

СЕРИЯ



И ОДИН РЕЦЕПТ

АРОМАТНЫЙ ДЫМОК НАД ТАРЕЛКОЙ

СУПЫ, БОРЩИ,
БУЛЬОНЫ



СЕРИЯ

И ОДИН РЕЦЕПТ

АРОМАТНЫЙ ДЫМОК НАД ТАРЕЛКОЙ

**СУПЫ, БОРЩИ,
БУЛЬОНЫ**



Москва, 2001

„1000 И ОДИН РЕЦЕПТ”

Содержание:

РАССОЛЬНИК, СОЛЯНКА	3
ЩИ	5
СУПЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС	8
СУПЫ ИЗ КРУП	16
СУПЫ-ПЮРЕ	19
МОЛОЧНЫЕ СУПЫ	22
УХА, РЫБНЫЕ СУПЫ	23
БОРЩ, СВЕКОЛЬНИК	26
СПРАВОЧНЫЕ ТАБЛИЦЫ	31

Приятного аппетита!

Составитель: Надежда Лебедева

Художественное оформление:

Петр Навдаев

Верстка и макет: Дмитрий Грошев

Корректор: Марина Успенская

© Н. Лебедева, Д. Грошев, составление, 2001

© «РИПОЛ КЛАССИК», оформление, 2001

РАССОЛЬНИК, СОЛЯНКА

РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ

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

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

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

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ

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

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

В кипящий бульон положить распаренную перловую крупу и варить 30 минут. Добавить пассерованные корни, картофель, пучок нарезанной зелени, огурцы, лавровый лист, перец. В конце варки заправить рассольник кипяченым процеженным огуречным рассолом. Подавать со сметаной и зеленью.

РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ

Продукты: 500 г говядины с костями, 400 г почек, 1 морковь, 2 корня петрушки, 2 корня сельдерея, 2 соленых огур-

ца, 1 луковица, 120-150 г перловой или ячневой крупы или риса, 5-6 картофелин, 1 столовая ложка жира, 0,5 стакана сметаны, зелень, соль.

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

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

Огурцы очистить от кожицы и зерен, нарезать кубиками залить бульоном, немного поварить, добавить в суп. В рассольник можно также добавить процеженный и прокипяченный огуречный рассол. Мясо и почки из готового рассольника вынуть и нарезать на небольшие кусочки. Подавать со сметаной и мелко нарубленной зеленью.

СБОРНАЯ МЯСНАЯ СОЛЯНКА

Продукты: 500 г костей, 200 г мяса, 100 г вареной ветчины, 70 г сосисок, 120 г вареных почек, 200 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 180 г каперсов, 80 г маслин, 80 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, зелень.

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

СОЛЯНКА СТАРОМОСКОВСКАЯ

Продукты: 20 г телятины, 20 г ветчины, 20 г любительской или докторской колбасы, 20 г жареных грибов, 20 г

репчатого лука, 1 соленый огурец, 5 шт. каперсов, 5 шт. оливков или маслин, 100 г говяжьих костей, 30 г сметаны, 15 г сливочного масла, 8 г томат-пасты, зелень, 1 помидор, 1 долька лимона.

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

СОЛЯНКА МЯСНАЯ

Продукты: 200 г говядины, 200 г репчатого лука, 200 г соленых огурцов, 30 г томатной пасты, 50 г жира, 1,5 л бульона или воды.

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

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

ЩИ

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

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

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

Приготовление: Подготовленное мясо залить холодной водой, варить до полуготовности при слабом кипении 1,5-2 часа, после чего положить очищенную и нарезанную квадратиками примерно 1х1 см свежую белокочанную капусту. Через полчаса добавить слегка обжаренные лук, корни и пряности и все довести до готовности.

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

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГРИБАМИ

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

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

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

Мучная пассеровка: в сковороде растопить жир, всыпать просеянную муку и, непрерывно помешивая, обжарить, не доводя до изменения цвета, добавить в несколько приемов бульон, непрерывно помешивая, чтобы не образовались комки. При подаче щи заправить сметаной и посыпать зеленью.

ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ С МЯСОМ

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

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

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

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ УРАЛЬСКИЕ

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

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

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ

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

Приготовление: Капусту нарезать квадратиками размером около 2х2 см, а картофель, морковь, репу и корень петрушки - дольками. Если капуста и репа горчат, их надо ошпарить в дуршлаге с холодной водой. Репчатый лук и корни пассеровать с жиром.

В кипящую жидкость (воду или бульон) положить нарезанную капусту и варить 10-15 минут, после чего добавить картофель и пассерованные овощи и варить до готовности,

затем посолить. При подаче на стол в щи положить сметану, зелень петрушки или укропа.

СУПЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС

Густой суп-гуляш

Продукты: 200 г баранины, 300 г свиного сала, 2 луковицы, 100 г моркови, 1 зеленый перец, 4 помидора, 2 столовые ложки масла, 1 л горячей воды, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка красного сладкого перца, 1¼ литра сливок, несколько горошин черного перца.

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

ХАРЧО

Продукты: 160 г репчатого лука, 140 г риса, 80 г маргарина, 60 г томата-пасты, 60 г соуса ткемали, 12 г чеснока, кориандр (кинза), 60 г зелени петрушки, 2 л воды, 320 г баранины (грудинка).

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

МАСТАВА

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

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

СУП ПО-КАЗАХСКИ

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

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

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

СУП ИЗ КУРИЦЫ С ОРЕХАМИ

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

Приготовление: В куриный бульон с луком добавить толченые орехи, корицу, уксус, зелень петрушки и вскипятить.

СУП С КНЕДЛИКАМИ ИЗ ПЕЧЕНИ

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

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

СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

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

Приготовление: В бульон положить сырой картофель, нарезанный небольшими кубиками, и варить до полуготовности, затем заправить мелко нарезанным пассерованным луком и морковью. В этом супе сварить фрикадельки.

