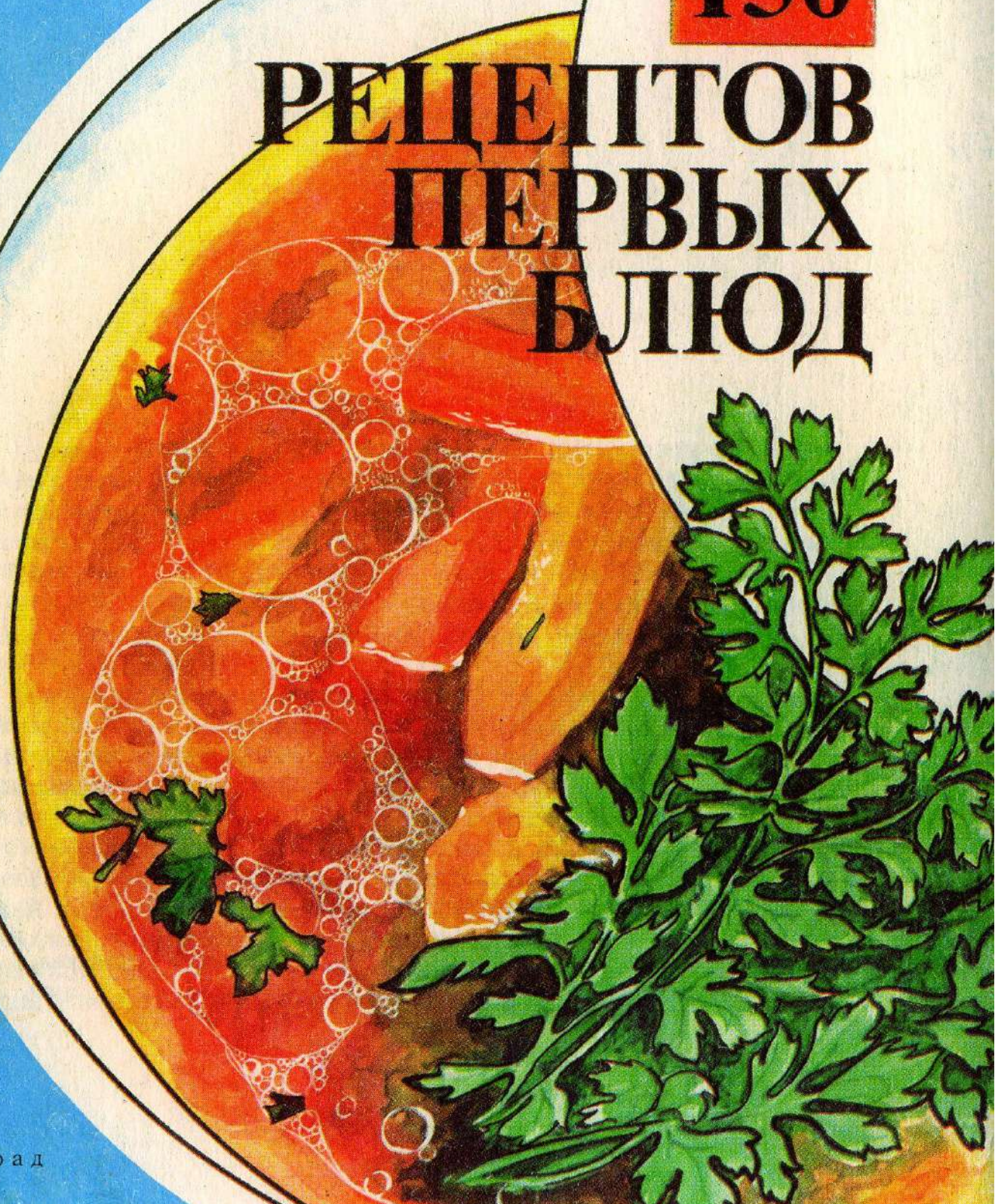


150

**РЕЦЕПТОВ
ПЕРВЫХ
БЛЮД**



1 5 0 рецептов первых блюд

ОТ СОСТАВИТЕЛЕЙ

Предлагаемая книга состоит из ста пятидесяти рецептов первых блюд, большинство из которых не претендует на оригинальность. Читатель с изысканным вкусом не найдет здесь рецептов (за редким исключением), для реализации которых необходимы гастрономические деликатесы. Установка на «обычные» первые блюда представляется составителям оправданной, ведь — увы! — прилавки наших магазинов пока не радуют разнообразием.

Вместе с тем мы считаем, что и из самых простых продуктов можно приготовить супы, отвечающие высоким гастрономическим требованиям. Это прежде всего относится к блюдам национальной восточнославянской кухни — щам, солянкам, борщам, рассольникам, а также к рыбным и грибным супам, изготавливаемым из так называемого в народе «подножного» корма. К счастью, грибники и рыболовы еще возвращаются домой с обильной «добычей», из которой домохозяйки могут приготовить вкусный обед! А потому рецепты, собранные под обложкой данной книги, могут оказать неоценимую помощь в приготовлении домашнего обеда на каждый день.

БУЛЬОНЫ

Мясной бульон (прозрачный)

500 г мяса, по 1 шт. моркови, петрушки или сельдерея, лука, 2—3 л воды.

Промытое мясо, лучше всего огузок или кострец, заливают водой и ставят на огонь. Коренья кладут через час-полтора. Бульон будет ароматным и приобретет золотистый цвет, если часть кореньев слегка поджарить без масла на сковороде. Продолжительность варки 2—2,5 часа.

Костный бульон

Кости пищевые 100 г, морковь 5 г, лук репчатый 5 г, петрушка и сельдерей по 10 г, вода 400 г.

Промытые и разрубленные кости положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить на сильный огонь. Как только бульон закипит, снять пену, затем варить, не допуская бурного кипения. Всплывающий на поверхность бульона жир частично снять и использовать при пассеровании моркови и лука. Время варки бульона из костей от 2,5 до 3 час. За 1—1,5 часа до окончания варки положить морковь, петрушку, сельдерей, лук, а за 30 мин — соль.

Мясо-костный бульон

Кости пищевые 100 г, мясо 75 г, морковь 5 г, лук репчатый 5 г, петрушка и сельдерей по 10 г, вода 400 г.

Варить так же, как костный бульон. Для приготовления мясо-костного бульона следует использовать лопатку, грудин-

ку, покромку. За 2 часа до окончания варки добавить мясо, а за 1—1,5 часа — коренья.

Рыбный бульон

На 500—600 г рыбы — по 1 корню петрушки, сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1 лавровый лист, 3—4 горошины черного перца, соль по вкусу.

Подготовленную рыбу, нарезанную порционными кусками, поставить варить, залив холодной водой. Дать воде закипеть, тщательно удалить всплывшую пену, добавить соль, специи, нарезанные коренья и репчатый лук. Уменьшить нагрев и варить рыбу до готовности при едва заметном кипении в течение 25—30 мин. После этого осторожно извлечь куски рыбы из отвара, а головы и хвосты доваривать еще 15—20 мин. Затем бульон процедить. Если используется рыба с посторонним привкусом, количество специй следует удвоить. При варке жирной рыбы необходимо периодически снимать всплывающий жир.

Бульон из головы

На 1000—1200 г головы — 1 головка репчатого лука, 1 корень петрушки, зелень петрушки или сельдерея, соль по вкусу.

Тщательно промыть и разрубить пополам или на четыре части головы осетровых рыб. Ошпарить их кипятком и тотчас промыть холодной водой, удалив предварительно жабры и глаза. Сложить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, тщательно удалить пену и добавить соль, нарезанные репчатый лук и коренья, а также «букетик» зелени; закрыть посуду крышкой, значительно уменьшить нагрев и варить головы в течение 1 часа, после чего вынуть их, снять с голов мясо и положить его отдельно, а все, что осталось от голов, снова положить в кастрюлю и продолжать варить еще примерно 1 час. Затем снять бульон с огня, дать ему остыть в течение 30 мин, затем удалить всплывший жир и процедить бульон.

Чтобы придать бульону более аппетитный, привлекательный вид, можно натертую на мелкой терке морковь слегка обжарить на жире, снятом с бульона, а затем процедить 2—3 чайные ложки этого жира в бульон. Мякоть и хрящи головы из бульона можно использовать для начинки пирожков.

При приготовлении рыбных бульонов следует иметь в виду следующее. Прозрачность рыбных бульонов достигается правильным выбором сырья для них и правильным режимом тепловой обработки. Вкус бульона, приготовленного из осетровых рыб, приятен, но отвары не получаются совершенно прозрачными, как при использовании окуней или судака. Конечно, отказываться от этих вкусных супов нецелесообразно. Ведь многие отличные блюда из отварной осетровой рыбы украшают любой, самый торжественный стол. Но при приготовлении всякой рыбы, и в особенности той, которая не дает особо прозрачных бульонов, от строгого соблюдения режима варки во многом зависят их вкус и внешний вид.

Именно поэтому любое первое блюдо из рыбы нужно после закипания жидкости и удаления пены варить при едва заметном кипении, вернее, при легком «вздрагивании» жидкости, как бы предшествующем кипению, то есть при температуре не выше 90°.

В профессиональной кулинарии, кроме соблюдения режима варки, применяют и специальное осветление рыбных бульонов. Для этой цели готовят так называемую оттяжку. Например, добавляют в бульон в конце варки уксус и слегка взбитый белок из сырого яйца и взбивают отвар венчиком. Взбивание продолжают до тех пор, пока бульон не закипит, затем снимают его с огня, дают отстояться в течение 30 мин и процеживают через чистую плотную ткань, смоченную в холодной воде.

Специи и пряности в рыбные бульоны добавляют незадолго до окончания варки (за 15—20 мин), ввиду того что продолжительная тепловая обработка не только снижает ароматические качества специй, но и может придать отварам горечь. При варке прозрачных бульонов периодически следует снимать излишек жира, оставляя ровно столько, сколько нужно, чтобы отвар имел красивые янтарные блески. Прозрачный бульон, приготовленный из «тощей» рыбы, можно заправить сливочным маслом.

Бульон из свежих грибов

1 л воды, 150—200 г свежих грибов, соль.

Только что собранные свежие грибы чистят и моют, опускают в холодную воду и варят на слабом огне 20—30 мин. Отвар процеживают и заправляют. Грибы нарезают кусочками, снова кладут в бульон или готовят из них отдельное блюдо.

Бульон из сушеных грибов (на мясном отваре)

70—80 г сушеных грибов, 2 л мясного отвара, соль и коренья по вкусу.

Залить сушеные грибы небольшим (0,5 л) количеством теплой воды и выдержать в ней 8—10 час; осторожно слить в кастрюлю настой, положить туда грибы, предварительно их ополоснув, и варить на слабом огне 10—15 мин, тщательно удаляя пену; извлечь грибы, нарезать соломкой, слегка обжарить, отдельно подрумянить на сливочном масле коренья (морковь, лук, петрушку или сельдерей), все опустить в настой, добавить мясной отвар и варить на слабом огне, пока грибы не станут мягкими.

Бульон с яйцом

2,5 л воды, 800 г мяса с костью, корень петрушки или сельдерея, 1 морковь, 4 горошины черного перца, соль. Для гарнира: 4 яйца, 4 ломтика черствого белого хлеба, 4 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. ложки тертого сыра, жир.

Мясо промыть холодной водой (если кость большая, разрубить ее), положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы мясо было полностью покрыто, довести до кипения, снять пену и затем варить на слабом огне. Через час добавить коренья; кольца лука и ломтики моркови слегка запечь на сухой сковородке с обеих сторон до образования золотистой корочки и положить в бульон. Готовый бульон процедить и подать в тарелках с положенными туда ломтиками белого хлеба и яйцами.

Ломтики белого хлеба обжариваются с обеих сторон. Для приготовления яиц вскипятить воду, добавить уксус и выпустить туда яйца без скорлупы. Варить 4 мин, затем вынуть их шумовкой, положить на тарелку с гренками, посыпать солью, мелкой зеленью и тертым сыром. Отварное мясо можно нарезать кусочками и положить в каждую тарелку по несколько штук.

Бульон и слоеные пирожки с мясом

1,5 кг мяса говяжьего, 1 луковица, по 1/2 моркови и петрушки, по 1 ст. ложке зелени петрушки и укропа, 10 тарелок воды, соль по вкусу. Для теста: 200 г масла топленого, 200 г муки, полстакана воды, 1 ч. ложка соли. Для фарша: мясо вареное из бульона, 1 луковица, 3 яйца, 1 ст. ложка масла для жарения, 1 стакан бульона, соль и перец по вкусу.

Отделить обмытое мясо от костей, разрезать на небольшие кусочки, сложить в кастрюлю в следующем порядке: на дно положить все кости, разрубленные вдоль; на них — куски мяса. Залить холодной водой, поставить кастрюлю на небольшой огонь. Сняв полностью пену, посолить бульон и опустить в него поджаренные в масле до светло-золотистого цвета коренья и лук, добавить зелень. Продолжать варить на слабом огне в течение 2,5—3 часа, чтобы мясо хорошо выварилось.

С готового бульона снять весь жир, процедить бульон сквозь мокрую салфетку, положенную на дуршлаг, еще раз дать вскипеть. Подавать в чашках, с пирожками.

Приготовление пирожков. Всыпать муку в миску, сделать в середине углубление и влить в него подсоленную воду. С помощью ножа смешать воду с мукой до консистенции сметаны. Тщательно вымесить тесто рукой, поместить в холодильник, накрыв полотенцем, чтобы не подсохло. Застывшее тесто раскатать в пласт толщиной в полпальца, положить на него масло, придав ему форму раскатанного теста, но только меньше размером. Защищать тесто, чтобы оно покрыло масло со всех сторон, и раскатать его потоньше, немного присыпая мукой. Сложить втрое и поставить в холодильник на 10—15 мин, выровняв края скалкой. Затем тесто вынуть и раскатать, сложить два раза вдоль, следя за тем, чтобы заложный край при раскатывании всегда был справа. Снова поставить тесто в холодильник на 20—25 мин и снова раскатать 2 раза, дважды поставить в холодильник на 20 мин, после чего раскатать окончательно в пласт толщиной в полпальца. Нарезать стаканом кружки, на половину кружков горкой положить фарш, на фарш — кружочки сваренных вкрутую яиц, накрыть их кружками теста без фарша, прижать тесто в том месте, где находится фарш, рюмкой. Смазать пирожки яйцом и поставить в горячую духовку. Когда они зарумянятся и будут свободно сходить с листа, положить их на тарелку, покрытую салфеткой, и подавать.

Приготовление фарша. Остывшее мясо из бульона пропустить через мясорубку. Лук мелко порезать, посолить и поджарить до золотистого цвета. Добавить рубленое мясо, поперчить и, помешивая непрерывно, подрумянить его. Влить бульон, добавить, если нужно, соль, хорошо вымешать на огне, чтобы впитался весь бульон.

Бульон с рулетами

1 л бульона, 0,5 кг слоеного теста, 8 колбасок (сосисок, сарделек).

Для рулета тесто раскатать слоями по 4 мм и нарезать прямоугольниками такой величины, чтобы можно было завернуть колбаску. На подготовленные прямоугольники теста положить колбаски и завернуть, сжимая кончики теста. Рулеты выпечь на противне в горячей духовке. Подавать горячими с бульоном, налитым в чашки.

Бульон с пельменями

1,5 л бульона. Для пельменей: 1 стакан муки, 1 яйцо, 4 ст. ложки воды. Для фарша: 200 г мясного фарша, пол-луковицы, соль, молотый перец, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка воды, яичный белок для смазывания.

К взбитому яйцу добавить воду и соль. В посуду просеять муку, влить жидкую смесь, замесить тесто, посыпать мукой, накрыть, дать расстояться 30 мин. Для фарша мелко нарезать лук, перемешать, добавить соль, перец и воду.

Тесто раскатать в пласт, отступив 2—3 см от края, чайной ложечкой рядами положить комочки фарша так, чтобы другая половина пласта осталась свободной. Края теста смазать белком и накрыть свободной половиной пласта ту часть его, на которой разложены комочки фарша. Вырезать пельмени полумесяцем, плотно сжать края. Подготовленные пельмени спустить в кипящую подсоленную воду и варить на слабом огне до всплытия. Затем вынуть их шумовкой, положить на блюдо, полить бульоном, посыпать зеленью.

Бульон с сырным пирогом

1 л бульона. Для пирога: 1 стакан муки, 70 г масла, 1 яйцо, соль. Для начинки: 400 г сыра, 200 г тушеного окорока, 2 яйца, 2 ст. ложки воды, соль, молотый перец, мускатный орех.

Муку насыпать на доску, порубить в ней масло, вмешать яйцо, взбитое с солью, замесить тесто, выложить им дно и стенки смазанной жиром формы, поместить в духовку и выпекать 15 мин. В середину выпеченной формы положить слой мелко нарезанного окорока, слой натертого на крупной терке сыра. Начинку полить смесью взбитого яйца, воды и специй. Запечь в духовке. Горячий пирог поставить на стол целым. Бульон подать в чашках. На порционных тарелках к бульону подать по куску пирога.

Бульон с томатными оладьями

1 л бульона, 1 стакан сметаны или простокваши, 2 яйца, полстакана муки, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки томата-пюре, соль, сода на кончике ножа.

Яйца взбить, добавить сметану или простоквашу, тертый корень петрушки, соль, муку, немного воды. На смазанной жиром разогретой сковородке выпечь оладьи, смазать томатом-пюре, поставить в духовку и прогреть.

Приготовленный бульон разлить по тарелкам, в каждую тарелку положить оладьи и посыпать зеленью петрушки.

Янтарный бульон с рисовой запеканкой

2,5 л воды, 500 г говядины, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, кусочек сельдерея, соль. Для запеканки: полстакана риса, 2 яйца, 2 ст. ложки масла, 50 г тертого сыра, сухари, зелень.

