду (если масса оказалась густая) или сахарную пудру (если масса слишком жидкая). В такую глазурь можно добавить пищевые красители и ароматизаторы.

## 660. Кулич с облепиховым соком

- Масло сливочное – 100 г
- сахар – 200 г
- молоко – 2 стакана
- яйца – 5 шт. (можно без них)
- облепиховый сок – 100 мл
- дрожжи – 50 г
- соль – ½ ч. ложки
- мука, сколько замесится

Яйца, масло и молоко смешать, соединить с сахарным песком и тщательно растереть. Добавить разведенные в небольшом количестве теплого молока дрожжи и половину муки, замесить тесто и дать ему подняться, затем – облепиховый сок и оставшуюся муку, хорошо вымесить и снова дать подняться. Когда тесто подойдет, заполнить им приготовленные для выпечки формы до половины объема. После того как уложенное в формы тесто поднимется до верха формы, установить их в разогретую до 180–200 °С духовку на 40–45 мин. Готовность можно проверить тонкой лучинкой, втыкая ее в изделие. Если вынутая лучинка остается сухой, кулич готов. Формы, вынутые из духовки, остужают и только после этого вынимают из них куличи.

## 661. Кулич морковный

- Масло сливочное – 100 г
- сахар – 200 г
- молоко – 2 стакана
- морковь – 200 г
- дрожжи – 50 г
- соль – по вкусу
- мука – 1 кг (или сколько замесится)

Морковь вымыть, очистить, нарезать кусочками, уложить в кастрюлю и залить небольшим количеством воды (до  $\frac{1}{3}$  объема, занимаемого морковью), отварить под крышкой до готовности. Затем протереть сквозь сито, добавить масло, молоко, муку, распущенные в небольшом количестве теплого молока дрожжи, соль, сахар и замесить тесто. Дать ему подняться и заполнить наполовину приготовленные формы для выпечки. После того как тесто в формах поднимется и заполнит их полностью, установить куличи в духовку и выпекать при температуре 180–200 °С 40–45 мин.

## 662. Бабка творожная с яйцами

- Творог – 500 г
- сахар –  $1\frac{1}{2}$  стакана
- изюм (без косточек) – 2 ст. ложки
- корица (молотая) –  $\frac{1}{2}$  ч. ложки
- яйца – 4 шт.
- масло топленое – 1–2 ст. ложки
- молотые панировочные сухари – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

Отделить желтки от белков. Желтки тщательно растереть с творогом и сахаром, добавить изюм, соль и корицу, взбитые белки и хорошо перемешать. Массу выложить в смазанную маслом форму, выровнять поверхность, сбрызнуть маслом, обсыпать молотыми сухарями и поставить ее в разогретую до 180–200 °С духовку на 40–45 мин.

# РОЖДЕСТВЕНСКИЙ СТОЛ

## 663. Колядки-преснушки

Название этих кондитерских изделий происходит от коляд, древнего языческого праздника, слившегося позднее с Рождеством. Колядки – это предрождественские песни, которые поют ряженые, и угощение, которое выпекали к этому дню.

- Мука – 2 стакана
- вода кипяченая – 1 стакан
- соль – на кончике ножа

Из муки, воды и соли замесить тесто и оставить на 30 мин, накрыв салфеткой. Раскатать тесто в жгут, нарезать на равные кусочки, раскатать их в лепешки. Начинку выложить в центр каждой лепешки и защипнуть края. Сверху колядки смазать сметаной. Выпекать в духовке 25 мин при температуре 220 °С.

### Начинка из картофельного пюре

- Картофель – 8 шт.
- яйцо – 1 шт.
- масло сливочное – 3 ст. ложки
- соль – по вкусу

Картофель сварить, измельчить, добавить яйцо, масло, соль, перемешать.