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

При подаче на стол в суп положить припущенный отдельно рис, кислое молоко и посыпать зеленью.

КРЕСТЬЯНСКИЙ СУП

Продукты: 1-1,2 л воды, 250 г черствого хлеба, 1-2 крупные луковицы, 3 столовые ложки смальца, 1-2 яйца, 0,5 чайной ложки молотого красного перца, соль, зелень петрушки.

Приготовление: Разогреть жир, обжарить на нем нарезанный лук и кусочки хлеба. Влить воду, добавить соль и перец. Яйца взбить вместе с небольшим количеством воды, смесь

вылить в суп. Довести до кипения и подать, посыпав нарезанной зеленью.

СУП МУЧНОЙ

Продукты: 100 г пшеничной муки, 40 г бараньего топленого сала, 30 г репчатого лука, соль, перец, зелень.

Приготовление: Пшеничную муку подсушить на сковороде, помешивая. Когда цвет муки станет коричневым, развести водой, чтобы не было комков, добавить мелко нарезанный пассерованный лук, соль, красный молотый перец и дать прокипеть. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки или кинзой.

СУП С МАКАРОНАМИ

Продукты: 1,5 л бульона, 100 г макарон (рожков, ракушек или звездочек), 2 картофелины, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, зелень укропа.

Приготовление: В кипящий бульон опустить нарезанную соломкой морковь, нарезанный кубиками картофель, отдельно отваренные в подсоленной воде макароны и пассерованный мелко нарезанный репчатый лук. Готовый суп приправить солью и перцем и подавать, посыпав мелко нарезанной зеленью.

СУП С МАКАРОНАМИ И СЫРОМ

Продукты: 80 г макарон, 20 г сливочного масла, 1 желток, 150 г сливок, 50 г сыра.

Приготовление: Макароны отварить в подсоленной воде, нарезать длиной 1,5-2 см, слегка обжарить на жире в сковороде, положить в кипящий бульон и варить при слабом кипении 10 минут, удаляя появляющуюся на поверхности пену.

При подаче на стол в суп добавить смесь из яичных желтков со сливками и посыпать натертым сыром.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С КЛЕЦКАМИ

Продукты: 750 г картофеля, 500 г зеленого лука, 2 луковицы, 2 столовые ложки масла, 1 литр горячего мясного

бульона, 1 булочка, 1 яйцо, 300 г мяса, 3 помидора, мускатный орех, щепотка сухого майорана, 1 столовая ложка зелени петрушки.

Приготовление: Картофель порезать кубиками величиной 2 см, луковицы мелко нашинковать, зеленый лук порезать. В разогретом масле обжарить зеленый лук и половину репчатого лука, затем залить бульоном и варить 20 минут.

Булочку размочить, отжать, после чего смешать мясо, оставшийся репчатый лук, хлеб и мускат в однородную массу и скатать из нее клецки величиной с грецкий орех. На 10 минут положить клецки в суп. Разрезать помидоры на 8 частей и также добавить в суп. Перед подачей на стол в готовое блюдо положить майоран и посыпать петрушкой.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

Продукты: 250 г трески или морского окуня или другой рыбы, 6 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, черный молотый перец, соль, зелень укропа.

Приготовление: Морковь очистить, нашинковать соломкой, сварить в подсоленной воде до полуготовности, затем положить мелко нарезанный картофель и репчатый лук. Суп довести до кипения, положить обработанную рыбу, посолить, поперчить и довести до готовности. Подавать, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С ПОМИДОРАМИ

Продукты: 5-6 клубней картофеля, 2 свежих помидора, 1 морковь, небольшой корень петрушки, 1 головка лука, 2 столовые ложки маргарина, 150 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень.

Приготовление: В кипящий бульон положить картофель, нарезанный кубиками, варить 10 минут, затем добавить пассерованные мелко нарезанные морковь, петрушку, репчатый лук и довести до готовности. В конце варки в суп опустить нарезанные дольками помидоры, заправить солью, перцем, лавровым листом и дать вскипеть.

СУП ОВОЩНОЙ

Продукты: 1 морковь, 1 петрушка, 2 столовые ложки лука-порея, 1 сельдерей, 1\3 кочана капусты, 3 столовые ложки зеленого горошка, 200 г зеленого салата, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, соль, 2 л бульона.

Приготовление: Морковь, петрушку, сельдерей, капусту, лук-порея нарезать мелкой соломкой, положить соль, сахар, перемешать и тушить с маслом на медленном огне, периодически помешивая, чтобы овощи не подгорели. В тушеные овощи добавить немного мясного бульона, капусту, зеленый горошек, листья зеленого салата, дать прокипеть, затем влить оставшийся бульон, снова довести до кипения, настаивать 10-15 минут.

СУП ТОМАТНЫЙ С РИСОМ

Продукты: 200 г помидоров, 80 г риса, 30 г репчатого лука, 200 г мясных костей, 50 г сметаны.

Приготовление: Помидоры стушить, протереть, положить в сваренный из костей и процеженный бульон, добавить рис, поджаренный лук и варить до готовности. Подать суп, заправленный сметаной.

СУП ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С СЫРОМ

Продукты: 1 луковица, 1 морковь, 1 зубчик чеснока, 300 г говядины, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 л горячей воды, 1 чайная ложка соли, 2 кусочка жареного хлеба, 1 столовая ложка сливочного масла, 100 г тертого сыра, острый красный перец.

Приготовление: Лук мелко нашинковать, морковь порезать кубиками. Разогреть масло и обжарить в нем овощи и нарезанное кусочками мясо в течение 3-4 минут, непрерывно помешивая. Развести томатную пасту в небольшом количестве воды, добавить к мясу и тушить в течение 20 минут на слабом огне. Сельдерей нарезать кусочками толщиной в 1 см, добавить его к мясу и тушить еще 5 минут. Залить все горячей водой, добавить острый перец и варить 30 минут. В суп добавить жареный хлеб и перед подачей на стол посыпать зеленью.

СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

Продукты: 500 г суповых костей, 1 морковь, 1 корень лука-порея, 1 корень петрушки, 1 кг очищенной цветной капусты, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 200 г сметаны, соль, черный молотый перец, пучок зелени петрушки или укропа.

Приготовление: Цветную капусту разобрать на соцветия, промыть, выдержать 20 минут в подсоленной воде, промыть. Положить в процеженный бульон, сваренный из костей с кореньями, заправить светлой мучной заправкой, сметаной, приправить солью и перцем и довести до кипения.

Суп из цветной капусты можно также заправить клецками, приготовленными из 100 г муки и 1 яйца. Подавая к столу, суп заправить мелко нарезанной зеленью.

СУП ИЗ КОЛЬРАБИ

Продукты: 500 г костей для супа, по 1 корню моркови, петрушки, сельдерея, пастернака, лука-порея, 1 головка репчатого лука, 1,5 кг кольраби, 1 стакан сметаны, 3 столовые ложки масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка муки, соль, сахар, черный молотый перец.

Для клецек: 100 г муки, 1 яйцо, соль.

Приготовление: Кольраби очистить, вымыть, нарезать кубиками, посыпать мелко нарезанной петрушкой, потушить в масле, прикрыв посуду крышкой. Влить бульон, сваренный из суповых костей с добавлением кореньев, посолить, поперчить.

Когда кольраби станет мягкой, заправить суп светлой мучной заправкой и довести до кипения. Добавить сметану и прокипятить. В готовый суп положить клецки, сваренные в подсоленной воде.

СУП СЫРНЫЙ С ЛУКОМ

Продукты: 1,5 л воды, 2 большие головки репчатого лука, 100 г копченого шпика, 2 столовые ложки муки, 200 г сыра, 2 желтка, 500 г сметаны или сливок, соль, красный сладкий перец, зелень.

Приготовление: Шпик нарезать мелкими кубиками, лук - кольцами, обжарить до золотистого цвета, всыпать муку, влить при непрерывном помешивании горячую воду, приправить тертым сыром, солью, перцем.

Охлажденный до 60 градусов суп заправить взбитыми со сливками или сметаной яичными желтками и тут же подавать к столу, посыпав мелко нарезанной зеленью.

СУП ЛУКОВЫЙ

Продукты: 1,5 л бульона, 250 г репчатого лука, 60 г сливочного масла, 80 г муки, соль, перец.

Приготовление: Лук очистить, мелко нарезать, обжарить в горячем сливочном масле до золотистого цвета, посыпать мукой и продолжать обжаривать до светло-коричневого цвета. Развести горячим бульоном и поварить 10 минут. Приправить солью и перцем. Чтобы не было кусочков лука, можно протереть через сито.

ЛУКОВЫЙ СУП ПО-ФРАНЦУЗСКИ

Продукты: 150 г репчатого лука, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки муки, 6 стаканов крепкого мясного бульона, 1 лавровый лист, 6 ломтиков белого хлеба, 75 г тертого сыра, черный молотый перец, соль.

Приготовление: Репчатый лук мелко нарезать, поместить со сливочным маслом в сотейник, обжарить до золотистого цвета, добавив, размешивая, муку, а затем мясной бульон, положить лавровый лист и черный перец. Суп поставить на слабый огонь на 20 минут, после чего вынуть из него лавровый лист и посолить по вкусу.

Нарезанный тонкими ломтиками свежий белый хлеб подсушить на сильном огне без масла. Сверху посыпать гренки тертым сыром и поставить на несколько минут в теплую духовку, чтобы сыр растопился. Суп разлить по суповым чашкам, и в каждую положить по ломтику хлеба с сыром.

СУПЫ ИЗ КРУП

ГУСТОЙ ЯЧМЕННЫЙ СУП С МЯСОМ

Продукты: 60 г ячменя, 200 г лука-порея, 200 г корня сельдерея, 1 столовая ложка сливочного масла, лавровый лист, гвоздика, 100 г сала, 300 г свинины, 200 г говядины, 200 г картофеля, 3 столовые ложки зелени.

Приготовление: Вскипятить 1,5 л воды и варить в ней ячмень на слабом огне 30 минут. Все овощи, кроме картофеля, мелко нашинковать и обжарить в разогретом масле, затем добавить перец и лавровый лист.

Сало, говядину и свинину нарезать кубиками и добавить к овощам. Все залить ячменным бульоном и варить на слабом огне в течение часа. Картофель нарезать кубиками и добавить в суп за 15 минут до окончания варки. Перед подачей к столу суп посыпать рубленой зеленью.

ТОМАТНЫЙ СУП С РИСОМ И МЯСОМ

Продукты: 2 луковицы, 2 столовые ложки оливкового масла, 250 г мяса, 150 г длинного риса, 1 л томатного сока, 1 чайная ложка соли, 1 чайная ложка тмина, щепотка сахара и перца, 2 столовые ложки зелени петрушки.

Приготовление: Лук мелко нашинковать и обжарить в масле, добавить нарезанное на кусочки мясо и рис. Помешивая, обжаривать несколько минут, затем добавить томатный сок, соль, сахар и перец и варить 20 минут на слабом огне. Положить тмин. Перед подачей на стол посыпать блюдо зеленью петрушки.

СУП РИСОВЫЙ С ЛИМОНОМ

Продукты: 150 г мяса, 200 г мясных костей, 100 г риса, 30 г репчатого лука, 20 г топленого масла, 1 желток, цедра от 1\5 лимона, соль, зелень.

Приготовление: В мясной процеженный бульон, сваренный на мясных костях, положить пассерованный мелко нарезанный лук, промытый рис, соль и варить 30 минут. Затем

СУПЫ ИЗ КРУП

добавить натертую на терке цедру лимона, довести суп до кипения и заправить желтками яиц, разведенными небольшим количеством бульона. Подавать суп с мясом, лимоном и зеленью.