Кости мелко разрубить, мясо промыть, залить все холодной водой, довести до кипения, снять пену и продолжать варить на слабом огне. Через час добавить соль и вкусовые корни, которые подготовить следующим образом: очищенную морковь нарезать вдоль тонкими ломтиками, лук — кольцами, на сухой сковородке запечь с обеих сторон до коричневого цвета. Опустить в бульон вместе с необжаренными корнями петрушки и сельдерея. Варить до готовности мяса. Бульон процедить, снять жир, довести снова до кипения.

Рис сварить в большом количестве воды, процедить, добавить взбитые яйца, часть тертого сыра, соль. Массу выложить в смазанную жиром и обсыпанную сухарями форму, сверху посыпать оставшимся сыром, разложить кусочки масла. Запекать в духовке 15 мин. Запеканку нарезать на куски, опустить в тарелки с бульоном, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Бульон с рыбными пирожками

1 л бульона. Для пирожков: 2 стакана муки, 100 г масла или маргарина, соль, полстакана воды, лимонная кислота на кончике ножа. Для начинки: 500 г рыбного филе, 100 г шпика, 1 луковица, 1 яйцо, соль, перец.

Муку просеять, маргарин или масло нарубить, вместе с мукой собрать горкой, сделать в ней углубление, налить туда воду с лимонной кислотой, добавить соль, замесить кру-

тое тесто и поместить в холодное место. Рыбное филе, шпик и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, взбитое яйцо. Подготовленное тесто раскатать, стаканом вырезать кружки, положить на них приготовленную начинку, края кружков смазать яйцом, сформовать пирожки, выложить их на противень, смазать яйцом и выпечь в духовке. Подавать горячими с бульоном.

Бульон с грибными пельменями

1 л бульона. Для теста: 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка топленого масла, 1 стакан муки, соль. Для начинки: 200 г грибов, 1 луковица, 1 ст. ложка масла, перец, соль, зелень.

Яйца взбить, добавить сметану, масло, соль и муку, перемешать в однородную массу, поставить в холодное место. Отваренные свежие или соленые грибы, лук и шпик мелко нарезать и обжарить на сковородке в масле, посолить, поперчить, добавить мелко нарезанную зелень. Подготовленное тесто раскатать в тонкий пласт, стаканом вырезать кружочки; края смазать взбитым яйцом. На середину каждого кружочка положить по ложечке начинки, края защипать. Опустить пельмени в подсоленную кипящую воду и варить до тех пор, пока не всплывут, затем шумовкой вынуть, положить в тарелки с бульоном, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Бульон из свежих грибов с зеленым горошком

220 г грибов, 40 г моркови, 10 г петрушки, 30 г масла, 90 г горошка, соль, перец по вкусу.

Крупно нарезанные грибы залить холодной водой и варить на слабом огне; через 15—20 мин положить черный перец горошком, нарезанные на большие куски корни, посолить и варить до готовности. Снять кастрюлю с огня, бульон процедить, заправить сливочным маслом и прокипятить, а грибы нарезать соломкой и перемешать с зеленым горошком, после чего разложить по тарелкам и залить горячим бульоном.

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

Щи из свежей капусты

160 г капусты, 15 г репы, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 10 г лука-порея, 45 г помидоров, 10 г маргарина, 5 г зелени, лавровый лист, перец (на одну порцию).

Репу, морковь, петрушку, лук репчатый и порей нарезать дольками или брусочками, спассеровать с жиром. Капусту нашинковать и положить в кипящий бульон или воду, довести до кипения, добавить пучок зелени и варить 30—40 мин. За 5—10 мин до окончания варки заправить пассерованными кореньями, солью, специями. Если щи готовятся со свежими помидорами, — нарезать их дольками и положить одновременно с овощами.

Некоторые поздние сорта белокачанной капусты придают щам неприятный запах и горьковатый привкус, — такую капусту перед закладкой следует погрузить на 2—3 мин в кипяток. Подавать на стол со сметаной и зеленью.

Щи из квашеной капусты

125 г квашеной капусты, 20 г моркови, 5 г петрушки, 25 г репчатого лука, 5 г муки, 25 г томата-пюре, 10 г жира, 5 г сахара, 10 г сметаны, зелень и специи по вкусу (на одну порцию).

Квашеную рубленую капусту отжать, капусту с повышенной кислотностью промыть предварительно в холодной воде. Положить в кастрюлю, добавить жир, томат-пюре (15 г), сахар, немного бульона или воды, чтобы капуста не пригорела, кастрюлю закрыть крышкой и тушить сначала на сильном, а затем на слабом огне в течение 1 часа, изредка помешивая. Коренья и лук нарезать кубиками, спассеровать с жиром, оставшимся томатом-пюре и добавить в капусту за 10—15 мин до окончания тушения. В кипящий бульон

или воду положить подготовленную капусту с кореньями и луком и варить 20—30 мин, перед окончанием варки прибавить соль, лавровый лист, перец по вкусу. Подавать щи можно со свиной, говяжьей, бараниной с добавлением в тарелки сметаны и зелени.

Щи суточные

125 г квашеной капусты, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 25 г томата-пюре, 5 г муки, 15 г маргарина, 25 г сметаны, 5 г зелени, соль и перец по вкусу (на одну порцию).

Бульон варить с добавлением ветчинных костей и жирного мяса, ветчинные кости можно добавить и при тушении капусты. Капусту квашеную мелко нарубить, добавить томат, жир и тушить 2—3 часа. В кипящий бульон заложить капусту, куски грудинки (без реберных костей), варить щи еще около 1 часа. За 20 мин до окончания варки добавить пассерованные овощи, специи, соль. В тарелку положить рубленый чеснок, кусочек мяса, залить щами.

Суточные щи отличаются от обычных тем, что капуста в результате продолжительной тепловой обработки становится совершенно мягкой и приобретает сладковатый привкус. Существует еще несколько способов приготовления суточных щей, вот два из них:

1. Приготовленную капусту заморозить. В глиняный горшочек положить куски мяса, рубленый чеснок, мороженую капусту, пассерованные овощи, специи, подлить бульон, довести до кипения, проварить 10 мин. Горшочек со щами покрыть слоем раскатанного теста, смазать яйцом, поставить в духовку и запечь.

2. Щи вынести на холод, заморозить. На следующий день оттаять, прокипятить. При подаче добавить вареную грудинку, сметану, зелень. Отдельно может быть подана гречневая каша.

Щи сборные (петровские)

150 г мясного набора, 20 г квашеной капусты, 20 г моркови, 20 г петрушки, 20 г репчатого лука, 10 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г растительного масла (на одну порцию).

Готовить как обычные щи на мясном бульоне, добавив кости от копченостей. В этом же бульоне варить ветчину, мясо, курицу. В глиняный горшочек положить приготовлен-

ный мясной набор: нарезанное ломтиками отварное мясо, курицу, ветчину, залить щами, довести до кипения. Подавать на стол с зеленью, сметаной, ватрушками.

Щи зеленые

70 г щавеля, 160 г шпината, 15 г петрушки, 15 г репчатого лука, 15 г зеленого лука, 75 г картофеля, 10 г маргарина, 15 г сметаны, 5 г зелени, пол-яйца, соль и перец по вкусу (на одну порцию).

Перебрать и промыть щавель и шпинат, припустить их отдельно, добавив небольшое количество жидкости. Протереть зелень и пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Нарезать репчатый лук и петрушку кубиками, спассеровать на жиру, за 2—3 мин до окончания пассерования добавить мелко нарезанный зеленый лук. В кипящий бульон или воду положить нарезанный ломтиками картофель, пассерованные коренья, через 10—15 мин добавить протертую зелень, специи по вкусу, соль и варить до готовности. Подавать с рубленным крутым яйцом, сметаной и зеленью.

Щи из крапивы

160 г крапивы, 50 г щавеля, 5 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г зеленого лука, 5 г муки, 10 г масла или маргарина, 15 г сметаны, 5 г зелени, пол-яйца, специи по вкусу (на одну порцию).

Перебранную и промытую молодую крапиву погрузить на 2—3 мин в кипяток, откинуть на сито, пропустить через мясорубку и тушить с жиром 10—15 мин. Морковь и лук репчатый спассеровать на жиру, добавив за 2 мин до окончания мелко нарезанный зеленый лук. В кипящий бульон или воду положить крапиву, пассерованные овощи и варить щи 20—25 мин. За 10 мин до окончания варки добавить нарезанные листики щавеля, гвоздику, перец и соль.

Свежий щавель можно заменить консервированным. Для вкуса можно добавить лимонную кислоту или сок лимона. Подаются на стол с яйцом, сваренным вкрутую, сметаной и зеленью.

Борщ со свежей капустой

80 г свеклы, 70 г капусты, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г жира, 10 г сахара, 10 г уксуса, 400 г бульона, специи по вкусу (на одну порцию).

Основой любого борща является тушеная свекла, которая может быть приготовлена следующими способами:

1. Очищенную свеклу натереть на крупной терке, спассеровать с жиром.

2. Очищенную от кожицы и промытую свеклу сварить в воде с небольшим количеством уксуса или лимонной кислоты. Вареную свеклу нашинковать соломкой или натереть на крупной терке.

3. Очищенную свеклу нарезать соломкой или ломтиками, тушить в закрытой посуде с добавлением жира, уксуса, бульона или воды (10—20% к массе свеклы), томата-пюре и муки. Чтобы свекла не пригорела, периодически помешивать и добавлять по мере надобности бульон или воду. Тушить свеклу следует сначала на сильном огне, а когда закипит жидкость и осядет свекла, — на слабом.

В кастрюлю с кипящей водой или бульоном положить свежую капусту, довести до кипения, добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья и лук и варить борщ 20—30 мин. За 10 мин до окончания варки борща заправить солью, уксусом, сахаром, положить лавровый лист, перец.

Перед подачей борщ можно подкрасить свекольным настоем. Для его приготовления свеклу следует мелко нарезать или натереть на терке, положить в кастрюлю с горячим бульоном (50 г свеклы на 100 г бульона), добавить уксус или лимонную кислоту, довести до кипения. Затем настоять около полчаса и процедить.

Борщ московский

35 г ветчинных костей, 25 г мяса, 20 г ветчины, 20 г сосисок, 20 г свеклы, 80 г свежей капусты, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г масла, 5 г уксуса, 5 г сахара, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец, соль по вкусу (на одну порцию).

Сварить в мясном бульоне кости от ветчины и копченую свиную грудинку. Подготовить свеклу и сварить борщ, как описано выше, одновременно подготовив свекольный настой. Подавать борщ с кусочками прогретой ветчины, вареного мяса и сосисок, сметаной и зеленью. Отдельно можно подать ватрушки или крупеник.

Борщ украинский

75 г свеклы, 50 г свежей капусты, 100 г картофеля, 25 г моркови, 10 г петрушки, 20 г репчатого лука, 20 г томата-пюре, 5 г муки, 5 г

жира свиного, 5 г шпика, 5 г сахара, 5 г уксуса, 10 г сладкого перца, 15 г сметаны, 5 г зелени, чеснок, лавровый лист, перец горошком (на одну порцию).

Свеклу нарезать соломкой, добавить соль, уксус, жир, сахар и тушить до готовности. Морковь, петрушку и лук нашинковать соломкой, пассеровать с жиром. В бульон положить нарезанный дольками картофель, нашинкованную капусту и варить 10—15 мин, добавить свеклу, пассерованные овощи и муку, сладкий перец, специи и варить до готовности. Готовый борщ заправить чесноком, растертым с зеленью и шпиком. При подаче на стол добавить сметану и зелень.

Борщ по-смеловски

4 л крепкого говяжьего бульона, 1 крупная свекла, 1 средний кочан свежей капусты, 10 крупных клубней картофеля, 3—4 помидора, 2 сладких болгарских перца, 2 луковички, 2 шт. моркови, 1 головка чеснока, по 1 корнеплоду петрушки и пастернака, 1 пучок зелени петрушки, 10 г растительного масла, 1 шт. красного горького перца, соль по вкусу.

Очищенную и нарезанную соломкой свеклу варить в слабо кипящем бульоне в течение 50 мин вместе с целой крупной картофелиной (сохраняющей свекольный цвет, но устраняющей неприятный запах сырого корнеплода). Нашинкованный лук, мелко нарезанный сладкий перец, корни петрушки и пастернака, натертую на крупной терке морковь и дольки помидоров обжаривают на сковороде в растительном масле до приобретения смесью оранжевого цвета. По готовности свеклы картофель удаляется из бульона, который заправляется овощной смесью. Через 20 мин добавляется крупно нарезанный картофель, еще через 15 мин — нашинкованная капуста, лавровый лист, красный горький перец. Капуста, после закипания, должна вариться не более 10 мин, после чего в борщ добавляется разделенный на «зубчики» чеснок. Подается на стол с добавлением в тарелки крупного куска отварной говядины и мелко нарезанной петрушки.

Борщ с ботвой свеклы (летний)

100 г свеклы с ботвой, 80 г картофеля, 20 г моркови, 10 г петрушки, 20 г лука репчатого или порея, 50 г кабачков, 40 г помидоров или 15 г томата-пюре, 10 г масла, 5 г уксуса, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец и соль по вкусу (на одну порцию).

Подготовленные корни и лук нарезать ломтиками, черешки свеклы кусочками, и все пассеровать с жиром. Промытые листья свекольной ботвы разрезать на части. Кабачки и картофель очистить от кожицы, нарезать ломтиками. В кипящую воду, овощной отвар или бульон положить пассерованные овощи, довести до кипения, добавить листья свекольной ботвы, картофель, варить 15—20 мин. За 8 мин до окончания варки положить нарезанные кабачки, помидоры, уксус, лавровый лист, перец, соль по вкусу. Подавать со сметаной, измельченной зеленью петрушки, укропом.

Борщ флотский

40 г копченого бекона, 100 г свеклы, 60 г капусты, 50 г картофеля, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г маргарина, 5 г сахара, 8 г уксуса, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец, соль по вкусу (на одну порцию).

Сварить бульон из свиных копченых костей, грудинки или корейки, овощи нарезать ломтиками, капусту шашками. Картофель, нарезанный в форме кубиков, положить в бульон одновременно с капустой. Подготовить свеклу и сварить борщ по одному из описанных выше рецептов. Подавать с кусочком бекона или мяса, сметаной и зеленью.

Рассольник московский с почками

75 г почек, 45 г петрушки, 30 г пастернака, 15 г сельдерея, 20 г репчатого лука, 30 г лука-порея, 20 г щавеля, 20 г шпината или салата, 30 г соленых огурцов, 10 г масла, 75 г молока, 1 желток, 5 г зелени (на одну порцию).

В состав рассольников обязательно входят соленые огурцы и белые корни (петрушка, сельдерей, пастернак). Мелкие огурцы с тонкой кожицей используют неочищенными, у остальных срезают кожицу, удаляют семена. Огурцы нарезают соломкой или ромбиками, припускают в отдельной посуде и вводят в бульон после того, как картофель сварится почти до готовности.

Подготовленные нарезанные почки залить холодной водой. Воду слить, почки промыть, вновь залить водой и варить до готовности. В кипящий бульон положить пассерованные овощи, припущенные огурцы, специи, варить 15—20 мин. За 5—8 мин до окончания варки в рассольник добавить шпинат, щавель, салат, огуречный рассол (по вкусу), который

предварительно следует прокипятить и процедить. При подаче на стол положить в тарелку нарезанные почки, добавить смесь сырого желтка с молоком, посыпать зеленью.

Рассольник с потрохами

125 г потрохов, 45 г петрушки, 30 г пастернака, 15 г сельдерея, 20 г репчатого лука, 30 г лука-порея, 20 г щавеля, шпината или салата, 30 г соленых огурцов, 10 г масла, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец по вкусу (на одну порцию).

Головы, шейки, крылышки домашней птицы тщательно опалить. Разрубить шейку на 3—4 части, крылышки — на 2 части; из головы вынуть глаза, клюв отрубить; сердце надрезать и удалить кровь, желудок разрезать пополам и снять внутреннюю пленку, лапки ошпарить и снять ороговевший покров. Все промыть холодной водой. Залить горячей водой или бульоном (мясным или костным), положить перец, лавровый лист, зелень, корни петрушки и пр., варить при слабом кипении 1,5—2 часа. Печенку сварить отдельно.

Бульон процедить, через 15 мин снять с поверхности жир, приготовить на этом бульоне рассольник по предыдущему рецепту. Перед подачей прогреть потроха положить в тарелку, добавить сметану и зелень.

Рассольник ленинградский

100 г картофеля, 30 г перловой крупы, 20 г моркови, 5 г петрушки, 10 г репчатого лука, 10 г лука-порея, 30 г соленых огурцов, 10 г маргарина, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец, соль по вкусу (на одну порцию).

Рассольник ленинградский можно готовить на бульоне из любых мясных продуктов. Перебранную и хорошо промытую перловую крупу всыпать в кастрюлю, залить бульоном и распарить под крышкой в течение часа. Картофель нарезать брусочками, корни — крупной соломкой, лук нашинковать. Корни и лук пассеровать на жиру. Огурцы подготовить обычным способом и положить в кипящий бульон вместе с перловой крупой. Через тридцать минут добавить овощи, зелень, лавровый лист, перец. В конце варки рассольник заправить кипяченым, процеженным огуречным рассолом. Подавать со сметаной и зеленью.

Солянка сборная мясная

125 г мясных костей (для бульона), 40 г мяса, 20 г ветчины вареной, 20 г сосисок, 45 г почек, 50 г репчатого лука, 30 г соленых огурцов, 10 г каперсов, 30 г оливок, 25 г томата-пюре, 10 г сливочного масла, 30 г сметаны, ломтик лимона, зелень, перец по вкусу (на одну порцию).