### Начинка из каши

- Пшено – 1 стакан
- молоко – 2 стакана
- масло сливочное – 2 ст. ложки
- соль – по вкусу

Пшено промыть, положить в кастрюлю, залить молоком, добавить масло, соль и варить 35 мин с плотно закрытой крышкой. Дать каше настояться 30 мин.

### Начинка морковная

- Морковь – 3 шт.
- сахар – 1 ч. ложка
- масло сливочное – 1 ч. ложка
- соль
- сок лимона – по вкусу

Морковь натереть на мелкой терке, припустить с 2 ст. ложками воды, сливочного масла, лимонного сока, сахара и соли.

### Начинка творожная

- Творог – 100 г
- желток – 1 шт.
- сахар – ½ ч. ложки
- соль – по вкусу

Творог с желтком растереть до однородной массы, добавить сахар и соль.

### Начинка из свежих грибов

- Грибы – 400 г
- масло сливочное – 50 г
- лук репчатый – 1 шт.
- сметана – ½ стакана
- зелень укропа или петрушки

Грибы отварить, нашинковать и обжарить в масле. В грибы добавить обжаренный репчатый лук, сметану, посолить и, прикрыв крышкой, тушить 20 мин. Охладить, добавить мелко порубленную зелень.

### Начинка ягодная

- Ягоды (земляника, черника, брусника, малина) – 1 стакан
- сахар – 2 ст. ложки

Смешать ягоды с сахаром, дать настояться.

## 664. Коливо рождественское

- Крупа ячневая – 2 стакана
- вода – 3 л
- молоко – 1 стакан
- мед – 2–3 ст. ложки
- клюквенное или смородиновое варенье – 2 ст. ложки
- мак – 120 г

1. Крупу промыть, отварить в воде на умеренном огне, снимая все время пену. Как только крупа начнет выделять слизь, лишнюю воду слить, а кашу переложить в другую посуду, добавить молоко и варить до мягкости крупы и загустения, все время помешивая.
2. Отдельно подготовить мак: залить его крутым кипятком, дать распариться, оставив на 5 мин. Затем воду слить, мак промыть, вновь залить крутым кипятком и сразу же слить его, как только начнут появляться капельки жира на поверхности воды. Распаренный мак перетереть в фарфоровой ступке, добавляя по половине чайной ложечки кипятка к каждой столовой ложке мака.
3. Подготовленный мак смешать с загустевшей, размягченной ячневой кашей, добавив мед, прогреть на слабом огне 5–7 мин, непрерывно помешивая, снять с огня и заправить вареньем.

## 665. Кутья настоящая

Издrevле на Руси кутья олицетворяет плодородие и изобилие. Традиционно ее подают к поминальному столу, а также на праздники Рождества и Пасхи. Настоящую кутью готовят из цельных зерен пшеницы.

- Пшеница – 500 г
- мед – 3 ст. ложки
- орехи очищенные – 150 г
- изюм – 150 г

1. Пшеницу промыть и замочить на ночь в воде, на следующий день варить 6–8 ч на медленном огне в этой же воде, добавив по рецептуре мед. Остывшую массу тщательно перемешать с растертыми ядрами грецких орехов и изюмом, пропаренным 1–2 мин.
2. Вместо орехов в кутью можно добавить мак: 100 г спелых семян мака залить кипятком, выдержать до остывания, процедить, осушить тканью и растереть в ступке или измельчить в миксере.



# ЛУЧШИЕ КНИГИ О БИЗНЕСЕ С ЛОГОТИПОМ ВАШЕЙ КОМПАНИИ? ЛЕГКО!

Удивить своих клиентов, бизнес-партнеров, сделать памятный подарок сотрудникам и рассказать о своей компании читателям бизнес-литературы? Приглашаем стать партнерами выпуска актуальных и популярных книг. О вашей компании узнает наиболее активная аудитория.