СУП ИЗ ФАСОЛИ С КОЛБАСОЙ

Продукты: 200 г белой фасоли, 2 зеленых перца, 2 луковицы, пучок зелени, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки масла, 500 г помидоров, 100 г копченой колбасы или 4 охотничьих колбаски, 1 чайная ложка соли, по щепотке белого и острого красного перца, сахар, 2 столовые ложки нарезанного зеленого лука.

Приготовление: Фасоль замочить в 1,5 л воды на 12 часов, а затем сварить в той же воде на слабом огне в течение 1,5 часа. Зелень мелко нарубить. Перец нарезать соломкой, а лук - маленькими кубиками. Овощи обжарить в разогретом масле, а затем добавить перец и фасоль. Варить в течение 20 минут, затем добавить в суп нарезанные кубиками помидоры. Перед окончанием варки в суп положить нарезанную колбасу, добавить перец и немного сахара. Перед подачей к столу посыпать зеленым луком.

СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ОКОРОКОМ

Продукты: 200 г окорока, 500 г кожи окорока, 300 г картофеля, 160 г фасоли, 60 г моркови, 60 г репчатого лука, 10 г томата-пюре, 1,6 л воды, 2 дольки чеснока.

Приготовление: Разрубленные кости и кожу, снятую с копчено-вареного окорока, варить в воде в течение 35-40 минут. Бульон процедить, снять с него жир и пассеровать на нем лук. В бульон положить фасоль, через 40-50 минут варки - картофель, а еще через 10 минут - пассерованные лук, морковь и томат, нарезанный кубиками и слегка обжаренный окорок, а также нарезанную вареную кожу окорока. Через 5 минут заправить суп чесноком, растертым вместе с солью и специями и варить еще несколько минут до готовности.

СУП ИЗ ФАСОЛИ И ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

Продукты: 100 г красной фасоли, 40 г лука, 60 г грецких орехов, 20 г винного уксуса, 1-2 дольки чеснока, перец, укроп, кинза, зелень петрушки.

Приготовление: В сваренную до полуготовности фасоль добавить сырой рубленый репчатый лук, чеснок, довести до готовности и процедить. Фасоль протереть, постепенно разводя эту массу отваром. Заправить толчеными ядрами орехов, уксусом, рубленой зеленью и перцем.

СУП С ЧЕЧЕВИЦЕЙ

Продукты: 160 г говядины, 80 г чечевицы, 150 г картофеля, 20 г ядер грецких орехов, 1 луковица, 30 г чернослива или урюка, 30 г топленого сала, 10 г пшеничной муки, перец, соль, укроп.

Приготовление: В кипящий мясной бульон положить отобранную, промытую, вымоченную чечевицу и варить до тех пор, пока она не станет мягкой, затем добавить нарезанный кубиками картофель, пассерованный репчатый лук и пшеничную муку, чернослив или урюк, жареные протертые орехи и варить до готовности.

При подаче на стол в суп положить отварную говядину и посыпать укропом и черным молотым перцем.

СУП С ГОРОХОМ И КАРТОФЕЛЕМ

Продукты: 160 г говядины, 150 г картофеля, 50 г гороха, 50 г кореньев, 70 г лука, 60 г пшеничной муки, 1 яйцо, 30 г томата-пюре, 30 г маргарина, 80 г кислого молока, соль, перец.

Приготовление: В кипящий бульон положить горох, а через 30-40 минут - нарезанный кубиками картофель, затем добавить лапшу, приготовленную из пшеничной муки и яйца, нарезанные соломкой пассерованные корни, мелко нарезанный репчатый лук, томат-пюре, соль, перец и варить до готовности.

Суп подавать с вареным куском мяса, заправив кислым молоком.

СУП С ГОРОХОМ И БАРАНИНОЙ

Продукты: 230 г баранины, 100 г лушеного гороха, 30 г лука, 20 г бараньего сала, соль, красный молотый перец.

Приготовление: Баранину порубить на 2-3 кусочка с косточкой на порцию, залить водой и варить вместе с горохом и перцем. Лук мелко нарезать, пассеровать и положить в суп за 15-20 минут до окончания варки.

СУП ГОРОХОВЫЙ КЛАССИЧЕСКИЙ

Продукты: 50 г ветчинных костей, 200 г мясных костей, 40 г моркови, 40 г лука, 140 г лушеного гороха, 10 г томата-пюре, 10 г свиного сала, 20 г муки, соль, лавровый лист, зелень.

Приготовление: Из мясных и ветчинных костей сварить бульон. В перебранный и промытый горох положить нарезанную вдоль на 2-4 части морковь и варить горох, залив бульоном (2 части жидкости на 1 часть гороха) в посуде с закрытой крышкой на слабом огне до пюреобразной консистенции. Лук мелко порезать и пассеровать на свежем свином сале.

Подготовленный горох соединить с горячим процеженным бульоном (морковь из него удалить) и, когда суп закипит, добавить специи (перец, соль, лавровый лист), пассерованную муку, разведенную небольшим количеством воды и варить еще 15-20 минут.

Также можно приготовить суп с ветчиной, копченой свиной грудинкой или корейкой. Гороховый суп можно сварить и на воде.

СУПЫ-ПЮРЕ

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУР

Продукты: 400 г мякоти курицы, 50 г моркови, 30 г петрушки, 50 г лука, 60 г муки, 80 г масла, 1,5 л воды.

Приготовление: Курицу сварить, мясо отделить от костей.

Белое мясо нарезать соломкой, а все остальное вместе с овощами, которые варились с курицей, 2-3 раза пропустить через мясорубку с мелкой решеткой и протереть через сито. В протертую мякоть добавить разведенную мучную пассеровку, развести до нужной консистенции и вскипятить. Нарезанное филе добавить в суп при подаче.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

Продукты: 300 г шампиньонов, 1 луковица, 4 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки мелко нарубленной петрушки, 4 столовые ложки муки, 0,5 л горячего мясного, овощного или куриного бульона, 0,5 стакана сливок.