Лук нашинковать и пассеровать на сливочном масле, добавить томат-пюре, продолжать пассерование 5—8 мин. В кипящий бульон положить лук, огурцы, каперсы, оливки, а также все мясные продукты, специи, варить 5—10 мин. В конце варки добавить соль и сметану. Подавать с зеленью и лимоном.

Суп из корней и зелени и пирожки с капустой

600 г мяса, 100 г репы, 150 г моркови, 50 г петрушки, 50 г лука, 50 г сельдерея, 2 ст. ложки зеленого горошка, 2 ст. ложки консервированных зеленых бобов, 1 небольшой кочан цветной капусты. Для клецек: 50 г сливочного масла, 3 яйца, полстакана муки, полстакана воды. Для пирожков: 3 стакана муки, 200 г масла, 200 г сметаны, 1 ч. ложка соли, 800 г капусты, 4 яйца, 100 г масла для фарша.

Сварить бульон из мяса. Все корни нарезать очень тонко, обжарить в разогретом масле до золотистого цвета. Обрезки от корней положить в бульон и варить вместе с мясом. Залить бульоном, чтобы он покрывал корни. Накрыть крышкой и держать на пару до тех пор, пока весь бульон не впитается в корни. Отдельно отварить в соленом кипятке разобранный на мелкие чашечки цветную капусту. Консервы зеленого горошка и бобов отцедить от сока. Сварить клецки: вскипятить масло с водой, посолить, всыпать муку, размешать на огне, слегка остудить, втереть яйца по одному, готовое тесто брать на кончик ложки и опускать в кипяток. Всплывшие на поверхность готовые клецки отцедить, сложить в миску, добавить жареные корни, горошек, бобы, цветную капусту, залить горячим процеженным бульоном и подавать.

Муку с маслом порубить ножом, влить подсоленную сметану, быстро замесить тесто и поставить в холодильник. Капусту мелко порубить, залить соленым кипятком и поставить варить. Когда капуста закипит, снять крышку на 5 мин, чтобы удалился специфический запах капусты. Доварить, закрыв крышку, до мягкости, откинуть на дуршлаг, охладить, положить в полотняный мешочек и хорошо отжать. Выложить в миску, положить рубленые яйца, залить растоплен-

ным маслом и хорошо вымешать. Остывшее тесто выложить на посыпанную мукой доску, раскатать в тонкий пласт, вырезать стаканом кружки, на половину кружков положить кучками фарш, остальными кружками накрыть их, края защипать, смазать пирожки разболтанным яйцом и поставить в хорошо нагретую духовку. Когда пирожки пропекутся, снять их с листа и подавать к супу.

Суп-пюре из картофеля и моркови

1,5 л бульона, 3 картофелины, 2 моркови, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, соль, 100 г сливок, 1 желток, зелень.

Очищенную морковь натереть на мелкой терке, опустить в горячий бульон, добавить мелко нарезанный картофель и варить до готовности, затем протереть через сито, добавить пассерованную муку и проварить. При подаче в суп положить смесь сметаны и сырого желтка, посыпать мелко нарезанной зеленью, отдельно подать гренки или пирожки с мясом.

Суп из фасоли с орехами

1,5 л бульона, 100 г фасоли, соль, 1 луковица, 100 г орехов, молотый перец, масло, зелень.

Поставить варить замоченную фасоль в бульоне, добавить через 30 мин кольца лука, обжаренные в масле, перец, мелкорубленные орехи, соль и варить до полной готовности фасоли. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп-пюре из кукурузы

1,5 л воды или бульона, 500 г консервированных кукурузных початков, 2 ст. ложки манной крупы, 2 яичных желтка, соль, сахар, 50 г мяса, укроп, сливки или сметана.

В воде или бульоне отварить кукурузу, протереть ее через сито, проварить, всыпать манную крупу, сварить до загустения, добавив по вкусу соль и масло. При подаче на стол положить в суп сливки или сметану, смешанную с яичными желтками. Посыпать мелко нарезанным укропом.

Суп картофельный с чесноком

1,5 л бульона, 3 картофелины, соль, тмин, 4 дольки чеснока, 50 г масла, 100 г белого хлеба.

Очищенный и нарезанный брусочками картофель сварить в бульоне, добавив тмин, а когда картофель станет мягким, добавить растолченный с солью чеснок. В готовый суп добавить масло и подать с гренками из белого хлеба.

Суп молочный с рисом

0,5 л воды, 1 л молока, 3 ст. ложки риса, 100 г изюма, соль, сахар, 1 ст. ложка масла.

Рис промыть, сварить до полуготовности. Добавить молоко, промытый изюм, соль, сахар и варить до полной готовности. Подать с маслом.

Молочный суп с ячневой крупой и морковью

1 л воды, 2 ст. ложки ячневой крупы или риса, 2 шт. моркови, соль, 1 л молока.

Очищенную морковь натереть на терке стружкой. Рис или крупу промыть. В кастрюлю с кипящей водой положить морковь, крупу, соль и варить все на слабом огне. Когда крупа и морковь станут мягкими, добавить молоко и прокипятить. Суп можно посыпать сахаром.

Суп из фасоли с колбасками

1,5 л воды, 100 г фасоли, 50 г копченого шпика, 300 г картофеля, 1 луковица, коренья, соль, 200 г колбасок (сосисок).

Вымоченную фасоль варить в воде вместе с кожей от шпика и кореньями. Когда фасоль станет полумяжкой, добавить очищенный нарезанный картофель. Шпик нарезать мелкими кубиками, мелко нарезать лук. С колбасок снять кожу, нарезать кружочками. Шпик обжарить, добавить лук и кружочки колбасок. Добавить все это в готовый суп.

Суп молочный с клецками

0,5 л воды, 1 л молока, соль, сахар, корица. Для клецек: 2 яйца, 0,5 стакана пшеничной муки, четверть стакана молока, соль, 50 г масла.

Из муки, яиц и молока замесить тесто, добавить растопленное масло, соль и перемешать. Вскипятить воду с молоком, добавить по вкусу соль и сахар. Класть тесто чайной ложкой в кипящую жидкость и варить до тех пор, когда клецки всплывут. При подаче суп можно посыпать смесью сахара с корицей.

Суп с зеленым горошком

1 л бульона, 1 маленькая банка консервированного горошка, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, соль.

В кастрюлю растопить масло, всыпать муку, пассеровать до светло-коричневого цвета, разбавить жидкостью от зеленого горошка, смесь довести до кипения, добавить бульон, горошек и, если надо, заправить специями. Можно влить сливки, подавать с гренками.

Зеленый суп с крокетами из яиц

1 кг мяса, 8,5 стаканов воды, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 желтка, 500 г щавеля, 1 луковица, 1 петрушка, 1 репа, 1 морковь, 1 ст. ложка муки, соль по вкусу. Для крокетов: 6 яиц, 3/4 стакана молока, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, по 1 ч. ложке зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу, 2 яйца для панировки, 1 стакан панировочных сухарей, 1,5 стакана смальца для жаренья.

Мясо обмыть, нарезать на небольшие куски. Кости вырезать и положить на дно кастрюли, на них положить мясо, залить водой и поставить кастрюлю на сильный огонь. Когда бульон закипит, снять пену. Очищенные корни и лук нарезать, обжарить в масле до золотистого цвета, опустить в бульон, посолить, дать ему вскипеть, после чего уменьшить огонь и держать бульон на слабом огне 3 ч, не давая сильно кипеть. Когда мясо совершенно выварится, вынуть его, а бульон процедить. Стебли щавеля отрезать от листьев, выложить в маленькую кастрюлю, добавить 1 ч. ложку масла, накрыть крышкой и тушить до мягкости. Затем протереть через дуршлаг и смешать сок с мукой, растертой с маслом, добавить мелко нарезанные листья щавеля, потушить под крышкой до мягкости, соединить с соусом, приготовленным из сока стеблей щавеля, развести всем количеством бульона, вскипятить. После этого поставить кастрюлю с супом на сковороду с кипящей водой, заправить суп сметаной, размешанной с желтком, не давая кипеть.

Перед подачей опустить в суп 1 ст. ложку сливочного масла. Подать к супу крокеты из яиц.

Приготовление крокетов. Муку и масло посолить, растереть, залить 3/4 стакана молока. Кипятить до густоты. Добавить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, поперчить, смешать с зеленью. Массу размазать по плоской тарелке и поставить на холод, чтобы она хорошо застыла. Застывшую массу нарезать ровными квадратиками, скатать в шарики, обвалять в муке, затем во взболтанных яйцах и сухарях. Погрузить крокеты в растопленный смалец и обжарить до золотистого цвета. Уложить пирамидой на плоской тарелке и подать горячими.

Суп с яичным суфле и пирожки-корзиночки с мозгами

1,5 кг мяса, 5 яиц, 1,25 стакана молока, 1 ст. ложка рубленой зелени укропа, соль по вкусу, 1 маленький кочан цветной капусты, 4 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 2 моркови, 2 репы, 4 ст. ложки консервированной фасоли. Для пирожков: 3 стакана муки, 200 г сметаны, 200 г масла, 500 г мозгового фарша, 2 ст. ложки масла для жаренья лука, 1 луковица, 3 ст. ложки уксуса, 2 яйца, 1 ч. ложка зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Сварить бульон, процедить. Заготовить яичное суфле. Яйца взбить венчиком, влить молоко, добавить рубленую зелень. Всю массу хорошо смешать, посолить, вылить в кастрюлю, хорошо смазанную маслом, накрыть крышкой и варить на пару 20—25 мин. Готовое суфле вынести на холод, охладить, чтобы оно окрепло, выложить и нарезать кусками. Перед самой подачей положить в суповую миску все корни и овощи, отдельно сваренные в воде и красиво нарезанные, и суфле. Залить бульоном и подавать с пирожками.

Приготовление пирожков-корзиночек с мозгами. Порубить муку с маслом до получения как бы маслянистой крупы, влить сметану, смешанную с 1 ч. ложкой соли, быстро замесить тесто и поставить в холодильник на 10—15 мин. Раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать стаканом кружки, разложить их в смазанные маслом тарталетки, на тесто положить фарш так, чтобы он не доходил до краев на 1/4. Поставить в хорошо нагретую духовку на 15 мин.

Приготовление фарша. 1 л воды вскипятить с уксусом и в кипящую воду положить хорошо промытые и очищенные от пленок мозги. Варить 5 мин. Вынуть шумовкой, охладить, нарезать крупными кубиками. Лук мелко порубить, посолить и обжарить в масле до золотистого цвета. Смешать с мозгами, затем с желтками, посолить, поперчить и соединить со взбитыми белками.

Суп из телячьей головы с фаршированными яйцами

1 телячья голова, 1,5 кг мяса (лопатка), 100 г масла, 1 луковица, по 1 шт. моркови и сельдерея, 100 г картофельной муки, 50 г маслин, соль по вкусу.

Мясо отделить от костей. Из костей сварить бульон. Мясо нарезать небольшими кусками, обжарить на сковороде в духовке, хорошо подрумянив. Когда мясо станет красным, опустить его в костный бульон и варить на небольшом огне 2—3 часа, то есть до тех пор, пока бульон не станет красным. Из телячьей головы вынуть язык и мозг. Язык и голову (кости предварительно удалить) сварить в несоленой воде. Мозг сварить в соленой воде. Лук и корни крупно нарезать и потушить в небольшом количестве бульона с кусочками масла. Сваренную голову промыть в холодной воде, порезать довольно крупными кусками. Мозги нарезать тонкими ломтиками. Все соединить, добавить тушеные корни, очищенные от косточек маслины. Положить все в кастрюлю, залить бульоном, процеженным через марлю, добавить картофельную муку, разведенную полстаканом холодного бульона, хорошо размешать, прокипятить и подавать.

Вместо пирожков подаются к супу фаршированные яйца, запанированные в сухарях и обжаренные во фритюре. Для этого сварить яйца вкрутую (по одному на порцию супа), разрезать пополам вдоль, из каждой половинки вынуть желток, протереть через дуршлаг, смешать с кусочками сливочного масла и рубленой зеленью петрушки. Заполнить полученной смесью половинки яиц и соединить их. Обвалить «целые» яйца в разболтанном яйце и сухарях и обжарить со всех сторон.

Венский суп

1,5 л бульона, 400 г печени, 50 г копченого шпика, 1 морковь, 4 ломтика черствого белого хлеба, масло, тимьян, мускатный орех, соль по вкусу.

Очищенную морковь нарезать соломкой, шпик — кубиками. С печени снять пленку и нарезать брусочками. Шпик обжарить в кастрюле до прозрачности, добавить морковь и печень, обжарить, добавить бульон, соль, смолотый в порошок тимьян, тертый мускатный орех и варить. Разливая суп, в каждую тарелку положить гренки.

Суп из говядины

500 г говядины, 2 ст. ложки жира, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 луковица, по 1 шт. петрушки и сельдерея, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка томата-пасты, соль, зелень по вкусу, ягоды можжевельника.

Промытые куски говядины обжарить в жире, поместить в котел, залить водой и варить 1,5 часа. Добавить корни и продолжать варку до готовности мяса. Затем добавить специи и ягоды можжевельника. Мясо из супа вынуть, освободить от костей и снова положить в суп. Заправить суп пассерованной мукой и томат-пастой. Перед подачей посыпать зеленью петрушки.

Суп с зеленым горошком и рисом

1,5 л бульона, 1 ст. ложка риса, корни, 1 стакан зеленого горошка, 4 сосиски, зелень петрушки.

В горячий бульон положить промытый рис и корни и варить до мягкости. Засыпать в суп консервированный зеленый горошек и нарезанные кружками сосиски, прогреть, добавить соль. При подаче посыпать зеленью, можно добавить масло.

Суп из субпродуктов с фасолью

200 г фасоли, сердце, печень или почки, 100 г копченого шпика, 1,5 л воды, 2 луковицы, лимонная цедра, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Фасоль промыть и замочить на ночь. Подготовить почки (вырезать мочеточники), залить водой с уксусом, несколько раз сменить воду. Копченый шпик нарезать кубиками и растопить в кастрюле. Обжарить в жире нарезанные субпродукты, лук, долить воду, посолить и варить. В отдельной посуде сварить фасоль. Готовую фасоль добавить в суп вместе со специями и довести до кипения.

Суп-гуляш

300 г нежирной говядины, 100 г репчатого лука, 50 г жира, 1,5 л воды, 300 г картофеля, 1 ч. ложка тмина, 2 стручка паприки, 4 помидора, зелень и соль по вкусу.

Мясо нарезать брусочками, обжарить в разогретом жире до появления коричневой корочки, добавить нарезанный коль-

цами лук, посыпать молотой паприкой, солью, тмином и в закрытой кастрюле тушить около 20 мин. Затем добавить воду, нарезанную соломкой паприку и варить на слабом огне до полуготовности мяса. Положить в суп нарезанный брусочками картофель и ломтики помидоров и варить до готовности. Готовый суп заправляется сметаной и зеленью петрушки.

Свекольник с ливерной колбасой

1 свекла, 1 луковица, 80 г жира, 150 г ливерной колбасы, 1 ст. ложка муки, 1,5 л воды, 2 ст. ложки сметаны, зелень, соль, сахар.

Очищенную свеклу натереть стружкой, положить в кастрюлю с разогретым жиром и, помешивая, прогреть. Добавить и обжарить мелко нарезанный лук, затем нарезанную кусочками колбасу, горячую воду, соль, сахар и варить под крышкой. В готовый суп добавить разведенную водой муку, соль и сахар по вкусу. При подаче заправить суп сметаной и мелко нарезанной зеленью.

Суп сырный с луком

100 г копченого шпика, 2 большие луковицы, 2 ст. ложки муки, 1,5 л воды, 200 г сыра, 2 яичных желтка, соль, лимонный сок, сметана, зелень, перец.

Нарезанный кубиками шпик, лук кольцами обжарить, добавить муку, развести водой, посыпать специями, тертым сыром и варить при помешивании до готовности. В готовый, охлажденный до 60° суп влить смесь яичных желтков со сметаной. При подаче на стол посыпать суп зеленью.

Суп из почек по-английски

1,5 л воды, 2 говяжьи почки, 2 ст. ложки муки, 1 луковица, 2 ст. ложки масла, 1 лимон, зелень петрушки, красный перец.

Почки разрезать пополам вдоль, очистить, замочить в уксусе, промыть и обсушить, нарезать брусочками, панировать в муке. В кастрюле растопить 1 ст. ложку масла, обжарить почки до румяной корочки, залить кипятком и варить до готовности. Добавить в суп соль, обжаренный в масле лук, пассерованную муку.

Отрезать 4 кружка лимона (по одному на порцию), а из остального выжать в готовый суп сок. При подаче на стол в каждую тарелку положить лимон, посыпать зеленью петрушки, красным перцем. Подавать со слоеными пирожками или соленым печеньем.

Суп гороховый с яблоками

2 л воды, 500 г баранины, полстакана гороха, 1 луковица, 2 картофелины, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 яблоко, соль, масло, зелень.

Мясо нарезать маленькими кусочками, положить в кастрюлю, поджарить, залить водой, чтобы мясо было чуть покрыто, добавить соль и тушить под крышкой. В отдельной посуде вместе с костями сварить горох, по готовности добавить нарезанный картофель, обжаренный в масле лук и специи; варить до готовности. Вынуть кости, положить в суп тушеное мясо, нарезанное ломтиками яблоко, зелень, томат-пюре, прокипятить и подавать с зеленью петрушки.

Суп из копченого мяса

800 г копченого мяса, 2 л воды, 1 брюква, 1 ст. ложка перловой крупы, 3 картофелины, соль, сметана, зелень.

