

Светлана Лебедева

---

Забытые рецепты русской  
кухни



12+

# Светлана Лебедева Забутые рецепты русской кухни

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=53018451](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=53018451)*

*SelfPub; 2020*

## **Аннотация**

Любите готовить вкусно и разнообразно? Тогда вам придется по вкусу книга Светланы Лебедевой. Здесь раскрываются старые и почти забытые рецепты русской кухни. Супы, горячие блюда, выпечка, напитки – в этой книге все это есть. А главное, рецепты доступные и понятные.

# Содержание

Предисловие	4
Особенности русской кухни	6
Супы	9
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# Предисловие

Как настоящая женщина, я люблю готовить. Еще в детстве меня кулинарным премудростям учила моя бабушка. «Хорошая хозяйка должна уметь готовить», – неустанно повторяла она.

Этот бабушкин тезис глубоко засел в моей голове. Поэтому я всегда нахожу время для кулинарных экспериментов. Мне нравится готовить простые и сытные блюда. Но иногда хочется порадовать родных чем-нибудь необычным.

Благо, сейчас полно рецептов и куча разнообразной кухни. Тут тебе и японская, китайская, армянская, итальянская, французская. Выбирай, что хочешь. Есть неограниченное поле для разгона души и желудка.

Но временами так и хочется отведать бабушкину стряпню. Или хотя бы что-нибудь похожее. Вот тут к нам на помощь приходят рецепты старины.

В этой книге я поделюсь старинными русскими рецептами, которые узнала от своих знакомых и нашла в просторах Интернета. А также теми, что помню по рассказам своей бабушки.

Не волнуйтесь, здесь не буду писать про странные рецепты с древними ритуалами жертвоприношения. Хотя будет парочка необычных блюд, которые можно будет попробовать для интереса. Но за ингредиентами не нужно идти за триде-

вать земель.

Все будет максимально доступно и понятно. Блюда можно смело ставить на современный стол.

# Особенности русской кухни

Я очень люблю традиционные русские блюда. Пирожки и пельмени периодически готовлю на выходных. А мясные супы готовлю практически каждый день на обед.

Когда-то я думала, что борщ – это русское блюдо. Какого же было мое удивление, когда узнала, что легендарный борщ с пампушками относится к украинской. Но от этого он менее вкусным не стал.

Лично я считаю, что в кулинарии, как и в жизни, не важна национальность. Но знать и уважать традиции – тоже хорошо. Поэтому перед тем, как мы перейдем к рецептам, хочу немного остановиться на особенностях традиционной русской кухни.

Из истории можно отметить, что русская кухня долгое время считалась варварской, потому в Европе не пользовалась уважением и доверием. Однако все изменилось в 19 веке. Тогда она довольно быстро обрела популярность. Сейчас русская кухня считается одной из лучших во всем мире.

Стоит заметить, что она довольно сильно изменилась со временем. В старой Руси блюда были однообразными и скудными. Сейчас стол ломится от еды. Это замечательно.

Русская кухня впитала в себя лучшие традиции других стран. Но, все же, смогла сохранить свои особенности. Это:

1. Обилие угощений. Хоть и на Руси блюда были однооб-

разными. Но для гостей сил не жалели и готовили в больших порциях. Это особенность сохранилась. Чем очень радуется русских мужчин.

2. Разнообразие закусок. Русский народ издавна больше любил пить, чем есть. Поэтому к крепким напиткам всегда подавались закуски.

3. Огромный ассортимент мучных блюд. Я не знаю ни одной другой кухни, где было бы столько разновидностей хлеба. Ржаной, овсяной, черный, белый, пшеничный, гречневый, рисовый. Кажется, что русские хозяйки могут сделать хлеб из чего-угодно.

4. Супы. Обожаю супы. Они всегда были основным блюдом в русской кухне. Потому я уделила в этой книге особое внимание к старинным рецептам супов.

5. Рыба и грибы. Многие думают, что в русской кухне главенствующее место занимает мясо. Это так. Но наравне с мясом на кулинарном пьедестале издавна стоят рыба и грибы. Здесь я стала не сильно углубляться. Считаю, что для этих блюд нужен отдельный анализ. Как я уже говорила, русская кухня уже давно многое переняла из других народов. Поэтому понять, где чисто русское рыбное или грибное блюдо сложно. С мясом чуть легче.