Приготовление: Шампиньоны перебрать и нарезать. Луквицу мелко порубить. Растопить 2 столовые ложки масла и обжарить в нем шампиньоны с луком. В другой посуде растопить оставшееся масло, добавить муку, обжарить до золотистого цвета и залить горячим бульоном. Бульон несколько раз вскипятить, постоянно помешивая, посолить и поперчить. Затем в бульон добавить шампиньоны и сливки. Перед подачей на стол суп посыпать зеленью.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

Продукты: 3-5 картофелин, 1 кочешок цветной капусты, 2 столовые ложки масла, зелень петрушки и укропа, соль.

Приготовление: Цветную капусту вымыть, выдержать в подсоленной воде и разделить на соцветия, после чего отварить в кипятке. Картофель очистить, отварить, протереть, соединить с цветной капустой и отваром, в котором она варилась. В суп добавить 2 столовые ложки масла и мелко нарубленную зелень.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Продукты: 800 г картофеля, 50 г моркови, 50 г лука, 30 г петрушки, 40 г пшеничной муки, 60 г сливочного масла, 1,5 л жидкости (овощной отвар или молоко).

Приготовление: Картофель очистить и отварить в подсоленной воде до полуготовности, затем добавить корень пет-

СУПЫ-ПЮРЕ



рушки, пассерованные лук и морковь, довести до готовности и протереть.

Муку смешать с маслом и, помешивая, прогреть, после чего развести частью бульона, молока или овощного отвара, добавить к протертому картофелю, снова развести жидкостью и довести до кипения.

СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ И КАРТОФЕЛЯ

Продукты: 300-400 г сардин или салаки, 6 картофелин, 1 головка репчатого лука, 0,5 корня петрушки, 0,5 моркови, по 2 столовые ложки сливочного масла и муки, 0,5 стакана молока, 1 желток, соль.

Приготовление: Подготовленную рыбу без голов отварить, добавив немного моркови, петрушки, лука и соли. Остальную часть овощей спассеровать с жиром. Очищенный картофель и овощи протереть через сито, добавляя отвар. Отварную рыбу отделить от костей и дважды пропустить через мясорубку.

Протертую овощную массу соединить с измельченной рыбой, тщательно перемешивая и добавляя процеженный рыбный бульон, затем добавить слегка обжаренную на масле муку, разведенную бульоном, соль и довести до кипения. Готовый суп заправить яично-молочной смесью и маслом.

СУП-ПЮРЕ ГОРОХОВЫЙ

Продукты: 500 г говядины с костями, 300 г сушеного гороха, 1 морковь, 1 лук-порей, по 1 корню петрушки и сельдерея, 10 горошин черного перца, 1 лавровый лист, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка масла, соль.

Приготовление: Из мяса и костей сварить бульон, добавить коренья и пряности и замоченный в воде горох. Когда бульон сварится, мясо вынуть, бульон процедить, горох и коренья протереть и снова соединить с бульоном. Муку спассеровать, разбавить бульоном и ввести в суп.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КРУПЫ

Продукты: 150-200 г крупы (рисовой или перловой), 50 г

моркови, 30 г петрушки, 50 г лука, 40 г сливочного масла, 1,5 л жидкости (молока или бульона).

Приготовление: Крупу сварить, добавить пассерованные овощи, протереть вместе с отваром, развести молоком или бульоном и вскипятить.

СУП-ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ

Продукты: 400 г свеклы, 40 г лука-порей, 20 г муки, 30 г сливочного масла, 50 г сметаны или сливок, 10 г уксуса.

Приготовление: Сырую свеклу очистить, натереть на терке и тушить с добавлением бульона и масла до мягкости (чтобы цвет свеклы сохранился, к ней можно добавить уксус). Лук порей мелко нашинковать и пассеровать на масле. В бульон положить тушеную свеклу, пассерованный лук порей, довести до кипения, заправить белым соусом и варить при слабом кипении. Через 15-20 минут массу протереть и вновь довести до кипения. Добавить столько бульона, чтобы консистенция массы соответствовала супу-пюре, и заправить сметаной или сливками. Отдельно к супу можно подать гренки.

МОЛОЧНЫЕ СУПЫ

СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ

Продукты: 500 г молока, 400 г воды, 70 г риса, 50 г изюма, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, сахар.

Приготовление: В кипящую воду положить перебранный и промытый рис и варить до полуготовности, затем влить кипяченое молоко и продолжать варить до мягкости риса, после чего добавить промытый изюм. Перед окончанием варки добавить соль, сахар по вкусу и сливочное масло.

СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ

Продукты: 500 г молока, 300 г воды, 2 столовые ложки масла, соль, сахар по вкусу. Для клецек: 100 г пшеничной муки, 50-70 г молока, 1 яйцо, соль.

Приготовление: Яйцо взбить с солью, влить молоко, всыпать муку и замесить тесто. С помощью ложки разделить клецки и опустить их в кипящую воду. Когда клецки всплывут, влить кипяченое молоко, довести до кипения, добавить соль, сахар и сливочное масло.

СУП МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВНЫМИ КЛЕЦКАМИ

Продукты: 0,5 л воды, 1 л молока, соль, сахар.

Для клецек: 300 г моркови, 1 яйцо, 1 столовая ложка масла, мука, соль.

Приготовление: Морковь очистить, вымыть, натереть на мелкой терке, добавить яйцо, соль, масло и столько муки, чтобы получилась достаточно связанная масса, из которой накатать небольшие шарики, опустить в кипящую воду и варить, пока не всплывут. В суп влить кипящее молоко, все прокипятить.

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ

Продукты: 1 л молока или смеси воды и молока, 80 г макаронных изделий.

Приготовление: Длинные макароны разломать на куски, положить в кипящую воду и варить до полуготовности (макароны - 15 минут, лапшу - 10-12 минут, вермишель - 5-7 минут), затем воду слить, залить макароны кипящим молоком или смесью воды и молока и, помешивая, варить до готовности, положить соль, сахар, а при подаче на стол - кусочек сливочного масла.