Промытое мясо залить холодной водой и варить на слабом огне, снимая пену. Добавить очищенную, пополам разрезанную брюкву, промыть крупу и продолжать варить. По готовности брюкву вынуть и нарезать соломкой, в суп положить нарезанный мелко лук, картофель. Затем вынуть мясо, отделить от костей, измельчить, вместе с брюквой опустить в суп и опять проварить. Разлить по тарелкам, добавив сметану и зелень.

Суп с фрикадельками

1,5 л бульона, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, соль, перец, 2 картофелины. Для фрикаделек: 250 г мясного фарша, 1 луковица, 1 ломтик черствого хлеба, полстакана молока, 1 яйцо.

В кипящий бульон опустить мелко нарезанную морковь, корень петрушки, луковицу и варить до размягчения, добавив соль и небольшими кубиками нарезанный картофель. С белого хлеба срезать корочку, замочить хлеб в молоке и, когда размокнет, тщательно смешать с мясным фаршем, солью, мелко

нарезанным луком и яйцом. Из массы сформовать шарики, опустить в кипящую воду и на слабом огне довести до кипения.

Суп гороховый

500 г копченой свиной грудинки, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка перловой крупы, 150 г гороха.

За день до приготовления супа залить целый горох теплой водой. Копченую грудинку промыть, положить в кастрюлю, предварительно порубив, если кости большие. Когда вода закипит, снять пену, всыпать горох, крупу и варить до готовности. Добавить мелко нарезанный лук и продолжать варить, затем добавить потертую крупно морковь. При подаче на стол посыпать измельченной зеленью петрушки.

Суп-харчо

1,5 л воды, 500 г баранины, 2 ст. ложки риса, 2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 4 сливы, соль, перец, лавровый лист, зелень.

Промытое мясо нарезать кусочками, залить водой и варить. Через час добавить промытый рис, соль, мелко нарезанный и пассерованный лук и варить до готовности риса и мяса. Положить в суп обжаренные или вымоченные сушеные сливы, варить еще 10 мин. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп из копченой свинины

1 кг копченой свинины, 1 луковица, 1 морковь, 1 брюква, 2 картофелины, 1 корень петрушки, тмин, чеснок, перец, сметана, зелень.

Поставить варить промытое мясо. Через час в жире, снятом с бульона, обжарить лук и корнеплоды и опустить в бульон. В конце варки добавить в суп нарезанный картофель, тмин и немного чеснока. Отделить мясо от костей и положить в тарелки. Залить супом, добавив сметану и зелень.

Мясной суп с овощами и макаронами

2 л воды, 800 г мяса с косточкой, 1 сельдерей, 1 стебель лука-порея, 1 морковь, 100 г макарон, специи, зелень петрушки или укропа.

Кости в нескольких местах разрубить, залить холодной водой, варить, сняв после закипания пену. Через час добавить соль, нарезанную морковь, сельдерей и лук-порея. Варить суп до тех пор, пока мясо и овощи станут мягкими. Отдельно отваренные в соленой воде макароны опустить в суп, добавив перец и зелень.

Суп по-варшавски

1,5 л воды, 100 г говядины, 100 г птичьих потрохов, 50 г колбасы, 1 ст. ложка сушеных белых грибов, 1 луковица, сельдерей, лук-порея, семечки фенхеля, соль, майоран, жир, 1 небольшая вареная свекла, сметана, зелень.

Сушеные грибы залить теплой водой. Мясо и потроха промыть, нарезать, залить холодной водой, дать закипеть, снять пену и продолжать варку. Сельдерей, лук-порея, колбасу нарезать, обжарить в жире, добавить в суп, посолить. Семена фенхеля, майоран и набухшие грибы добавить в суп вместе с настоем от грибов (предварительно процеженным) и варить до готовности. Свеклу очистить, натереть на терке, положить в супницу, залить кипящим супом, добавить сметану и измельченную зелень петрушки.

Суп овощной с мясом

1,5 л воды, 300 г мясного фарша, 500 г различных овощей (морковь, сельдерей, капуста, брюква, картофель), 100 г масла, соль, мускатный орех по вкусу.

Очищенные овощи натереть стружкой (за исключением картофеля), в кастрюле с растопленным маслом смешать с мясным фаршем и обжарить. Добавить воду, специи и нарезанный кубиками картофель и варить. Через 20 мин подавать, предварительно посыпав зеленью.

Суп с окороком

1,5 л воды, 200 г копченого или отварного окорока, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 луковица, специи и зелень по вкусу.

Окорок пропустить через мясорубку вместе с луком, положить в кастрюлю, залить предварительно сваренным бульоном или горячей водой, добавить томат-пюре и варить 15 мин. Добавить соль и перец, подавать с гречками, посыпав мелко нарезанной зеленью.

Суп из мозгов

400 г мозгов, 2 ст. ложки масла, 1 луковица, 2 ст. ложки муки, 1 л бульона, полстакана сливок, специи по вкусу, белый хлеб, масло.

Мозги ошпарить, снять пленку, затем измельчить. В жире обжарить мелко нарезанный лук и муку, мозги разбавить бульоном. Все проварить, добавить сливки, соль. При подаче посыпать суп зеленью, добавить гренки.

Суп из телятины с картофельными клецками

500 г телятины, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки свежей сметаны, укроп. Для клецек: 5 отварных картофелин, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 4 ст. ложки муки, соль.

Промытое, нарезанное кусочками мясо залить холодной водой и поставить варить. Снять пену, опустить очищенную морковь, лук, петрушку и варить до полной готовности мяса. Пока мясо варится, приготовить клецки. Отварной картофель, вареную морковь и лук натереть на терке, добавить яйцо, растопленное масло, муку, соль, нарезанную зелень и все перемешать. Когда мясо сварится, бульон процедить. Чтобы убедиться, что клецки не расплывутся, сварить пробную (если расплывается, добавить в массу муки). Приготовленные клецки опускать в суп ложкой, варить на слабом огне до их всплытия. В готовый суп положить отделенное от костей и мелко нарубленное мясо. В суповую миску положить яичные желтки со сметаной и измельченный укроп, налить суп, размешать и подавать.

Суп из языка с сыром

2 ст. ложки масла, 1 луковица, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ст. ложка горчицы, 1 л бульона, 0,5 л молока, 100 г тертого сыра, 1 вареный язык, соль, мускатный орех.

Луковицу мелко нарезать, обжарить в кастрюле с кипящим маслом, посыпать мукой и, помешивая, прогреть. Разбавить бульоном или молоком, проварить, добавить томат-пюре, горчицу и сыр. Все опять проварить, добавить специи и нарезанный ломтиками язык. На гарнир подать пирог с овощной начинкой.

Суп из зеленого горошка с томатом

1,5 л бульона, 1 банка зеленого горошка, 2 ст. ложки томата-пюре, коренья, соль, зелень, сметана.

В бульоне сварить обжаренные в жире коренья. Когда они станут мягкими, добавить томат-пюре и горошек. Посолить по вкусу, посыпать зеленью, подавать со сметаной и гренками.

Суп из свинины и морской капусты

На 300 г свинины — 200 г отваренной морской капусты, 5 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, полстакана сметаны, 1 ст. ложка масла.

Отделив мякоть свинины от костей, нарезать ее некрупными кусками. Кости использовать для варки бульона. Выложить на разогретую с жиром сковородку кусочки свинины, нарезанную соломкой морскую капусту, измельченный лук и морковь. Обжарить на маленьком огне в течение 5—7 мин. В кипящий бульон опустить нарезанный брусочками картофель, проварить 15 мин, положить остальные продукты и варить до готовности. Заправить суп зеленью петрушки и сметаной.

Окрошка

1,5 л хлебного кваса, 100 г отварного нежирного мяса, 100 г колбасы, 1 огурец, 1 яйцо, зеленый лук, укроп, соль, сахар, горчица, 4 ст. ложки сметаны.

Сварить вкрутую яйцо, отделить желток от белка. Желток протереть через сито, добавить к нему горчицу, сахар, сметану, все перемешать и частями долить в смесь хлебный квас. Зеленый лук мелко нарезать, добавить соль и растереть лук до появления сока. Огурцы и мясные продукты нарезать кубиками. В подготовленную жидкость замесить зеленый лук и остальные продукты, попробовать на вкус, добавить укроп. Подавать, хорошо остудив и добавив сметану.

Суп-пюре из свежих огурцов с сырными палочками

1 курица, 8 свежих огурцов средней величины, 200 г масла, 1 ч. ложка муки, 2 желтка, 1,5 стакана сливок. Для шпинатной эссенции: 400 г шпината. Для сырных палочек: 200 г масла, 200 г муки, полстакана воды, 50 г острого сыра тертого, 1 яйцо.

Поставить варить курицу без кореньев. Свежие огурцы очистить от кожицы, нарезать тонкими кружками, сложить в кастрюлю, добавить 1 ч. ложку масла, немного бульона и тушить до мягкости под крышкой. Ложку муки и ложку

масла разбавить бульоном от огурцов и вылить в кастрюлю. Вскипятить несколько раз, протереть через сито, огуречные зернышки положить в бульон. Получившееся пюре поставить на пар. Когда бульон сварится, соединить его с пюре, прокипятить, заправить сливками, смешанными с желтками, опустить в него нарезанное кубиками куриное мясо, ломтики вареных огурцов, кусок сливочного масла. Заправить суп шпинатной эссенцией, чтобы окрасить его в зеленый цвет.

Приготовление эссенции. Шпинат повернуть через мясорубку, влить 1 стакан воды и хорошо отжать, в оставшиеся волокна шпината снова влить 1 стакан воды и снова отжать; повторять эту операцию до тех пор, пока волокна не станут совсем белыми. Полученную жидкость поставить на огонь и, как только она хорошо прогреется, подкрасить её суп.

Приготовление сырных палочек. Приготовить слоеное тесто. Раскатав тесто 6 раз, обильно посыпать его тертым сыром, свернуть, как обычно, втрое и поставить на 20 мин в холодильник. Вынуть, раскатать еще раз в пласт толщиной в полпальца, смазать взбитым яйцом, посыпать оставшимся сыром. Затем длинным ножом, смоченным горячей водой, нарезать полоски шириной 3 см, длиной 7 см, положить на смоченный холодной водой лист и поставить в прогретую духовку.

Куриный суп по-индийски

Полкурицы, 2 л воды, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки риса, 3 ст. ложки орехов, 2 ломтика лимона, перец.

Хорошо промытую курицу залить холодной водой, довести до кипения, на слабом огне варить примерно 1 час. Затем добавить морковь, сельдерей, луковицу и продолжать варку. Рис положить в разогретое масло и, помешивая, обжарить до готовности, затем высыпать в суп и варить. Вынуть курицу из супа, отделить мясо от костей и нарезать мелкими кусочками. К супу и куриному мясу добавить в тарелки измельченные орехи, лимон, перец.

Куриный суп с макаронами

1,5 л куриного бульона, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 150 г макарон, соль, мускатный орех, зелень.

В кипящий бульон опустить обжаренные овощи и корни петрушки. В отдельной кастрюле в кипящей соленой воде сва-

рить макароны, откинуть на дуршлаг и добавить к готовому супу. Подавать с зеленью.

Сладкий суп со «стружками»

2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, 0,5 л воды, 0,5 л фруктового сока, сахар, корица, 2 тонких блина, 1 ч. ложка рома.

В кастрюле растопить масло, пассеровать в ней муку до золотистого цвета, разбавить водой, кипятить, добавив корицу и фруктовый сок. Разлить суп в тарелки. Тонкие блины нарезать стружками, посыпать сахаром и опустить в тарелки.

Суп из сухофруктов

200 г сухофруктов, 0,5 стакана перловой крупы, 100 г сахара, 0,5 стакана кислого сока, 2 ст. ложки сметаны, 1,5 л воды, корица, цедра лимона или апельсина.

Крупы промыть, замочить на ночь и в той же воде распарить до мягкости. Промытые сухофрукты залить теплой водой, оставить на 2 часа для набухания, в той же воде сварить, добавив сахар, корицу и цедру лимона (апельсина). Когда фрукты станут мягкими, добавить к ним распаренную крупу, сок. Все проварить и подать со сметаной.

Суп из овсяных хлопьев с фруктами

1 л воды, 3 ст. ложки овсяных хлопьев, соль, свежие или консервированные фрукты, 0,5 л молока, сахар, 1 ч. ложка масла.

Овсяные хлопья сварить в воде на слабом огне. Когда они будут готовы, добавить соль, молоко. Положить в суп фрукты. Если добавляете изюм, предварительно промойте его, обдайте кипятком, проварите с сахаром в небольшом количестве воды в течение 10 мин. Яблоки, абрикосы и другие фрукты надо предварительно тушить в сиропе. Подготовленные фрукты с сиропом добавить в суп.

Суп из брусники

1 л воды, 1 стакан брусничной массы, гвоздика, корица, цедра лимона или апельсина, сахар, 1 ст. ложка картофельного крахмала.

Для приготовления супа можно использовать засахаренную или свежую массу брусники, а также брусничный джем. В кипящую со специями воду добавить бруснику, сахар, разведенный в воде крахмал и кипятить 2 мин. Подавать горячим или охлажденным с печеньем. Наиболее подходит печенье с перцем или корицей.

Суп из чернослива с сухарями

200 г чернослива, 100 г ядер орехов, 100 г меда, 1 л воды, 8 сухариков, 1 ст. ложка картофельного крахмала.

Чернослив промыть, залить теплой водой. Когда чернослив набухнет, сварить его в той же воде, добавить сахар или мед, корицу и загустить разведенным холодной водой крахмалом. В порционную посуду положить по 2 сухарика, залить теплым супом из чернослива и посыпать размельченными орехами.

Сладкий суп с манной кашей

0,5 л воды, 0,5 л фруктового сока, сахар, 1 ст. ложка картофельного крахмала. Для манной каши: 0,5 л молока, 2 ст. ложки сахара, 0,5 стакана манной крупы, 1 ст. ложка масла, соль, цедра лимона.

Молоко вскипятить, добавить цедру, сахар, соль, всыпать манку. Помешивая, варить кашу до загустения, вылить в смазанную жиром посуду или на поднос. Остывшую кашу разрезать на квадратики. Кисель сварить из воды, сока и сахара. Охладить, разлить по тарелкам с кусочками каши.

Суп клюквенный с клецками

1 л воды, 1 стакан клюквы, 0,5 стакана сахара, 1 ст. ложка крахмала. Для клецек: 0,5 стакана воды, 0,5 стакана муки, 1 ст. ложка масла, 2 яйца, соль, сахар.

Из промытой клюквы выжать сок. Мезгу (выжимки) залить водой, довести до кипения, процедить, смешать полученную жидкость с сахаром и снова довести до кипения, загустить крахмалом, разведенным холодной водой. Прогреть, не давая закипеть, остудить и добавить выжатый клюквенный сок. Разлить в порционную посуду, добавив отдельно сваренные клецки.

При приготовлении клецек воду с маслом вскипятить, добавить соль, немного сахара и муку. На слабом огне про-

греть смесь, постоянно помешивая так, чтобы тесто начало отставать от краев кастрюли. Тесто немного охладить, затем добавить взбитые яйца и хорошо перемешать. В слегка подсоленный кипяток чайной ложкой опустить небольшие клецки и варить до тех пор, пока они не всплывут. Затем вынуть их шумовкой на мелкое блюдо, охладить и положить в суп.

Ягодный суп с рисом

1 л воды, 200 г ягод (крыжовника, смородины, вишни), 100 г сахара, лимонная цедра, гвоздика, корица, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 4 ст. ложки отварного риса.

Промытые ягоды залить водой и проварить, добавив сахар и специи. Ввести разбавленный холодной водой крахмал, вновь довести до кипения и затем охладить. При подаче в порционные тарелки положить по 1 ст. ложке отварного риса, залить супом.

Суп из ревеня с сухариками

1 л воды, 300 г ревеня, 150 г сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, тертая апельсиновая цедра, корица, сухарики.

Весной первый молодой ремень можно использовать с кожей. Промыть, нарезать кусочками и варить, добавляя сахар и специи. Когда ремень станет мягким или совсем разварится, заправить его разведенным в холодной воде крахмалом. Довести до кипения. Прежде чем разлить суп по тарелкам, в каждую положить по ванильному сухарику. Подавать холодным.

Суп из ревеня с кефиром

1 л кефира, 200 г ревеня, корица, лимонная цедра.

Очистить ремень от грубых волокон, нарезать и сварить в сахарном сиропе, не допуская разваривания. Вынуть шумовкой, охладить. Кефир смешать с холодным сиропом из ревеня, корицей, тертой лимонной цедрой, разлить в порционную посуду, положив туда же отваренный ремень.

РЫБНЫЕ ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Уха холодная

1 кг свежей рыбы, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 3 горошины черного перца, 1 крутое яйцо, 1 огурец, 2 ст. ложки зеленого горошка, зеленый лук, укроп, сметана или майонез.

Очищенную рыбу залить водой, варить, снимая пену, добавить нарезанные морковь и лук, специи и продолжать варить на слабом огне до готовности. Вынуть рыбу, отделить от костей и кожи, бульон процедить. Зеленый лук мелко нарезать, положить в супницу, влить немного бульона, добавить сметану или майонез и размешать. Затем влить остальной бульон и опустить в супницу остальные продукты. Подавать сразу, иначе рыба размокнет и суп станет невкусным.

Уха наваристая

На 1 кг рыбной «мелочи» — 500 г более крупной рыбы, по 1 шт. сельдерея и петрушки, 1 луковица, 6 горошин черного перца, лавровый лист, пол-лимона, соль по вкусу.

Приготовить пряный отвар, добавив в него мелкую рыбу. Варить 1 час, чтобы рыба полностью разварилась. Подготовить и нарезать порционными кусками крупную рыбу, предварительно освободив ее от кожи и костей. Процедить отвар, поставить снова на огонь и, когда закипит, опустить в кастрюлю порционные куски. Проварить 20 мин. Перед подачей посыпать зеленью. В каждую тарелку положить кусок рыбы и ломтик лимона.