## ПАРТНЕРСКИЕ ОПЦИИ:

- Специальный тираж уже существующих книг с логотипом вашей компании.
- Размещение логотипа на супер-обложке для малых тиражей (от 30 штук).
- Поддержка выхода новинки, которая ранее не была доступна читателям (50 книг в подарок).

## ПАРТНЕРСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ:

- Рекламная полоса о вашей компании внутри книги.
- Вступительное слово в книге от первых лиц компании-партнера.
- Обращение первых лиц на суперобложке.
- Отзыв на обороте обложки вложение информационных материалов о вашей компании (закладки, листовки, мини-буклеты).



У вас есть возможность обсудить свои пожелания с менеджерами корпоративных продаж. Как?

**Звоните:**

+7 495 411 68 59, доб. 2261

**Заходите на сайт:**

[eksmo.ru/b2b](http://eksmo.ru/b2b)



Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КУЛИНАРНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

## РУССКАЯ КУХНЯ. БОЛЬШАЯ КНИГА РЕЦЕПТОВ

Автор-составитель *Е. Носкова*  
Ответственный редактор *Е. Левашева*  
Художественный редактор *Г. Булгакова*  
Компьютерная верстка *С. Чоренький*  
Корректоры *Т. Певнева и И. Пивоварова*

Во внутреннем оформлении использованы фотографии:

Lyutik\_Ryutik, Eduard Nasyrov, Alexander Mogilevets, Itummy, Aksana Ban, Grazziela, galsand, Gayvoronskaya\_Yana, from my point of view, freeskyline, Tatiana Bralnina, Liliya Kandashevich, Anastasia Kamysheva, Elenglush, Axel Mel, Sapunova Svetlana, Lesya Dolyuk, MShev, rom\_olik, Irina Meliukh, Andrey Smirnov, Irina Rostokina, Anne Ponomarenko / Shutterstock / FOTODOM

Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

### ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Россия, г. Москва, ул. Зорге, д. 1, стр. 1, эт. 20, каб. 2013. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндіруші: «Издательство «Эксмо» ЖШҚ

123308, Ресей, Мәскеу қаласы, Зорге көшесі, 1-үй, 1-құрылыс, 20 қабат, 2013-каб.

Тел.: 8 (495) 411-68-86. Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Дистрибьютор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар

қабылдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3 «а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»:  
[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау  
туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <http://eksmo.ru/certification/>

Произведено в Российской Федерации

Ресей Федерациясында өндірілген

Сертификаттауға жатпайды

Дата изготовления / Подписано в печать 18.11.2023. Формат 84x108<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 47,04.

Тираж экз. Заказ



В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

ЛитРес:  
один клик до книги



**eksmo.ru**

Официальный  
интернет-магазин  
издательства «Эксмо»

**ХЛЕБ\*СОЛЬ**  
книги, которые делают жизнь ВКУСНЕЕ  
[breadsalt.publisher](http://breadsalt.publisher)



**ЧИТАЙ  
ГОРОД**



Хочешь стать  
автором «Эксмо»?



# КУЛИНАРНЫЕ ЭНЦИКЛОПЕДИИ

## РЕЦЕПТЫ РУССКОЙ КУХНИ САМОБЫТНЫ И ПРИЗНАНЫ ВО ВСЕМ МИРЕ:

пирог и кулебяки, блины,  
оладьи и пышки, квашеная  
капуста, разнообразные кисели,  
каши, мефы, взвары и сбитни  
и многие другие блюда,  
без которых немислим  
праздничныи и повседневныи  
стол!

## В ЭТОЙ КНИГЕ ПРЕДСТАВЛЕНО ВСЕ РАЗНООБРАЗИЕ РУССКОЙ ТРАДИЦИОННОЙ КУХНИ:

горячие и холодные закуски

■  
супы

■  
основные блюда  
из мяса и рыбы

■  
каши и гарниры

■  
выпечка  
и начинки к ней

хлеб\*соль  
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

breadsalt.publisher

ISBN 978-5-04-184805-7



9 785041 848057 >