РЫБНЫЕ СУПЫ

УХА РЫБАЦКАЯ

Продукты: 600 г рыбной мелочи, 400-500 г крупной рыбы, 3 луковицы, корень петрушки, 2 лавровых листа, 4 горошины черного перца, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Приготовление: Мелкую рыбу выпотрошить, промыть и, не очищая от чешуи, сложить в кастрюлю, залить холодной

водой, посолить, поставить на огонь. Варить, пока рыба полностью не разварится, затем бульон процедить. В процеженный бульон положить нарезанные репчатый лук и корень петрушки, поставить бульон снова на огонь, поварить еще 15 минут, затем опустить в него подготовленные порционные куски крупной рыбы и специи. Уменьшить огонь и варить еще 15-20 минут, удаляя всплывающую пену. Готовую уху заправить сливочным маслом и подать, посыпав измельченной зеленью.

УХА С КАРТОФЕЛЕМ

Продукты: 1,5 кг рыбной мелочи, по 0,5 корня петрушки и сельдерея, 1 луковица, 7 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 500-600 г картофеля, соль.

Приготовление: Сварить в пряном отваре очищенную и хорошо промытую рыбную мелочь. Перед варкой рекомендуется освободить рыбу от голов, чтобы они не придали отвару горечи. Отвар процедить, прокипятить и добавить в него нарезанный брусочками или ломтиками картофель. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа. Перед подачей к столу уху можно заправить сливочным маслом, добавляя его в суп мелкими кусочками и все время помешивая.

СОЛЯНКА РЫБНАЯ

Продукты: 1 кг рыбы, 100-150 г свежих, соленых или маринованных грибов, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 3 соленых или маринованных огурца, 7 головок репчатого лука, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 4-5 горошин перца, 1 лавровый лист, молотый перец, зелень укропа или петрушки, сметана или ломтики лимона, сахар, соль.

Приготовление: Из костей и голов сварить бульон, положив в него морковь, 2 головки репчатого лука и специи. Бульон процедить. Репчатый лук нашинковать, слегка обжарить, добавить томат-пюре и развести горячим бульоном.

Грибы нарезать ломтиками, рыбу и огурцы - кусочками. Сложить в кастрюлю вместе с обжаренным луком и тома-

том-пюре. Все залить горячим бульоном и варить 15-20 минут. При подаче на стол добавить в суп измельченную зелень, сметану или ломтики лимона без цедры.

СУП ИЗ ХЕКА С ТОМАТОМ

Продукты: 1 кг рыбы (хека, аргентины или сайры), 150 г оливкового масла, 3 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 100 г лука-порея, 2 дольки чеснока, 2 столовые ложки томата-пюре, 4 картофелины, 1 лавровый лист, 3 горошины черного перца, соль.

Приготовление: Подготовленную рыбу нарезать кусками, посолить и поставить в холодное место. Головы (без жабр) и хвосты залить холодной водой, добавить соль, лавровый лист и петрушку. Варить бульон в течение часа, затем процедить. В кастрюльке разогреть оливковое масло и слегка обжарить на нем нашинкованный репчатый лук, белую часть лука-порея и другие овощи. Нарезанный брусочками картофель и куски рыбы залить процеженным бульоном и варить 15-20 минут, затем добавить томат-пюре и чеснок. Подавать, посыпав зеленью петрушки, укропа и лука.

СУП РИСОВЫЙ ОСТРЫЙ С РЫБОЙ

Продукты: 500-600 г мороженой аргентины, 1 стакан риса, 3 столовые ложки маргарина, 2 головки репчатого лука, 2 дольки чеснока, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 чайная ложка мелко нарезанной зелени, соль.

Приготовление: В кипящий рыбный бульон положить промытый рис, мелко нарезанный лук, пассерованный с жиром и томатом-пюре и варить 35-40 минут. За 15 минут до окончания варки положить в суп кусочки рыбы без костей, толченый чеснок и соль. При подаче на стол посыпать зеленью.

СУП ТОМАТНЫЙ С РЫБОЙ

Продукты: 500-600 г мороженой рыбы, 4 помидора, 4-5 картофелин, 1 морковь, 0,5 корня петрушки, 2 головки репчатого лука, 2-3 столовые ложки маргарина, соль, спе-

ции, 0,5 чайной ложки мелко нарезанной зелени петрушки или укропа.

Приготовление: В кипящий бульон положить кусочки рыбы, нарезанный дольками картофель, нарезанные соломкой и пассерованные с жиром коренья и лук и варить при слабом кипении до готовности. Нарезанные помидоры, соль и специи добавить в суп за 5-6 минут до окончания варки. При подаче на стол суп посыпать зеленью.

БОРЩИ

БОРЩ КЛАССИЧЕСКИЙ

Продукты: 200 г свеклы, 150 г свежей капусты (или 200 г квашеной), 50 г моркови, 20 г петрушки, 50 г репчатого лука, 30 г томата-пюре, 30 г кулинарного жира или свиного сала, сахар, соль, уксус по вкусу, 800 г бульона или воды.

Приготовление: Свеклу вымыть, очистить, нарезать соломкой или ломтиками, положить в толстостенную посуду, добавить томат-пюре, сбрызнуть уксусом, налить немного воды или бульона (10% от массы свеклы) и, помешивая, тушить. Чтобы свекла тушилась быстрее, уксус и томат-пюре в нее можно добавлять не сразу, а за 10 минут до конца тушения.

Пока свекла тушится, шинковать соломкой лук, морковь и корень петрушки. Помешивая, пассеровать их с жиром в течение 10-15 минут. Затем в кипящий бульон или воду положить шинкованную свежую капусту и варить 10-15 минут, после чего добавить тушеную свеклу, пассерованные овощи и варить до готовности. За 10 минут до конца варки добавить соль, сахар и специи. Варить борщ на слабом огне, почти без кипения. В конце варки в борщ для заправки можно добавить порубленный чеснок и свиное сало, предварительно растертые с солью.