Уха деликатесная

На 1 кг осетровой рыбы — 1 кг рыбной «мелочи», по 1 корню сельдерея и петрушки, лук-порей, 2 луковицы, лавровый лист, перец, лимон и соль по вкусу.

Сварить пряный отвар, добавив в него мелкую, хорошо промытую и обезглавленную рыбу. Процедить через чистую ткань. Охладить. Подготовить и нарезать рыбу. Опустить в отвар, довести до кипения, тщательно удалить пену, уменьшить огонь и варить 25 мин. Готовую рыбу осторожно вынуть, разделить на порционные куски, положить в тарелки, добавив лимон, зелень, залить бульоном. К праздничному столу эту уху можно дополнительно заправить в самом конце варки 1 стаканом несладкого шампанского.

Уха рыбацкая

На 700 г рыбной «мелочи» — 500 г крупной рыбы, 3 головки репчатого лука, петрушка, лавровый лист, перец, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Мелкую рыбу выпотрошить, тщательно промыть и, не очищая от чешуи, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль и готовить, пока рыба полностью разварится. Бульон процедить. В чистый бульон положить нарезанный лук репчатый, петрушку, проварить в течение 15 мин, добавить порционные куски крупной рыбы, специи. Значительно убавить огонь и варить еще 20 мин, тщательно удаляя всплывающую пену. Готовый бульон заправить сливочным маслом и подать, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Если эту уху готовят на костре непосредственно у места вылова рыбы, то специи можно не добавлять, так как свежая рыба имеет тонкий приятный вкус. В этом случае рыбную «мелочь» лучше варить, заложив в чистую ткань, которую по готовности удалить вместе с разварившимся продуктом.

Уха с картофелем

На 1500 г рыбной «мелочи» — по полкорня петрушки и сельдерея, 1 головка репчатого лука, 6—8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 500—600 г картофеля, соль по вкусу.

Сварить в пряном отваре очищенную и хорошо промытую рыбную «мелочь». Процедить отвар, прокипятить и добавить в него нарезанный брусочками или ломтиками картофель. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа. Рекомендуются перед варкой освободить рыбу от голов, чтобы они не придали отвару горечи. Для улучшения вкуса перед подачей к столу уху можно заправить сливочным маслом, добавляя его в суп мелкими кусочками и все время помешивая.

Уха с картофелем и помидорами

На 800—1000 г мясистой рыбы: 1 корень петрушки, 2 головки репчатого лука, 600 г картофеля, 400 г помидоров, 1,5 ст. ложки сливочного масла; 1—2 лавровых листа, 3—5 горошин черного перца; соль по вкусу.

Мясистую рыбу подготовить как обычно, а затем снять с рыбы филе с кожей, но без костей. Нарезать их порционными кусками, посолить и до использования поставить в прохладное место. Из пищевых отходов — голов, плавников, костей — сварить бульон, процедить, довести до кипения, положить в него нарезанный картофель, репчатый лук и корень петрушки. Варить приблизительно 20 мин, после чего добавить рыбу, специи, нарезанные свежие помидоры и варить еще 20—25 мин. Снять с огня, тотчас же заправить кусочками сливочного масла. Перед подачей на стол в каждую тарелку положить кусок рыбы и посыпать уху измельченной зеленью. При использовании живой рыбы эту уху лучше варить без специй.

Уха из мелкой рыбы с фрикадельками

На 1000 г рыбной «мелочи» — 500 г более крупной рыбы, по полкорня петрушки, сельдерея, 1 головка репчатого лука, 6—8 горошин перца, 2 лавровых листа; для фрикаделей — 50 г пшеничного хлеба, 1 ст. ложка масла, 1 маленькая головка лука, полстакана молока, 1 ст. ложка муки, соль и перец молотый по вкусу.

Пряный отвар, в который добавлена мелкая рыбка, варить до тех пор, пока она полностью разварится (приблизительно 1 час). За это время приготовить рыбный фарш, но не оформлять его в виде колбаски, а сделать некрупные шарики. Вскипятить процеженный отвар и опустить в него фрикадели. Проварить в течение 10 мин, тщательно удаляя всплывающую пену. Подать уху, посыпав ее измельченной зеленью петрушки или укропа. Для обычного стола количество рыбы можно уменьшить, взяв 500 г мелочи и 300 г более крупной рыбы. Для праздничного стола хорошо добавить в каждую тарелку несколько тонких ломтиков лимона без зерен.

Солянка рыбная

На 600—800 г рыбы — 2 головки репчатого лука, 150 г соленых огурцов, 40—50 г томата-пюре, 50 г каперсов, 100 г маслин или маринованных оливок, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 1—2 лавровых листа, 3 горошины черного перца, пол-лимона, соль по вкусу.

Нарезать порционными кусками подготовленную рыбу. Залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, посолить и

варить на маленьком огне до готовности. Затем осторожно извлечь рыбу из бульона. Нашинковать тонкими ломтиками репчатый лук и слегка обжарить его на сливочном масле, добавив за 2—3 мин до окончания жаренья томат-пюре. Соленые огурцы очистить от кожицы, а крупные освободить и от зерен. Нарезать тонкими ломтиками и отварить. Опустить в кипящий бульон подготовленные овощи, специи и каперсы, проварить в течение 10 мин, а затем положить отварную рыбу и довести до кипения. Нарезать тонкими кружочками лимон, освободить от зерен. Освободить маслины или маринованные оливки от косточек. Подать, положив в каждую тарелку кусок рыбы, несколько кружочков очищенного от кожицы лимона и несколько маслин или оливок; посыпать измельченной зеленью петрушки.

Харчо из рыбы

На 500 г рыбы — для пряного отвара: по 1 корню петрушки, сельдерея, 1 головка лука, 1 лавровый лист, 3—4 горошины душистого перца; для супа: 3 головки лука, 100 г риса, 1—2 зубчика чеснока, 100 г очищенных ядер грецких орехов, 2 ст. ложки готового томатного соуса; соль по вкусу.

Приготовить пряный отвар, процедить и охладить его. Подготовить рыбу для варки. Опустить в пряный отвар, довести до кипения. Снять пену, посолить и, уменьшив нагрев, варить до полуготовности в течение 15 мин. Вынуть рыбу из бульона и, сняв всплывающий жир, перелить этот жир в небольшую кастрюлю, куда добавить мелко нашинкованный репчатый лук, закрыть посуду крышкой и, поставив на маленький огонь, тушить лук до мягкости. После этого положить тушеный лук в бульон, довести до кипения, добавить рис, сварить до готовности, затем опустить в бульон рыбу. Проварить харчо в течение 10 мин. Заправить харчо толченым с солью чесноком, томатным острым соусом, толчеными в ступке ядрами грецкого ореха. Проварить еще 10 мин. Подать, положив в каждую тарелку кусок рыбы и посыпав харчо измельченной зеленью киндзы, петрушки или укропа.

В Грузии в харчо добавляют так называемое сунели — сухую смесь толченых семян киндзы, красного перца, зелени и других пряных растений. Вместо томатного соуса в харчо можно положить протертые сквозь сито свежие помидоры (4 шт.).

Суп из форели с грецкими орехами и кизилом

На 600 г рыбы — 2 головки репчатого лука, 2 корня петрушки, 60 г сушеного кизила, 60 г ядер грецких орехов; соль по вкусу.

Подготовленную для варки форель сложить вместе с нарезанными ломтиками петрушкой и репчатым луком в кастрюлю. Залить холодной водой. Довести до кипения, тщательно удалить пену, добавить соль и, уменьшив огонь, варить до готовности, приблизительно 20—25 мин в зависимости от величины рыбы. Растолочь в ступе ядра грецких орехов и промыть сушеный кизил. Осторожно вынуть из бульона готовую рыбу, выложить ее на блюдо и поставить в теплое место, чтобы она не остыла. В бульон опустить сушеный кизил (без косточек) и толченые орехи. Довести до кипения. Подать, положив в каждую тарелку кусок рыбы и посыпав суп зеленью эстрагона или петрушки.

Для этого супа хороша живая форель. Крупную рыбу режут пополам, мелкую варят целиком. Вместо сушеного кизила можно использовать картофель, нарезанный брусочками. В этом случае в бульон добавляют по 3—4 горошины черного и душистого перца.

Суп из бычков или мелкой скумбрии с растительным маслом

На 500—500 г рыбы — 2 головки репчатого лука, 4 помидора, 2 ст. ложки растительного масла, по 1 ст. ложке муки и растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 сырых желтка; соль по вкусу.

Репчатый лук нашинковать и слегка поджарить на растительном масле. Вскипятить подсоленную воду и положить поджаренный лук и нарезанные пополам свежие помидоры; проварить в течение 15 мин, влить растительное масло. Очистить, выпотрошить рыбу, и, тщательно промыв, опустить в кипящий отвар. Варить до готовности приблизительно 15—20 мин, после чего суп процедить, а овощи и рыбу протереть через сито. Соединить протертую рыбу и овощи с отваром и заправить слегка обжаренной на растительном масле мукой, разбавленной бульоном. Прокипятить, охладить до 70° и соединить с сырыми желтками, растертыми с лимонным соком или разведенной лимонной кислотой. Заправляя суп желтками, его надо все время помешивать, чтобы желтки не свертывались. Подать, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из сомовых голов с рисом

На 1000 г сомовых голов — 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 головка лука, 2 лавровых листа, 6—8 горошин перца, 2 ст. ложки масла, 50 г риса; соль по вкусу.

Подготовить и промыть в холодной воде освобожденные от жабр сомовые головы. Слегка обжарить измельченные репчатый лук, морковь, корень сельдерея. Опустить в кипящую подсоленную воду, положить специи. Добавить головы, варить до готовности, тщательно удаляя пену. Вынуть головы из бульона, снять мякоть. В бульон добавить сырой рис. Варить рис до мягкости. Подать суп, положив в каждую тарелку мякоть рыбы. Посыпать измельченной зеленью. Для придания остроты в этот суп можно влить незадолго до окончания варки 1 стакан процеженного огуречного рассола.

Суп из рыбы с перловой крупой

На 1000 г рыбы — по 1 шт. моркови, корня петрушки, сельдерея, лука-порея, 1 головку репчатого лука, 8—10 горошин перца, 2 лавровых листа, полстакана перловой крупы, 1 ст. ложка масла; соль по вкусу.

Приготовить пряный отвар, процедить и охладить его. Сварить рассыпчатую кашу из перловой крупы, добавив при варке 1 ст. ложку сливочного или топленого масла. В отвар опустить подготовленную как обычно рыбу. Готовую рыбу извлечь из отвара. Положить в отвар рассыпчатую кашу, довести до кипения. Подать суп, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа. В каждую тарелку положить кусок рыбы.

Этот суп можно сварить из любой рыбы. Мелкую рыбу можно отварить целиком, крупную, — нарезав порционными кусками.

Суп с фрикаделями

На 1000—1200 г нежирной рыбы — по 1 шт. моркови, корня петрушки, сельдерея, 6—8 горошин черного перца, 1—2 лавровых листа; для фарша: 50 г пшеничного хлеба, 1 ст. ложка масла, 1 маленькая головка лука, полстакана молока; соль, перец молотый, зелень по вкусу.

С подготовленной рыбы снять филеи без кожи и костей. Все пищевые отходы — головы, кости, кожу, хвосты — залить холодной водой, добавить морковь, петрушку, репчатый лук, лавровый лист, перец горошком. Варить в течение 1 часа, после чего процедить бульон. Мелко нашинковать и слегка обжарить репчатый лук; пропустить 2 раза через мясорубку филеи рыбы вместе с обжаренным луком. Заправить фарш растопленным сливочным маслом, солью, перцем. Выложить фарш на стол, сформировать из него шарики. Опустить в кипящий бульон и варить приблизительно 15 мин. Подавать суп, посыпав зеленью петрушки. В каждую тарелку положить по 5—6 фрика-

делей. Если используется мороженая рыба, в фарш нужно добавить 1 сырое яйцо.

Суп рыбный с гарниром из рыбы и крутых яиц

На 1000 г рыбы — по 1 шт. моркови, корня петрушки, сельдерея, лука-порея; 2 лавровых листа, 10 горошин перца, 1 ст. ложка масла, 2 головки репчатого лука, 2 яйца, соль по вкусу.

Подготовленную рыбу залить водой, поставить на огонь, добавить коренья, специи и соль. Отварить до готовности. Осторожно извлечь рыбу и залить ее небольшим количеством бульона. Мелко нашинкованную луковицу слегка обжарить на масле. Опустить в бульон, прокипятить его и процедить. Отваренную рыбу прогреть, выложить на блюдо, залить растопленным сливочным маслом, в которое добавить рубленые крутые яйца. Бульон посыпать измельченной зеленью и подать.

Для этого супа пригодна любая мясистая рыба. Бульон перед подачей к столу можно заправить сметаной.

Суп из налима с овощами

На 1200 г рыбы — дляпряного отвара: 2 моркови, по 1 корню петрушки, сельдерея, лука-порея, 6 горошин черного перца, 2 лавровых листа; для супа: 2 моркови, 1 головка цветной капусты, 1 головка репчатого лука, соль по вкусу.

Подготовленного налима ошпарить кипятком, освободить от кожи, нарезать порционными кусками и посолить. Сварить пряный отвар вместе с кожей и головой рыбы, процедить. Нарезанную кубиками морковь и разделенную на соцветия цветную капусту, очищенную целую луковицу вместе с рыбой опустить в отвар и проварить до готовности. Луковицу удалить. Подать суп, положив в каждую тарелку кусок рыбы. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

Для праздничного стола этот суп можно приготовить несколько иначе, добавив в него перед подачей к столу полстакана сухого белого вина и несколько ломтиков лимона без зерен.

Суп из рыбы-капитана или бельдюги

На 800 г рыбы — 4 картофелины, 2 ст. ложки масла, 1—2 луковицы, 5—6 горошин душистого перца; 1—2 лавровых листа, 1/4 стакана перловой крупы; соль по вкусу.

Сварить рассыпчатую перловую кашу, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой, дать воде стечь. Подготовить рыбу. Мелко нашинковать репчатый лук и слегка обжарить. Вскипятить воду, посолить, положить в нее рыбу, нарезанный мелкими кубиками картофель и обжаренный лук, добавить лавровый лист и перец. Варить на маленьком огне, снимая пену. За 10 мин до окончания варки положить перловую крупу. Подать к столу, положив в каждую тарелку кусок рыбы и измельченную зелень петрушки.

Суп из мелкой рыбы с солеными огурцами

На 1000—1200 г рыбы — 5 соленых огурцов, полстакана огуречного рассола, 1 ст. ложка муки, полстакана сметаны, 6—8 горошин черного перца, 1—2 лавровых листа.

Выпотрошить и тщательно промыть рыбу, не очищая ее от чешуи, однако предварительно удалив жабры. Сварить пряный отвар и опустить в него, пока он горячий, подготовленную рыбу. Варить не менее 1 часа, до тех пор пока рыба полностью разварится, после чего отвар процедить, влить в него процеженный огуречный рассол и поставить на огонь. Тщательно растереть пшеничную муку с холодной водой так, чтобы не было комков, влить эту смесь, помешивая, в бульон, добавить сметану, мелко нарезанные соленые огурцы (без кожицы) и «букетик» зелени петрушки и укропа. Несколько раз вскипятить, а затем, удалив «букетик» зелени, подавать.

Суп из угря с зеленым горошком

На 800—1000 г угря — по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 головку репчатого лука, 2,5—3 стакана вылущенного свежего зеленого горошка, 6—8 горошин перца, 1—2 лавровых листа; соль по вкусу.

Подготовить угря, нарезать кусками, посолить. В кипящую воду опустить нарезанные кубиками корни, свежий зеленый горошек. Тщательно удалить пену и в кипящий отвар положить рыбу. Варить до готовности. Подать, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа. Вместо свежего зеленого горошка можно использовать консервированный (1 банку). В этом случае горошек добавляют за 10 мин до окончания варки. При использовании свежего горошка суп до опускания рыбы нужно варить без соли.

Продолжительность варки угря несколько дольше, чем дру-

гой рыбы. Варить угря надо приблизительно 45—50 мин. Для того, чтобы куски угря не деформировались, их нужно посолить за 1 час до варки.

Суп из снетков с ядрицей

На 1000 г снетков — дляпряного отвара: по полкорня петрушки и сельдерея, 1 головка репчатого лука, 6—8 горошин черного перца, 2 лавровых листа; для супа: полстакана ядрицы, 1 ст. ложка сливочного масла; соль по вкусу.

Сварить пряный отвар. Снетки тщательно промыть, но не потрошить. Посолить их и поставить на 30—40 мин на холод. В процеженный отвар всыпать перебранную и промытую ядрицу. Когда крупа станет достаточно мягкой, опустить в кипящую жидкость снетки, посолить по вкусу, снять пену и заправить суп, все время помешивая, кусочками сливочного масла. Для улучшения вкуса в суп за 5—7 мин до готовности можно влить стакан сливок.

Суп из сайды или пикши с оливковым маслом

На 1000 г рыбы — 150 г оливкового масла, 3 головки репчатого лука (примерно 150 г), 75—100 г лука-порея, 0,5 л сухого белого вина, 4 помидора средней величины, 3—4 зубчика чеснока, 1 лавровый лист, 3—4 горошины черного перца; соль и масло по вкусу.

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, посолить и поставить в прохладное место. Нашинковать репчатый лук и белую часть лука-порея. Разогреть в сотейнике оливковое масло и слегка обжарить на нем подготовленные овощи. Добавить сюда же незадолго до окончания жаренья нарезанные помидоры (без кожицы и семян), чеснок, тщательно растертый с солью, лавровый лист, перец горошком, измельченную зелень петрушки, соль. Через 5 мин влить 0,5 л сухого белого вина и 1 л горячей воды. Прокипятить и положить подготовленную рыбу. Варить приблизительно 15 мин, после чего снять с огня, и, пока суп не остыл, заправить его сливочным маслом. Подать отдельно гренки из ржаного хлеба, натертые чесноком.