6. Соления. Русский народ – запасливый. Основы маринования из поколения в поколение передают внутри семьей. У каждого чуть ли не свои хитрости и секреты.

7. Сладости. Кто любит полакомиться сладким? Я лично

очень люблю. Поэтому поделюсь с парочкой рецептов старинных русских лакомств. Надеюсь, вы их оцените.

Еще одной интересной особенностью русской кухни является приготовления блюд из субпродуктов: язык, печень, почки, студни. Сейчас они не пользуются популярностью. Но в ресторанах их подают как деликатесы. Вкусно. Однако не все хозяйки смогут готовить из субпродуктов. Но кое-какими рецептами я, конечно, поделюсь. Для интереса вы сможете их попробовать.

Большинство старинных блюд готовились в печи. Поэтому в старой Руси у хозяюшек всегда были чугунные горшки и сковородки. Но мы-то с вами современные люди. Поэтому, конечно, искать старинные русские печи не нужно. Но если у вас есть дача с печью, то вы можете смело в них готовить. Особенно выпечки так получаются очень вкусными. И вы обязательно вспомните свою любимую бабушку.

# Супы

## Ботвинья

Ботвинья – старинное русское блюдо с использованием разной ботвы. Ботва – это молодые листья растений или овощей. Чаще всего молодой свеклы. Аналоги ботвиньи есть и в украинской, и белорусской кухне. Поэтому часто называют это блюдо славянским.

### **Ингредиенты по старорусскому рецепту:**

Скумбрия или лосось – 400 грамм филе.

Свекла – 2-3 штуки (предварительно отварите).

Лавровый лист – 2-3 штуки.

Лук репчатый – 1 штука.

Лук зеленый – 1 штука.

Укроп по вкусу.

Перец душистый по вкусу.

Ботва – свекольная, шпинат, щавель – 300 грамм.

Огурец – 2 штуки.

Квас – 600 мл.

Соль, перец молотый по вкусу.

### **Приготовление:**

Скумбрию (лосось) нужно выпотрошить, промыть водой.

Удалить плавники и разрезать на крупные куски.

Залить водой. Добавить лавровый лист, соль, укроп и душистый перец. Подождать пока вскипит. Потом уменьшить огонь, снять пену и продолжать варить в течение 15-20 минут.

Куски рыбы вынуть из бульона. Удалить кости. Бульон можете использовать как уху. Но в данном рецепте он больше не понадобится.

Ботву (листья свеклы, шпинат и щавель) залить водой. Довести до кипения, после варить на слабом огне 10 минут. Отвар слить. А вареную ботву измельчить блендером.

Свеклу натереть на терке. Укроп мелко нарезать. Огурцы и лук также нужно нарезать кубиками.

Нарезанные овощи и измельченную ботву соединить в миске. Залить квасом, добавить соль, перец по вкусу. Перемешайте. Потом добавить куски рыбы.

Блюдо готово.

## **Современная ботвинья**

Ингредиенты:

Говядина – 500 г.

Лук репчатый – 2 штуки.

Морковь – 3 штуки.

Картофель – 300 г.

Масло растительное для жарки.

Свекла молодая с листьями – 700 г.

Сахар – 1 чайная ложка.

Уксус – 1 столовая ложка.

Лавровый лист – 1 штука.

Зелень, соль по вкусу.

По желанию можно добавить чеснок.

Приготовление:

Мясо залить водой. Довести до кипения. Снять пену. После добавить 1 морковь и 1 лук, не нарезав. Посолить по вкусу. Варить на среднем огне примерно полтора часа. Пока не будет готово мясо.

Пока бульон варится подготовить овощи. Очистить лук, морковь и картофель. Затем нарезать кубиками. Нарезанные лук и морковь пожарить до смягчения.

Мясо достать из кастрюли, разделить на небольшие куски, затем отложить. Бульон процедить через сито. После поставить бульон обратно на плиту. Подождать, пока закипит.

Затем добавить туда картофель и жареные овощи. Свеклу нарезать соломкой. Когда картофель сварится, добавить в бульон свеклу.

Добавить сахар, уксус. Подождать пока свариться свекла.

Листья свеклы нарезать, добавить в суп. Варить еще пять минут. Добавить лавровый лист, зелень, при желании чеснок. Дать настояться супу. Блюдо готово.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.