БОРЩ УКРАИНСКИЙ С ПАМПУШКАМИ

Продукты: 500 г говядины, 1 свекла, 400 г свежей капусты, 500 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луко-

БОРЩИ

вица, 4 дольки чеснока, 0,5 стакана томата-пюре или 5 свежих помидоров, 1 столовая ложка муки, 200 г жира, 50 г свиного сала, 0,5 стакана сметаны, 1 столовая ложка сахара, сок лимона, зелень, черный молотый перец, 1 сладкий болгарский перец, 1 лавровый лист.

Для пампушек: 350 г муки, 3/4 стакана молока, 20 г сахара, 10 г дрожжей.

Приготовление: Мясо отварить до готовности. Очищенную промытую свеклу нарезать брусочками, посыпать солью, сбрызнуть соком лимона, все перемешать, положить в кастрюлю или глубокую сковороду, добавить собранный с мясного бульона жир, сахар, томат-пюре и тушить до полуготовности. Очищенные и промытые коренья и лук нарезать соломкой и пассеровать с жиром. Бульон процедить, мясо нарезать кусочками. В процеженный бульон добавить нарезанный дольками картофель, довести до кипения, опустить нарезанную соломкой свежую капусту и варить 10-15 минут, после чего добавить пассерованные овощи, болгарский перец, нашинкованный тонкой соломкой, мучную заправку, специи и довести до готовности. Готовый борщ заправить салом, толченым с чесноком и зеленью, довести до кипения и дать настояться 30 минут.

При подаче к столу добавить сметану, мясо, зелень. К борщу подать пампушки.

Пампушки: В теплом молоке развести дрожжи, соль, сахар, добавить растительное масло и муку, замесить тесто и оставить для брожения. Готовое тесто разделить на куски массой по 25 г, закатать шарики, уложить на смазанный маслом противень, дать подойти и выпекать при температуре 180-210 градусов.

БОРЩ ПО-ПОЛЬСКИ

Продукты: 50 г сушеных белых грибов, лук, морковь, брюква, 2 картофелины, 10 шт. красной свеклы, 50 г растительного масла, 0,5 стакана сметаны, лавровый лист, укроп, петрушка, соль.

Приготовление: Грибы отварить и пошинковать, отвар

процедить. Лук, морковь, брюкву, картофель отварить и протереть. Свеклу испечь или отварить и пошинковать. Все продукты соединить, добавить лавровый лист, прокипятить, посыпать рубленой зеленью и подкрасить соком свеклы. Затем добавить масло, сметану, соль и прогреть, не доводя до кипения. Подавать со сметаной.

БОРЩ С ГРИБАМИ

Продукты: 2,5 л мясного бульона, 1,5 кг столовой свеклы, 250 г свежих белых грибов, 1 долька чеснока, 3 столовые ложки 9%-го уксуса, соль, сахар по вкусу, 2 столовые ложки муки.

Приготовление: Свеклу сварить, опустить на 5-7 минут в холодную воду, очистить, нашинковать тонкими брусочками, опустить в кипящий бульон. Добавить очищенные нарезанные грибы, уксус, соль, сахар и варить 15 минут. Из муки и 1 стакана бульона приготовить заправку и добавить в борщ для загустения. Подавать борщ, посыпав мелко нарезанным чесноком.

БОРЩ С „УШКАМИ“ ИЗ ГРИБОВ

Продукты: Свекла, капуста, репа, морковь, лук, картофель, 1,3 л хлебного кваса, 0,5 стакана сметаны, 200 г растительного масла, лавровый лист, укроп, петрушка,

Для „ушек“: 100 г сушеных белых грибов, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла. Для теста: 1,5 стакана муки, 0,5 стакана воды, 1-2 яйца, 1 чайная ложка соли.

Приготовление: Мелкую свеклу пошинковать и подрумянить в масле. Капусту, репу, морковь и луковицу нарезать, залить хлебным квасом, посолить, отварить. Положить лавровый лист, картофель, прокипятить, добавить натертую сырую свеклу с соком, сметану, масло, развести квасом. Затем прогреть, не доводя до кипения, и посыпать рубленой зеленью.

БОРЩ „ЯЛТИНСКИЙ“

Продукты: 2-3 свеклы, 1 репа, 1 сельдерей, 1 корень петрушки, 1 луковица, картофель, маленький плотный кочан капусты, 4 чайные ложки муки, 4 столовые ложки томатной

пасты, 0,5 стакана сметаны, 2 столовые ложки масла, зелень петрушки и укропа, соль.

Приготовление: Свеклу, репу, сельдерей, петрушку, картофель нашинковать и отварить в подсоленной воде. Кочан капусты разрезать на 12 частей и тоже отварить, отвары соединить, всыпать подрумяненную в масле муку, вскипятить. Добавить масло, томатную пасту, сметану, рубленую зелень и довести до кипения.

БОРЩ ЛЬВОВСКИЙ С СОСИСКАМИ

Продукты: 500 г свеклы, 400 г картофеля, по 0,5 моркови и корня петрушки, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка сахара, 2 столовые ложки 9%-го уксуса, 200 г сосисок, 2 л воды, перец, лавровый лист, соль, зелень.

Приготовление: Из костей сварить бульон и процедить. Свеклу хорошо промыть и отварить с кожей с добавлением уксуса до готовности, затем очистить, нарезать соломкой и тушить несколько минут с томатом-пюре, разведенным бульоном. В кипящий бульон положить нарезанный дольками картофель и довести до кипения, затем положить подготовленную свеклу, нарезанные соломкой и пассерованные морковь, петрушку, лук, сахар, лавровый лист, перец, соль и варить до готовности. В конце варки в борщ влить свекольный отвар.

При подаче на стол в борщ положить сваренные и нарезанные ломтиками сосиски и мелко нарезанную зелень. Подавать со сметаной.