Суп из сайды и пикши имеет приятный слегка кисловатый вкус. Если прибавить в него чуть-чуть (на самом кончике ножа) шафрана, он приобретает красивый желтый оттенок.

Суп из хека или аргентины

На 800 г рыбы — 150 г оливкового масла, 3 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 2—3 стебля лука-порея, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки томата-пюре, 4 картофелины, 1 лавровый лист, 3 горошины черного перца; соль по вкусу.

Подготовленную рыбу нарезать кусками. Посолить и поставить в прохладное место. Головы (без жабр) и хвосты залить холодной водой, добавить соль, лавровый лист, петрушку. Варить бульон в течение 1 часа, а затем процедить. Разогреть в кастрюле оливковое масло и слегка обжарить на нем нашинкованный репчатый лук и белую часть лука-порея. В конце жаренья добавить томат-пюре и растертый с солью чеснок. Залить бульоном, довести до кипения, добавить нарезанный брусочками картофель и куски рыбы. Варить 15—20 мин. Подавать, посыпав зеленью петрушки и укропа. Вместо оливкового масла можно использовать подсолнечное, но в этом случае добавить в бульон еще 2 лавровых листа и увеличить количество чеснока.

Суп из рыбы с овощами

На 600—800 г живой рыбы — 1 свекла, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 корень петрушки; соль и сливочное масло по вкусу.

Почистить, выпотрошить и нарезать порционными кусками рыбу. Головы освободить от жабр, сложить в посуду вместе с хвостами, икрой и молоками. Добавить нарезанные ломтиками свеклу, морковь, репчатый лук, корень петрушки и соль. Залить холодной водой. Варить не менее 1 часа, чтобы пищевые отходы рыбы полностью разварились. Готовый бульон процедить, довести до кипения, опустить в него картофель и куски рыбы. Проварить в течение 15—20 мин. Подать, заправив суп сливочным маслом. Посыпать зеленью петрушки.

Рассольник из рыбы-капитана

На 600—700 г рыбы — 3—4 соленых огурца, 1—2 луковицы, 2 ст. ложки жира, 1,5 ст. ложки томата-пюре, 1—2 лавровых листика, по 3 шт. черного и душистого перца; соль по вкусу.

Разделать рыбу на филе без костей, нарезать ее порционными кусками, сбрызнуть разведенным уксусом и выдержать на холоде 30 мин. Из головы (без жабр) и костей сварить бульон.

Мелко нашинковать репчатый лук и слегка обжарить на жире. Перед окончанием обжаривания добавить томат-пюре. Соленые огурцы, очищенные от кожицы, нарезать тоненькими ломтиками. Процедить бульон, добавить в него огурцы, варить 15—20 мин, после этого положить обжаренные овощи, специи, соль и кусочки рыбы. Варить до готовности. Посыпать измельченной зеленью петрушки. Добавить в каждую тарелку ломтик лимона.

Рассольник из зубатки

На 600 г рыбы — по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 луковицу, 150 г щавеля, 150 г соленых огурцов, 2 ст. ложки масла, 50—75 г сметаны, 1 лавровый листик, 5—6 горошин душистого перца; соль по вкусу.

Подготовленную рыбу отварить до готовности, добавив лавровый лист, перец горошком, соль. Извлечь из отвара. Коренья и репчатый лук нашинковать, слегка обжарить и добавить в бульон. Перебрать и мелко нарезать щавель, соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать соломкой. В кипящий бульон опустить огурцы и обжаренные коренья. Проварить в течение 30 мин. Затем добавить щавель, а если бульон нуждается в более кислом вкусе, влить немного процеженного огуречного рассола. Варить 10 мин. Подать, положив в каждую тарелку кусок отварной рыбы, сметану, измельченную зелень петрушки.

Рассольник из трески, пикши или сайды

На 500 г рыбы — по 2 корня петрушки и сельдерея, 1 шт. лука-порея, 2 головки репчатого лука, 150 г огурцов, 600—700 г картофеля, 50 г перловой крупы, 1—2 лавровых листа, 3—5 горошин душистого перца, «букет» зелени петрушки и укропа; соль по вкусу.

Сварить рассыпчатую перловую кашу. Очистить и подготовить рыбу, поставить ее варить, залив холодной водой. Когда жидкость закипит, снять пену, добавить соль, специи и нашинкованную соломкой, слегка пожаренные коренья и лук. Готовую рыбу извлечь из бульона. В отдельной маленькой посуде поставить варить очищенные от кожицы и нарезанные тонкими ломтиками соленые огурцы, залив их небольшим количеством процеженного огуречного рассола. Добавить в рассольник пассерованные коренья и лук, «букет» зелени и картофель, нарезанный брусочками. Когда картофель будет почти готов, опустить перловую крупу и огурцы. Подать рассольник, положив в каждую тарелку кусок рыбы и посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Этот рассольник можно приготовить и несколько иначе: нарезанные ломтиками огурцы добавить в кипящий бульон одновременно с кореньями, а процеженный рассол добавить за 5 мин до окончания варки.

Борщ холодный с морским окунем или треской горячего копчения

На 600—700 г свеклы: 300—350 г рыбы горячего копчения, 250 г огурцов, 100 г зеленого лука, 150—200 г сметаны, 2—3 яйца; соль, сахар, уксус по вкусу.

Отварить свеклу, не очищая от кожицы. Затем очистить ее и нарезать тонкой соломкой. Сложить в кастрюлю, залить водой, добавить уксус и прокипятить, после чего снять с огня и хорошо охладить. Очистить от кожицы и нарезать соломкой огурцы. Нашинковать зеленый лук и слегка растереть с солью. Положить в охлажденный борщ сметану, а затем подготовленные огурцы и лук. Заправить по вкусу солью и сахаром. Подать борщ, положив в каждую тарелку половинку сваренного вкрутую яйца, измельченную зелень петрушки или укропа и несколько кусочков рыбы.

Готовый борщ должен быть ярко-красного цвета. В случае, если борщ переварен, окраска может получиться некрасивой. Вместо уксуса можно добавить разведенную в кипяченой воде лимонную кислоту. При желании к борщу можно подать отдельно кусочки пищевого льда.

Борщ из карасей

На 800 г карасей — 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 головки репчатого лука, 10 горошин перца, 2—3 лавровых листа, 500 г капусты, 150—200 г сметаны, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка муки, соль и уксус по вкусу.

Приготовить и процедить пряный отвар. В кипящий отвар положить нарезанную крупными кусками свежую капусту и нашинкованную свеклу, предварительно сваренную целиком. Варить до тех пор, пока овощи не станут достаточно мягкими. Слегка обжарить на масле мелко нашинкованную луковицу, которую перед окончанием жаренья посыпать мукой. Лук добавить в отвар, влить по вкусу уксус и прокипятить. Подготовить, как обычно, карасей, посолить, обвалить в муке или сухарях, обжарить с обеих сторон. Опустить их в борщ и

вскипятить один раз. Подать борщ, положив в каждую тарелку рыбу и посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Мелкие караси обжариваются целиком, крупные — нарезанные пополам. Для улучшения вкуса в процеженный отвар можно добавить 2—3 сушеных белых гриба.

Борщ с кальмарами

На 300—400 г кальмаров — 200 г свежей капусты, 3 свеклы, 2 картофелины, по 1 шт. петрушки и моркови, 2 ст. ложки томата-пюре, 50 г свиного шпика, 50 г сметаны; уксус, сахар, соль, чеснок по вкусу.

Очищенные от кожицы свеклу, морковь, петрушку нарезать соломкой. Так же нарезать свиной шпик. Выложить в сотейник, влить уксус и добавить томат-пюре. Закрывать посуду крышкой и потушить все на маленьком огне до мягкости. Вскипятить подсоленную воду и отварить в ней очищенное от пленки мясо кальмаров в течение 3—5 мин, после чего нарезать кальмары соломкой. В кипящую воду опустить нашинкованную свежую капусту и через 15 мин добавить нарезанный брусочками картофель. Когда картофель будет почти готов, заложить все остальные овощи и кальмары, прокипятить, заправить по вкусу сахаром, чесноком, растолченным с солью и уксусом. Подать, положив в каждую тарелку сметану и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Щи с салакой

На 400—500 г салаки — 500 г квашеной капусты, 50—60 г томата-пюре, по 1 шт. моркови и петрушки, 1 головку репчатого лука, 2 ст. ложки масла или столового маргарина, 2 лавровых листа, 5 горошин черного перца, 50 г сметаны; соль и сахар по вкусу.

Слегка отжать от рассола и сложить в кастрюлю квашеную капусту, добавив в нее жир и томат-пюре, сахар и немного горячей воды. Закрывать посуду крышкой, поставить на огонь. Через полчаса нагрев значительно уменьшить и тушить капусту до готовности (приблизительно 2—2,5 часа). Салаку выпотрошить, обезглавить и тщательно промыть, после чего обсушить в чистой ткани, посолить и, обваляв в муке, поджарить. Нарезать соломкой репчатый лук, морковь, петрушку и слегка обжарить на жире. Сложить все продукты в кастрюлю, залить горячей водой, довести до кипения, добавить специи и варить до готовности. Подать щи со сметаной и измельченной зеленью петрушки.

Эти щи можно приготовить не только из свежей или мороженой, но и из соленой салаки, а также из камсы или кильки. При использовании соленой рыбки ее либо предварительно вымачивают в течение 1 часа, либо, если она не очень соленая, используют натуральной, но щи в этом случае не солят, а капусту до тушения промывают холодной водой.

Щи зеленые с рыбой

На 1000 г рыбы — по 300 г шавеля и шпината, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 шт лука-порея, 2 головки репчатого лука, 2 морковки, 1 лавровый лист, 3—5 горошин перца, 50 г зеленого лука, по 1 ст. ложке муки и масла, 100 г сметаны, 2 яйца; соль и перец молотый по вкусу.

Подготовленную рыбу выпотрошить и снять с нее филе с кожей, но без костей. Нарезать порционными кусками. Пищевые отходы — головы, хвосты, кости — поставить варить, добавив в отвар специи. Перебранные листья шавеля и шпината отварить и протереть через сито вместе с отваром. Нарезать мелкими кубиками морковь и нашинковать репчатый лук. Слегка обжарить и за 2 мин до окончания жаренья добавить мелко нарезанный зеленый лук. Порционные куски рыбы посолить, обвалять в муке и обжарить до полуготовности с обеих сторон. Процедить отвар, в котором варились пищевые отходы, и соединить его с пюре из шпината и шавеля и обжаренными овощами. Добавить рыбу, соль по вкусу и поварить все вместе 10—12 мин.

Щи со сметками

На 1000 г свежемороженых сметков — 600 г квашеной капусты, 1 головка репчатого лука, 2 лавровых листа, 6—8 горошин перца, по 1 ст. ложке муки и сливочного масла.

В кипящую воду положить отжатую от рассола квашеную капусту, лавровый лист, перец горошком. Слегка обжарить на масле мелко нашинкованный лук. Перед окончанием жаренья посыпать его пассерованной мукой. Опустить в суп. Тщательно промыть в нескольких водах сметки. Опустить в суп. Варить сметки приблизительно 15 мин.

Сметки лучше освободить от головок и посолить за 1 час до варки. В зависимости от вкуса квашеную капусту добавляют либо натуральной, либо промытой через дуршлаг холодной водой.

Щи из щуки с квашеной капустой

На 800 г щуки — 600 г квашеной капусты, 2,5 ст. ложки масла. 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка муки, 6—8 горошин черного перца, 3 лавровых листа.

Потушить с маслом квашеную капусту, добавив в нее лавровый лист, перец горошком, слегка обжаренный мелко нашинкованный репчатый лук, который перед окончанием жаренья посыпать пассерованной мукой. Подготовленную щуку нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, обжарить с двух сторон до полуготовности. Опустить в кипящую воду тушеную капусту и варить 40—50 мин, затем добавить жареную рыбу и проварить до готовности на слабом огне. Подать, посыпав измельченной зеленью.

Для этого супа можно использовать также муксун, омуль, кету, морской окунь и другие. В этом случае рыбу посолить за 30 мин до обжарения. Капусту, если она слишком кислая, перед тушением промыть холодной водой и отжать. Подать щи, положив в каждую тарелку кусок рыбы, сметану, кусочки сваренного вкрутую яйца и измельченную зелень. Вкус зеленых щей — приятный, с легкой кислинкой.

Щи из свежей капусты с рыбными консервами

На 1 банку консервов — 1 качашок капусты, морковь, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 1 репа (маленькая), 2 ст. ложки жира (масло коровье или маргарин столовый), 100 г свежих помидоров или 40—50 г томата-пюре, 1 лавровый лист, 3—5 горошин черного перца, 75 г сметаны; соль по вкусу.

В кипящую подсоленную воду опустить нарезанную кусками капусту. Нарезать мелкими брусочками или ломтиками морковь, петрушку, репу. Мелко нашинковать репчатый лук. Слегка обжарить все овощи на жире, после чего положить их в отвар. Добавить связанные «букетиком» веточки петрушки и сельдерея. Варить 20 мин. Слегка обжарить свежие помидоры, нарезанные кружочками, или томат-пюре и добавить в щи вместе с лавровым листом и перцем. Открыть банку консервов, слить соус в щи. Проварить еще 10 мин. Положить в каждую тарелку по кусочку рыбы или целую рыбку, залить горячими щами, добавить сметану и измельченную зелень петрушки.

Эти щи можно сварить, используя натуральные рыбные консервы в собственном соку или рыбные консервы в томате. Если щи варят с консервами в томате, количество помидоров или томата-пюре можно сократить вдвое.

Щи из квашеной капусты с рыбными консервами

На 1 банку консервов — 500—600 г квашеной капусты, по 1 шт. моркови и петрушки, 1 головка репчатого лука, 75—100 г томата-пюре, 2—3 ст. ложки жира (топленого масла или маргарина), 1 лавровый лист, 3—4 горошины черного перца, 50 г сметаны, сахар и соль по вкусу.

Положить квашеную капусту в сотейник или кастрюлю с толстым дном, заправить ее томатом-пюре, жиром и сахаром по вкусу. Плотно закрыть крышкой и поставить на огонь. Через 5—10 мин значительно уменьшить нагрев и тушить до тех пор, пока капуста станет совершенно мягкой, время от времени помешивая и добавляя понемногу кипятка для того, чтобы капуста не подгорела. Нашинковать и слегка обжарить на жире морковь, петрушку и репчатый лук. В кипящую подсоленную воду опустить готовую капусту и обжаренные корни, добавить специи, соус из консервов и связанные «букетиком» зелень петрушки и сельдерея. Проварить в течение 25—30 мин. Подать щи, выложив в каждую тарелку предварительно прогретый кусочек рыбы или целую рыбку из банки консервов, добавить сметану и измельченную зелень.

Тем, кто не любит кисловатого вкуса, рекомендуется квашеную капусту, выложенную на решето или дуршлаг, промыть холодной водой. Для щей из этой капусты пригодны консервы натуральные в собственном соку или консервы в томатном соусе. Можно подавать эти щи и без сметаны.

Суп-пюре из рыбы

На 1200 г рыбы — для бульона: по 1 шт. петрушки и сельдерея, 1 головку репчатого лука, 1 лавровый лист, 3 горошины черного перца; для пюре: по 2 ст. ложки масла и муки, полстакана сливок или молока; для фрикаделей: 25 г пшеничного хлеба, пол ст. ложки масла, пол головки лука, 1 ст. ложка муки, соль и перец молотый по вкусу.

С подготовленной рыбы снять филеи. Часть филеев отложить для приготовления фрикаделей, остальные отварить в небольшом количестве жидкости с солью, веточками петрушки и сельдерея. Из голов, плавников, костей рыбы сварить бульон с ароматическими кореньями и специями. Отварные филеи протереть через сито или дважды пропустить через мясорубку, добавить слегка обжаренную на масле муку, разведенную бульоном, хорошо перемешать и посолить. Процедить рыбный бульон, соединить с пюре рыбы, прокипятить. Заправить суп сливками или молоком. Намочить в холодном молоке мякиш черствого пшеничного хлеба. Дважды пропустить через мясо-

рубку оставленные для фрикаделей филеи и хлеб. Заправить измельченной зеленью, размягченным сливочным маслом, сырым яйцом, солью, молотым перцем. Сформировать из фарша шарики, отварить их в горячей подсоленной воде. Подать суп, положив в каждую тарелку несколько фрикаделей.

Для супа-пюре лучше всего использовать такую рыбу, как щука, судак, налим, хек, аргентина, морской окунь.

Суп-пюре из крабов

На 2 банки крабов — 3 ст. ложки масла и 2 ст. ложки муки, по 2 шт. моркови и петрушки, 2 головки репчатого лука, 300 г помидоров, 0,5 л молока, 1 или 2 сырых желтка.

Открыть баночку крабов, слить сок в посуду, отделить несколько целых и наиболее красивых кусочков и оставить их для гарнирования. Все остальные крабы освободить от костных пластинок. Корень петрушки, морковь и репчатый лук нарезать соломкой, положить на разогретую с маслом сковороду и слегка обжарить с таким расчетом, чтобы овощи стали мягкими, но не изменили цвета. В конце жаренья добавить на сковороду помидоры, очищенные от кожицы (для этого их нужно ошпарить кипятком) и семян и нарезанные дольками. Сложить в кастрюлю крабы, влить сок от крабов и добавить подготовленные овощи. Закрывать посуду крышкой и варить на маленьком огне 10 мин, после чего протереть все через сито или дважды пропустить через мясорубку. Полученное таким способом пюре заправить белым соусом. Прокипятить 10 мин, заправить суп, сняв с огня, яично-молочной смесью и сливочным маслом. Подать суп, положив в каждую тарелку кусочки крабов.

Этот суп можно приготовить иначе, используя вместо горячей воды горячее молоко. Но в этом случае помидоры надо исключить из рецептуры. Для придания супу лучшего вкуса в овощи рекомендуется влить после окончания жаренья полстакана сухого столового виноградного вина. Суп предназначается для праздничного стола.

Суп-пюре из раков с рисом

На 25—30 раков — полстакана риса, пол ст. ложки сливочного масла; соль по вкусу.

Отварить раков в кипящей подсоленной воде в течение 10—15 мин. Извлечь из отвара, снять скорлупу с шеек и клеш-

ней, вынуть мякоть и растолочь ее в ступке, добавляя понемногу отваренный до полной мягкости рис. Разбавить горячей водой, заправить солью, проварить в течение 25—30 мин, после чего снять с огня, заправить сливочным маслом, разделенным на маленькие порции. Подать суп, посыпав измельченной зеленью укропа или петрушки. Отдельно на тарелке подать гренки из подсушенного пшеничного хлеба.

Суп-пюре из раков можно использовать и для диетического питания. Рис после отваривания нужно откинуть на дуршлаг, но не промывать.

Суп раковый

Для бульона — 600—800 г рыбы, по 1 шт. петрушки, моркови, сельдерея, лука-порея, 30—40 раков, 5—7 горошин черного перца, 1—2 лавровых листа, зелень петрушки и укропа; для фарша — 2 ст. ложки молотых сухарей, полстакана вареного риса, 2 сырых яйца, 1 ст. ложка сливочного масла, полстакана молока или сливок; для ракового масла — по 2 ст. ложки сливочного масла и муки, 100 г сметаны, соль и мускатный орех по вкусу.

Сварить рыбный бульон с ароматическими кореньями и репчатым луком. Сварить раков в кипящей подсоленной воде с добавлением веточек укропа и петрушки, лаврового листа и перца. Очистить раков от скорлупы, осторожно снять панцири (скорлупу со спинок). Вынуть мякоть из клешней и шейки. Мякоть мелко изрубить или пропустить через мясорубку, добавить в нее молотые сухари, вареный рис, сливочное масло, сливки или молоко, сырые яйца, зелень петрушки и укропа, соль, мускатный орех. Все тщательно размешать, чтобы получилась однородная и достаточно густая масса. Начинить этим фаршем панцири раков. Скорлупу, снятую с клешней, очень мелко истолочь в ступке, положить в кастрюлю с разогретым маслом и жарить до тех пор, пока масло не приобретет ярко-оранжевой окраски, а затем посыпать пассерованной мукой, через 2 мин развести горячей водой, прокипятить, а потом процедить; отварить в кипящем бульоне фаршированные панцири. В готовое блюдо добавить раковое масло.

Этот деликатесный суп, приготовление которого трудоемко, отличается тонким вкусом и подается преимущественно к праздничному столу. Для придания привлекательного аромата в суп можно добавить несколько ломтиков лимона без зерен.

Ботвинья с осетровой рыбой

На 1,5 л кваса — 500 г осетровой рыбы, 150 г шпината, 100 г щавеля, 350 г зеленых огурцов, 100 г зеленого лука, 1 корень хрена (приблизительно 50—70 г); соль, сахар и лимонная цедра по вкусу.

Подготовить и отварить в небольшом количестве подсоленной воды без добавления специй и корней кусок осетровой рыбы. Готовую рыбу вынуть из отвара и охладить. Отварить щавель и шпинат, каждый в отдельности. Протереть сквозь сито. Очистить от кожицы зеленые огурцы и нарезать соломкой. Зеленый лук нашинковать. Вылить квас в кастрюлю или суповую миску, добавить в него пюре из шпината и щавеля, подготовленные огурцы, зеленый лук; заправить солью, сахаром, лимонной цедрой, натертым на мелкой терке хреном. Рыбу, нарезанную ломтями, подать отдельно на тарелке или блюде, украсив ее листиками зеленого салата, тертым хреном и кружочками огурца.

Хорошо подать отдельно в салатнике кусочки пищевого льда. Если нет пищевого льда, ботвинью до подачи на стол надо держать на холоде в течение 1—2 часов. Тому, кто любит ботвинью более острого вкуса, можно порекомендовать использовать для заправки больше хрена (до 100—120 г).

Окрошка рыбная

На 1,5 л кваса — 400 г рыбы или 250 г рыбного филе, 250 г зеленых огурцов, 120 г зеленого лука, 600 г картофеля, 150—200 г сметаны, 2—3 сваренных вкрутую яйца; соль, сахар, горчица по вкусу.

Подготовленную рыбу или готовое филе отварить в небольшом количестве воды с добавлением корней и специй. Охладить. Сварить картофель, остудить и нарезать мелкими кубиками. Очистить от кожицы зеленые огурцы и нарезать их мелкими кубиками. Нашинковать зеленый лук и слегка размять его с солью. Изрубить яйца. Влить в кастрюлю или суповую миску сметану и разбавить ее квасом, постепенно добавляя его, а затем положить подготовленные огурцы, зеленый лук, яйца. Заправить готовой горчицей, солью, сахаром. Вареную рыбу нарезать некрупными кусочками или порционными кусками. Положить в каждую тарелку и залить окрошкой. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

ГРИБНЫЕ ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Солянка грибная

50 г сушеных грибов, 4 соленых огурца, по 1 шт. моркови, петрушки, сельдерея, 1 луковичка, по 50 г маслин, слив и каперсов, по 2 ст. ложки масла и томатной пасты, 100 г сметаны, сосиски по вкусу.

Отделить грибной бульон (на мясном отваре) от грибов, корней и довести на слабом огне до кипения; лук, морковь, корни петрушки и сельдерея слегка обжарить на сливочном масле; мелко нарубить соленые огурцы, очистив их от семян и кожицы; перебрать сливы и каперсы, нарезать кружками лимон и все это вместе с грибами и корнями опустить в кипящий бульон. Добавить томатную пасту, лавровый лист и кипятить 10—15 мин; вынуть лавровый лист и дать солянке остыть в теплом месте. Отварить на пару сосиски, нарезать их довольно крупными дольками, разложить по тарелкам, налить в них солянку и заправить сметаной.

Суп из шампиньонов

250 г шампиньонов, 500 г костей, 55 г лука, 60 г моркови, 15 г петрушки, 20 г масла, 15 г муки, 2 желтка, 150 г сливок, соль по вкусу.

Сварить бульон из говяжьих или свиных костей с добавлением лука и корней, процедить его и нарезать коренья брусочками; грибы отварить в небольшом количестве воды со сливочным маслом, вынуть шумовкой и порубить; мясной бульон, грибной отвар, коренья и грибы соединить, посолить, довести до кипения и варить 7—10 мин; заправить суп поджаренной мукой, разведенной стаканом холодного бульона, дать закипеть и снять с огня; взбить яичные желтки, размешать их со сливками и вылить в готовый суп. Отдельно подать на стол гренки.

Суп со свежими лисичками

500 г лисичек, 100 г шпика, 1 чайная ложка муки, сметана, лук, соль, перец по вкусу.

Мелкие кусочки шпика истолочь и тушить 10—20 мин вместе с грибами и луком, пропущенными через мясорубку; налить в тушеную смесь воды, посолить, положить лавровый лист и продолжать варку на слабом огне 10—15 мин; вынуть лавровый лист, растереть муку в сметане, заправить ею суп, довести до кипения и подать на стол.

Этот суп можно приготовить и несколько иначе: тушить мелко нарезанный лук в шпике 10 мин до полумякости, добавить измельченные грибы и тушить еще 45 мин, залить кипятком, посолить, варить 30 мин, развести муку сметаной и заправить суп.

Суп из свежих грибов с укропом

180 г грибов, 45 г крупы, 30 г масла, 60 г молока, 1 яйцо, укроп, соль, перец по вкусу.

Нарезанные мелкими ломтиками грибы тушить на слабом огне со сливочным маслом до мягкости; засыпать манную крупу, хорошо размешать и тушить еще 4—6 мин, залить горячей водой, всыпать мелко нарубленную зелень укропа, посолить и варить при слабом кипении 8—10 мин. Перед подачей на стол заправить взбитым яйцом, смешанным с кислым яйцом. Разлить по тарелкам, добавив сливочное масло и черный молотый перец.

Суп из свежих шампиньонов с горошком

180 г шампиньонов, 180 г горошка, 35 г лука, 60 г моркови, 10 г петрушки, 25 г масла, зелень, соль, перец по вкусу.

Свежий горошек залить водой и варить 10—20 мин; нарезанные соломкой грибы тушить 20—25 мин в небольшом количестве воды; лук и коренья нарезать соломкой и поджарить на сливочном масле; все соединить, посолить и варить 7—10 мин. Подать на стол, посылав черным перцем и мелко нарубленной зеленью.

Суп картофельный со свежими белыми грибами

180 г грибов, 240 г картофеля, 75 г лука, 60 г моркови, 20 г петрушки, по 30 г масла и сметаны, зелень, соль, перец по вкусу.

Нарезанные ломтиками грибы опустить в кипящую воду и варить 30 мин; добавить ломтики картофеля, а также мелко нарубленный репчатый лук и коренья, поджаренные на растительном масле, посолить и варить до готовности. Под конец варки положить черный перец горошком, суп разлить по тарелкам, заправив сметаной, посыпать измельченной зеленью лука и укропа.

Суп из свежих грибов с манной крупой

500 г грибов, 2 ст. ложки крупы, 200 г картофеля, 3 ст. ложки сливочного масла, 150 г сметаны, укроп, соль по вкусу.

Нарезать тонкими ломтиками белые грибы или шампиньоны, добавить сливочное масло, 2 ст. ложки воды и тушить под крышкой на слабом огне, пока грибы не станут мягкими; подсыпать слегка подсушенной (без жира) манной крупы и, помешивая, тушить еще 5—7 мин, добавив зелень укропа. Выложить грибы в кипящую подсоленную воду и варить 10 мин, а затем опустить нарезанный кубиками картофель и довести до готовности. Подать на стол со сметаной и мелко нарубленной зеленью укропа.

Суп из сушеных грибов с картофелем и перловой крупой

30 г грибов, 120 г крупы, по 70—120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г петрушки, сельдерея и жира, 1 кг картофеля, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 30 г укропа или 60 г зеленого лука, соль по вкусу.

Замоченные в холодной воде грибы хорошо промыть, настой процедить, снова опустить в него грибы и варить почти до готовности. Перловую крупу отдельно залить кипящей водой (воды взять в 6—7 раз больше, чем крупы), отварить почти до полной мягкости и откинуть на сито. Вынуть грибы из отвара и нашинковать, нарезать соломкой или мелкими кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, перемешать с грибами, добавить лавровый лист, перец и обжарить на жире. Положить в грибной отвар нарезанный дольками картофель,

овоши и грибы, крупу, соль и варить до готовности. Подать на стол, посыпав укропом или зеленым луком.

Суп из сушеных белых грибов с крупой «геркулес»

50 г грибов, по 1 шт. моркови, петрушки, сельдерея, репчатого лука, 1 ст. ложка масла, 200 г крупы, соль по вкусу.

Опустить грибы в воду и варить до мягкости; вынуть, мелко нарубить и вместе с измельченными кореньями и луком слегка обжарить на масле. Все положить в кипящий отвар, посолить и варить 15 мин; всыпать «геркулес» и довести до готовности. Вместо «геркулеса» можно использовать пшено.

Суп со свежими грибами на молоке

0,5 кг грибов, 1 луковица, по 1 шт. моркови и петрушки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана молока, 1 чайная ложка муки, соль, зелень по вкусу.

Мелко нарезать коренья и лук, залить водой и очень хорошо разварить, отвар процедить. Грибы крупно нарезать, обжарить в масле, положить в отвар и кипятить на слабом огне 20—25 мин; посолить, добавить муку, разведенную молоком, влить остальное молоко и дать супу немного покипеть. Подать на стол, посыпав зеленью укропа и петрушки.

Суп картофельный с грибами и свежей фасолью

60 г грибов, 80 г фасоли, 270 г картофеля, 35 г лука, 25 г масла, лавровый лист, соль по вкусу.

Молодую фасоль залить холодной кипяченой водой, чтобы вода покрывала ее не более чем на 2 см, и варить без соли до мягкости. В другой кастрюле вскипятить воду, опустить туда мелко нарубленные грибы, нарезанный кубиками картофель и варить 15—20 мин; затем добавить фасоль с отваром, поджаренный на растительном масле лук, соль, лавровый лист и кипятить еще 3—5 мин.

Суп со свежими грибами и овощами

По 400 г грибов и кабачков, 200 г картофеля, по 1 шт. моркови, петрушки, сельдерея, 60 г зеленого лука, 2 ст. ложки масла, по 100 г помидоров и сметаны, зелень, соль по вкусу.

Нарезать грибы, залить их горячей подсоленной водой и варить 30 мин; слегка обжарить на масле кружочки моркови, петрушки, сельдерея, в конце поджаривания посыпать их измельченным зеленым луком. Коренья и картофель, нарубленные кусочками, положить в кипящий грибной бульон; за 10 мин до окончания варки супа опустить в него нарезанные кусочками кабачки и помидоры. Перед подачей на стол добавить сметану и зелень укропа или петрушки.

«Пестрый» суп из свежих грибов

150 г грибов, 1—2 шт. моркови, 2—3 клубня картофеля, 1 чайная ложка масла, 2 яйца, полстакана молока, 1 лавровый лист, соль, перец, зелень по вкусу.

Грибы нарезать ломтиками, морковь — тонкими кружочками и варить вместе в подсоленной воде около 20 мин; добавить картофель, нарезанный кубиками, соль и лавровый лист. Готовый суп снять с огня, заправить сливочным маслом, яйцами, кислым молоком, посыпать черным молотым перцем и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Суп из свежих грибов с петрушкой

1 глубокая тарелка грибов, 5—6 ст. ложек масла, 5 перьев лука, 1 чайная ложка томата-пюре или 2—3 помидора, 1 чайная ложка перца, 2 средних пучка петрушки, 2 яйца, 1 стакан молока.

Мелкие грибы оставить целыми, крупные нарезать ломтиками и варить в подсоленной воде около 30 мин; приготовить заправку из растительного масла, мелко нарезанного зеленого лука, муки, томата-пюре или помидоров, молотого черного перца. Выложить заправку в отвар с грибами, довести до кипения, добавить крупно нарезанную зелень петрушки и варить при слабом кипении 15—20 мин; снять суп с огня и заправить яйцами, взбитыми с кислым молоком.

Холодный суп из сушеных грибов

50 г грибов, 2 корня петрушки, 1 морковка, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 4—5 ст. ложек масла, соль, уксус, зелень по вкусу.

После замачивания грибы мелко нарубить, залить горячей водой, довести до кипения, посолить; добавить нарезанные

кубиками корни петрушки, морковь, ломтиками — сельдерей, мелко нарезанный лук и варить до их мягкости. Отдельно слегка подрумянить муку с растительным маслом, положить в суп и через 5—6 мин снять его с огня. Подать на стол холодным, заправив уксусом и зеленью петрушки.

Суп-крем из свежих грибов

500 г грибов, 2 морковки, 1 луковица, 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки жира, пол чайной ложки перца, 2 стакана молока, соль по вкусу.

Мелко нарезанные грибы, морковь и репчатый лук опустить в кипящую подсоленную воду, варить до готовности, процедить, пропустить через мясорубку и положить обратно в отвар; на жире слегка подрумянить муку с добавлением черного молотого перца, разбавить все это горячим молоком, влить в отвар, довести до кипения и снять с огня. Подать на стол с мелко нарезанными гренками или рублеными крутыми яйцами, смешанными с зеленью укропа.

Овсяный суп с сушеными грибами

80 г грибов, 1,5 стакана овсяной крупы, 1 луковица, 1—2 помидора, 4 ст. ложки масла или маргарина, соль, специи по вкусу.

Сварить грибной бульон, вынуть грибы, нарезать и обжарить их с репчатым луком и помидорами. Овсяную крупу отварить отдельно, положить в кипящий грибной бульон, посолить, добавить смесь грибов с овощами, специи. Подать на стол с мелко нарубленной зеленью укропа, петрушки.

Суп-пюре из свежих белых грибов или шампиньонов

600 г грибов, 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока, 4 ст. ложки масла, 1 морковь, 1 луковица, 2 желтка, 1 стакан сливок, соль по вкусу.

Пропустить грибы через мясорубку, добавить сливочное масло, разрезанную вдоль морковь, целую луковицу и тушить под крышкой 40—45 мин; затем влить стакан воды и прокипятить; в суповой кастрюле слегка поджарить на масле муку, развести ее горячим молоком и стаканом овощного отвара или воды, вскипятить, смешать с тушеными грибами и овощами, предварительно удалив морковь и луковицу, и варить 15—20 мин. После варки положить соль, заправить

суп маслом и яичными желтками, смешанными со сливками. Отдельно подать к столу гренки.

Суп-пюре из этих грибов можно приготовить и несколько иначе: ножки грибов отрезать, мелкие шляпки разрезать пополам, крупные — на дольки и, добавив соль, немного сливочного масла и воды, тушить под крышкой до готовности. Ножки мелко нарубить или пропустить 2—3 раза через мясорубку и отдельно от шляпок также тушить до готовности; муку слегка обжарить и развести кипятком; шляпки вынуть из отвара, а его и все остальные компоненты соединить и варить 20—25 мин, изредка снимая накипь и помешивая (до дна). Протереть эту массу через сито, снова довести до кипения, снять с огня, заправить взбитым яичным желтком, смешанным со сливками и сливочным маслом, посолить. Положить в тарелки тонко нарезанные шляпки, залить их супом и подать на стол. Также готовят суп из сморчков, но их нужно особенно тщательно очистить и промыть, а перед варкой супа прокипятить в двух-трех водах, каждый раз откидывая на дуршлаг.