БОРЩ ЛЕТНИЙ С МИНТАЕМ

Продукты: 500-600 г мороженой спинки минтая, 1 пучок молодой свеклы, 4 картофелины, 1 морковь, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени сельдерея, 2 помидора, 200 г кабачков, 2-3 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 лавровых листа, соль, 4 чайные ложки сметаны.

Приготовление: Вымытую свеклу очистить, нарезать соломкой, а стебли - на несколько частей. В кипящий рыбный

бульон положить свеклу, нарезанную соломкой морковь и варить при слабом кипении 10-15 минут. Затем положить нарезанные и ошпаренные листья свеклы, очищенные и нарезанные кабачки, помидоры и картофель, лук, зелень сельдерея, лавровый лист, соль и варить до готовности.

БОРЩ С ХЕКОМ

Продукты: 500-600 г мороженого серебристого хека, 5-6 шт. свеклы, 350 г свежей или квашеной белокочанной капусты, 1 морковь, 0,5 корня петрушки, 1 головка репчатого лука, 3 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки маргарина или растительного масла, 1 чайная ложка сахарного песка, 1 столовая ложка 3%-го уксуса, 4 чайные ложки сметаны, 0,5 чайной ложки нарезанной зелени, специи.

Приготовление: Свеклу очистить, вымыть, нарезать соломкой и тушить в неглубокой кастрюле, добавив сахар, жир и томат-пюре. Для сохранения окраски свеклы добавить уксус. Тушить свеклу 25-30 минут (если молодая, то 10-15 минут) на медленном огне, добавив немного бульона или воды.

Коренья и лук спассеровать с жиром и соединить со свеклой за 10 минут до окончания ее тушения. В кипящий рыбный бульон положить капусту, когда он снова закипит, добавить тушеную свеклу и варить 30 минут. Перед окончанием варки в борщ добавить уксус, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

СВЕКОЛЬНИК

Продукты: 200 г свеклы, 30 г томата-пюре или 100 г свежих помидоров, 100 г картофеля, 20 г жира или топленого свиного сала, уксус, специи, 800 г воды или бульона.

Приготовление: Свеклу нарезать соломкой и тушить с томатом-пюре, предварительно сбрызнув уксусом. В кипящую воду, отвар от овощей или грибной бульон положить картофель, нарезанный брусочками, через 15 минут - тушеную свеклу, специи, соль. Заправить по вкусу уксусом, солью, сахаром. В тарелку со свекольником положить ломтик сваренного вкрутую яйца, сметану, зелень.

Сравнительная таблица массы пищевых продуктов (в граммах)

Продукты	Стакан 250 г	Чайная ложка	Столовая ложка
Мука пшеничная	160	8	25
Крахмал	200	10	30
Крупа манная	200	8	25
Крупа гречневая	210	8	25
Рис	230	8	25
Пшено	220	8	25
Крупа ячневая	180	6	20
Овсяные хлопья	90	3	12
Крупа перловая	230	8	25
Фасоль	220	5	15
Горох лущеный	230	6	12
Сахарный песок	230	10	25
Ядра арахиса	190	-	25
Ядра лесных орехов	170	10	30
Изюм	190	-	25
Молоко цельное	250	5	20
Сметана 10% жирности, простокваша	250	5	18
Майонез	-	4	15
Маргарин растопленный	230	5	17
Масло растительное	230	5	20
Жир животный раст.	240	5	20
Сухари молотые	125	5	15
Уксус	-	5	15
Сода пищевая	-	12	28
Соль пищевая	-	10	30
Перец молотый	-	5	-
Желатин в порошке	-	5	15
Кислота лимонная	-	8	25

ББК 36.991

А 84

А 84 Ароматный дымок над тарелкой: супы, борщи, бульоны.

М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 2001. — 32 с.

Серия "Тысяча и один рецепт"

ISBN 5-7905-0630-5

ББК 36.991

**Ароматный дымок над тарелкой:
СУПЫ, БОРЩИ, БУЛЬОНЫ**

Серия «Тысяча и один рецепт»

Художественное оформление *П. Навдаев*

Налоговая льгота – общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,
том 2: 953000 – книги, брошюры

Оригинал-макет подписан в печать 16.03.99 г.

Формат 84×108^{1/32}. Гарнитура «Таймс».

Печ. л. 1,0. Усл. печ. л. 1,68. Тираж 10000 экз.

Заказ № 1949.

Адрес электронной почты: ripol@aha.ru.

Страничка во "всемирной паутине": www.ripol.ru

«РИПОЛ КЛАССИК»

109147, Москва, Б. Андроньевская ул., д. 23

ЛР № 064925 от 16.01.97 г.

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии издательства

«Самарский Дом печати»

443086, г. Самара, пр. К. Маркса, 201.

Качество печати соответствует предоставленным диапозитивам.

ВНИМАНИЕ !

**Новая книга сибирской целительницы
Натали СТЕПАНОВОЙ !**



**ОРАКУЛ
ОТ СИБИРСКОЙ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦЫ**

Уникальная книга для тех, кто хочет узнать
свое будущее с помощью обыкновенной колоды карт.

Предсказания сибирской целительницы
ВСЕГДА сбываются.

Отныне ваша судьба в ваших руках!

Объем 870 стр., 210x270 мм, твердый переплет, золотое тиснение.

**Вы можете получить
«ОРАКУЛ ОТ СИБИРСКОЙ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦЫ»,
отправив заявку по адресу:**

129336, Москва, а/я 5.

Вы также можете заказать бесплатный каталог книг
нашего издательства.

Ориентировочная цена книги, включая стоимость доставки,
169 руб. (без учета авиатарифа).

Книги высылаются наложенным платежом (оплата на почте при получении).

ISBN 5-7905-0630-5



В заявке обязательно укажите
свою фамилию, имя, отчество,
полный почтовый адрес (с индексом)
и количество заказываемых экземпляров.