Суп русский с грибами

50 г грибов, 1—2 кг картофеля, 100 г перловой крупы, по 120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 80 г петрушки, сельдерея и жира (животного или растительного), 5 горошин перца, 3 лавровых листа, 30 г укропа, 100 г зеленого лука, 150 г сметаны, соль по вкусу.

После замачивания белые сушеные грибы вынуть из настоя, процедить его, положить грибы обратно, добавить перловую крупу и варить 2,5—3 часа; отдельно разогреть немного жира, положить в него нарезанные кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, сельдерей, петрушку, нашинкованные отваренные грибы, душистый перец и лавровый лист и, помешивая, обжарить до золотистого цвета, после чего все выложить в грибной отвар с крупой и кипятить на слабом огне еще 10—15 мин; добавить соль, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности. Подать на стол, заправив сметаной и измельченной зеленью лука и укропа.

Солянка из свежих белых грибов или шампиньонов

500 г грибов, 4 соленых огурца, 2 луковицы, по 50 г маслин и каперсов, по 2 ст. ложки томата-пюре и масла, 100 г сметаны, 1 лимон, зелень, соль по вкусу.

Грибы и луковицу залить горячей водой и варить 40—45 мин,

после чего отвар процедить, нашинкованный лук слегка обжарить на сливочном масле, добавив под конец томат-пюре; очистить от жижи соленые огурцы и нарезать их ломтиками; сполоснуть отваренные грибы и нашинковать; сложить все продукты в горячий бульон, добавив в него каперсы, лавровый лист, перец черный горошком, соль и проварить на небольшом огне 10 мин; заправить солянку сметаной и дать ей вскипеть. При подаче на стол в каждую тарелку положить ломтик лимона, несколько маслин, измельченную зелень укропа и петрушки.

Щи из свежей капусты с сушеными грибами

20—30 г грибов, 600 г капусты, 70 г лука репчатого, 30 г лука-порея, 75 г моркови, 20 г петрушки, 60 г репы, по 30 г масла, томата-пюре и сметаны, 15 г муки, перец, лавровый лист, соль и зелень по вкусу.

Отварить грибы и вынуть их шумовкой из бульона, а в него положить нашинкованную белокочанную капусту и дать закипеть; добавить поджаренные на растительном масле грибы, репу, коренья, нарезанные ломтиками, лук — соломкой, посолить и варить на слабом огне 15—25 мин; поджарить муку с томатом-пюре и положить в кипящие щи, туда же опустить черный перец горошком и лавровый лист. Подать на стол, заправив в тарелках сметаной и посыпав измельченной зеленью укропа и лука.

Из свежей капусты с сушеными грибами щи делают и так: в бульон со сваренными и нарезанными соломкой грибами добавить тушеные со сливочным маслом и небольшим количеством воды натертый лук и нашинкованную морковь, а кроме того — мелко нарубленную капусту и соль. Готовое блюдо заправить сметаной.

Щи из квашеной капусты с сушеными белыми грибами

30—50 г грибов, 1 кг капусты, 150 г репчатого лука, 60—90 г томата-пюре, 50 г жира, 30 г муки, 2—3 лавровых листа, 4 горошины перца, 120 г сметаны, 90 г зеленого лука или 30 г укропа, соль по вкусу.

После замачивания вынуть грибы из настоя и процедить его, затем их снова соединить и варить 2—2,5 часа; капусту промыть, отжать и тушить с жиром, изредка помешивая, 1,5—2 часа. Положить в капусту нарубленный и поджаренный с томатом-пюре репчатый лук, а также лавровый лист и душистый перец и, помешивая, тушить еще 30 мин; сварившиеся грибы тонко нашинковать, добавить в кастрюлю с овощами, осто-

рожно слить в нее отвар и все кипятить до готовности (грибы можно предварительно обжарить), затем посолить. За 20 мин до конца варки можно заправить слегка поджаренной мукой или картофелем. Подать на стол со сметаной, посыпав мелко нарезанной зеленью лука или укропа.

Щи с грибами «по-монастырски»

30 г грибов, 300 г капусты, 250 г картофеля, полстакана крупы, 2 моркови, 1 луковица, 50 г масла, 100 г сметаны, зелень, соль по вкусу.

В бульон со сваренными и нарезанными соломкой грибами положить натертый лук и нашинкованную морковь, которые 15 мин тушились со сливочным маслом и водой (1 стакан), отдельно отваренную перловку, картофель, свежую нарубленную капусту и соль, довести до кипения. Подать на стол, заправив сметаной и посыпав измельченной зеленью лука и укропа.

Грибные кислые суточные щи

20 г грибов, 200 г капусты, 1 морковь, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 чайная ложка муки, 30 г масла, 1 луковица, лавровый лист, перец, соль, зелень по вкусу.

Сварить бульон из сушеных грибов и кореньев, грибы нарубить, нашинкованный репчатый лук поджарить на масле, смешать с промытой и отжатой квашеной капустой и жарить до тех пор, пока капуста станет красной и мягкой; добавить чуть обжаренную на масле муку, томат-пюре и все вместе еще пожарить. Компоненты соединить и варить возможно дольше (4—5 часов), так как чем длительнее варка, тем щи вкуснее. Под конец положить зелень и специи, заправить сметаной.

Чобра из свежих грибов со шпинатом

200 г грибов, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки масла, 1 глубокая тарелка шпината, соль, перец, яйца, зелень по вкусу.

Грибы сварить в подсоленной воде, чуть обжарить на сливочном масле мелко нарезанный репчатый лук с мукой, посыпать молотым сладким красным перцем, развести все водой и влить в кастрюлю с грибами. Прибавить измельченный шпинат или салатный щавель, соль и довести суп до готовности.

Подать на стол, заправив мелко рубленными крутыми яйцами, смешанными с зеленью укропа или петрушки.

Борщ с грибами без капусты

600 г свежих или 80 г сушеных грибов, 4 ст. ложки масла, 4 луковицы, 6 свеклин, 10 клубней картофеля, 2 чайные ложки муки, 4 ст. ложки сметаны, 6 ст. ложек зелени, 2 ст. ложки томата-пюре, коренья, соль по вкусу.

Сварить бульон из сушеных грибов или из свежих, которые надо предварительно потушить в сливочном масле с мелко нарезанными кореньями; отдельно отваренную свеклу нашинковать соломкой, сбрызнуть уксусом и слегка обжарить, картофель нарезать продолговатыми кусочками, отварить в бульоне до мягкости, добавить мелко нарубленный лук, муку, смешанную с небольшим количеством холодной воды, положить и все вместе варить 10 мин; томат-пюре потушить, положить в бульон одновременно со свеклой и довести до кипения. Подать на стол, заправив сметаной и посыпав измельченной зеленью петрушки, укропа или сельдерея.

Борщ с грибами и свежей капустой

1 кг свеклы, 50 г грибов, 750 г капусты, 500 г картофеля, 250 г моркови, по 150 г брюквы и томата-пюре, 250 г репчатого и 120 г зеленого лука, 20—50 г сахара, 100 г масла, 4 ст. ложки уксуса, 5 лавровых листьев, 10 горошин перца, 120 г сметаны, соль по вкусу.

Сушеные белые грибы вымочить, отварить и нашинковать, отвар процедить; свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, слегка обжарить на растительном масле, подлить к ней немного воды и тушить 1,5—2 часа; морковь, брюкву и репчатый лук также нарезать соломкой и жарить до полуготовности; в кипящий грибной отвар положить нашинкованную капусту и варить 30—40 мин, туда же опустить обжаренные овощи и томат-пюре; прокипятить, посолить, добавить нарезанный кубиками картофель и грибы. Кипятить 4—5 мин, положить в борщ тушеную свеклу, лавровый лист, душистый перец горошком и варить до готовности (8—10 мин), затем влить уксус, всыпать сахарный песок. Подать на стол со сметаной и мелко нарубленным зеленым луком.

ЕСЛИ К ВАМ ПРИЕХАЛИ ИНОСТРАННЫЕ ГОСТИ

В последние годы значительно увеличились возможности поездок советских граждан за границу по частным приглашениям и, соответственно, приглашений иностранцев в гости. Как правило, в этом случае гости проживают в советских семьях. Поэтому приводим данные о некоторых особенностях национальной кухни различных стран, которые помогут вам обеспечить гастрономический комфорт зарубежных друзей и знакомых.

У каждого народа существуют свои, исторически сложившиеся особенности питания. Они связаны с географическим положением, историей страны, ее экономикой, с народными традициями и вероисповеданием. Эти сложившиеся особенности, обычаи, вкусы, привычки следует по возможности учитывать, чтобы создать в доме атмосферу подлинного гостеприимства.

В польской кухне много общего с русской: режим питания трехразовый, блюда сытные; из первых блюд отечественной кухни рекомендуются прозрачные супы на мясном и курином бульоне с гренками, слоеными пирожками, яйцом, борщи, рассольники, солянки мясные и грибные, лапша, суп с макаронами и пюреобразные супы (особенно из свежих помидоров и цветной капусты). Для приготовления первых блюд поляки широко пользуются и заправкой супов мукой, разведенной бульоном или водой, сметаной, сырым желтком или желтком, смешанным со сливочным маслом.

Гостям из Чехо-Словацкой республики рекомендуется предложить бульон с пирожками или фрикадельками, суп-пюре из картофеля, гороха, цветной капусты, суп-лапшу с курицей и супы с различными макаронными изделиями и клецками.

У венгров очень своеобразная кухня, отличающаяся остротой блюд, в состав которых входит большое количество лука, красного и черного перца. К столу обязательно подаются

специи: горчица, уксус, перец и соусы. Наиболее популярным первым блюдом у венгров является рыбный суп не менее чем из трех сортов рыбы, приготовленный с большим количеством томата и красного сладкого перца. Можно также рекомендовать бульоны с пирожками, куриные супы, суп-лапшу, суп с клецками. Супы-пюре, рассольники, щи и борщи следует подавать не чаще одного раза в неделю.

Румынам следует предложить бульоны с рисом (кроме бульона из баранины), супы с крупой и клецками, борщи и овощные супы.

Для болгарской и югославской кухни характерно большое количество блюд из свежих и маринованных овощей, что сближает их с кухней нашего Закавказья. Из первых блюд можно подавать харчо, суп из телятины с овощами, рассольники, куриный бульон с яичным желтком.

Скандинавская кухня отличается обилием блюд из рыбы; горячее подается один раз в день, в обед. Популярностью у шведов пользуется суп из пива с корочкой лимона, сахаром, луком, яйцом с добавлением небольшого количества молока. К излюбленным первым блюдам шведов относится темный фасолевый суп по шпигом, который тоже слегка подслащивают. Из русских блюд шведы, финны, норвежцы и датчане предпочитают борщи, солянки рыбные, уху с картофелем, бульоны с кулебякой или пельменями, рассольники и лапшу с курицей.

Немецкая кухня характерна разнообразием блюд из свинины и птицы с добавлением овощей, особенно картофеля и различных сортов капусты. Из первых блюд широко распространены пюреобразные супы и бульоны. Пряности употребляются умеренно.

Французская кухня всегда была примером совершенства в искусстве кулинарии, — здесь готовые рецепты признаются лишь за основу для «гастрономического фантазирования». Поэтому гости из Франции, без сомнения, смогут оценить любые оригинальные первые блюда, приготовленные гостеприимными хозяевами. Однако предпочтение все-таки следует отдать прозрачным супам, супам-пюре и луковому супу. Рекомендуются добавления острых специй и чеснока. Можно также рекомендовать супы из дичи, различных овощей и зеленого горошка, щи и борщи.

Англичанам, американцам и канадцам рекомендуется подавать на обед бульоны и пюреобразные супы, причем мясные продукты, входящие в их состав, режутся мелкими кусочками, чтобы их можно было есть без вилки и ножа. Англичане, кроме того, охотно едят заправочные супы, рассольники, мясную и рыбную солянку.

Итальянская кухня отличается обилием блюд из овощей, которые для первых блюд предварительно тушатся или обжариваются. Кроме разнообразных овощных супов на мясных бульонах, можно рекомендовать лапшу с курицей, бульоны со всевозможными гарнирами. Супы лучше подавать в горшочках.

Для арабской кухни характерно обилие блюд с использованием риса, бобов, фасоли, сыра (типа брынзы). Из первых блюд рекомендуются бульоны с пирожками, яйцом, зеленым горошком, овощами с рисом; картофельный суп с фасолью, гороховый суп, суп-харчо, суп-лапша с курицей, суп-пюре из зеленого горошка, цветной капусты и сладкие супы по сезону (особенно из абрикосов).

В отличие от европейцев японцы любят первые блюда и едят их три раза в день небольшими порциями (250 г) — особенно крепкие бульоны и рыбные супы. Все блюда следует мало солить. Из первых блюд можно рекомендовать бульоны с фрикадельками, пельменями, овощами, яйцом, омлетом; супы-пюре из цветной капусты, зеленого горошка, помидоров, щи из свежей капусты, борщи, супы из раков и крабов. Не едят японцы щей из квашеной капусты и солянок.

Индийская кухня весьма разнообразна и во многом определяется вероисповеданием ваших гостей. Так, буддисты не едят говядины, мусульмане любят баранину и козлятину и совсем не едят свинину. Поскольку большинство индийцев вегетарианцы, из первых блюд предпочтительнее подавать: рисовый суп с луком, овощные или картофельные супы (на овощном или грибном отваре) со сметаной, подаваемой отдельно, грибную лапшу, супы-пюре из зеленого горошка, шпината, а также сладкие супы с рисом.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Барсукова Е. Русская кухня. Л., 1986.
2. Баранов С. и др. Грибное меню. Л., 1985.
3. Лемкуль Л. Праздничный стол. М., 1974.
4. Логунов М., Лифшиц М. и др. Рыбные блюда. М., 1974.
5. Массо С., Рельве О. Мясные и грибные блюда. Таллинн, 1984.
6. Образцова Л. Твой дом, твоя семья. Л., 1983.
7. Коршунов Н. Организация обслуживания в ресторанах. М., 1976.



Сервировка стола перед подачей первого блюда



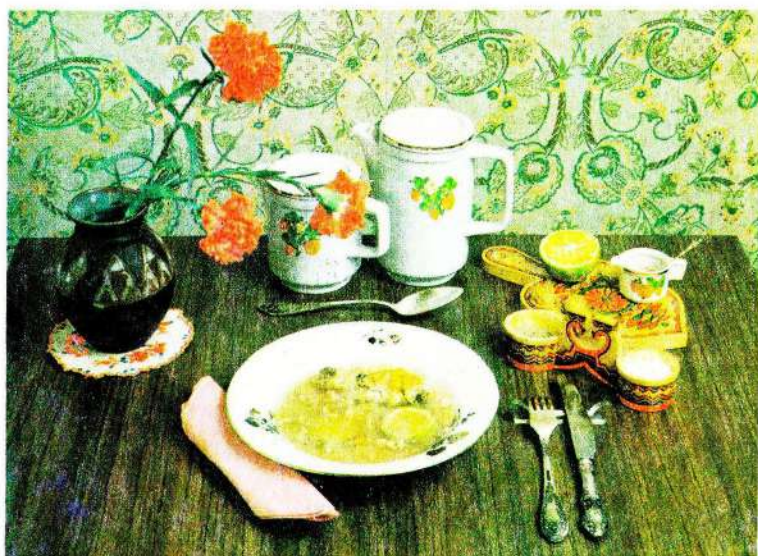
Бульон с мясом



Бориц украинский



Щи по-монастырски с грибами



Уха наваристая



Мясной суп с овощами и макаронами



Щи из свежей капусты



Суп из курицы по-индийски

Блюда приготовила Любовь Владимировна Мирер
 Фото Александра Михайловича Гронского

СОДЕРЖАНИЕ

<i>От составителей</i>	3
БУЛЬОНЫ	4
ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ	12
РЫБНЫЕ ПЕРВЫЕ БЛЮДА	36
ГРИБНЫЕ ПЕРВЫЕ БЛЮДА	55
<i>Если к вам приехали иностранные гости</i>	65
<i>Рекомендуемая литература</i>	68

Д69 **150 рецептов** первых блюд: Справочник-пособие. Составители: Дорощеева С. К., Захаров А. А./Оформ. худож. Курбатова С. В. — Л., 1991 — 73 с.

ISBN 5-7058-0004-5

В книге приводятся рецепты бульонов, заправочных супов и т. д., приготавливаемых из того набора продуктов, которые еще имеются в ленинградских магазинах. Специальный раздел посвящен национальным кухням зарубежных стран на случай, если к вам приедут иностранные гости.

36.997

Составители:

*Светлана Краснославовна Дорощеева
Александр Алексеевич Захаров*

150 РЕЦЕПТОВ ПЕРВЫХ БЛЮД
Справочник-пособие

Редактор С. С. Смелова
Художественный редактор В. И. Круговов
Технический редактор Е. В. Траскевич
Корректоры Л. Л. Бубнова, М. В. Шилкова

Сдано в набор 12.11.90. Подписано к печати 8.01.91. Формат 60×84/16.
Бумага офсетная № 1. Гарн. литер. Печать офсетная. Печ. л. 4,75. Тираж 50 000.
Заказ № 800. Цена 1 р. 50 к.

ЛИО «Редактор», 190008, Ленинград, канал Грибоедова, 170.

Фабрика «Детская книга» № 2 Министерства печати и массовой информации РСФСР. 193036, Ленинград, 2-я Советская, 7

ДЛЯ ЗАМЕТОК

1 р. 50 к.