

Домашние
рецепты
просто и вкусно



Советы бабушки Агафьи

Агафья Звонарева

**Домашние рецепты
просто и вкусно**

«Центрполиграф»

2008

Звонарева А. Т.

Домашние рецепты просто и вкусно / А. Т. Звонарева —
«Центрполиграф», 2008 — (Советы бабушки Агафьи)

Эта книга расскажет о том, как вкусно накормить своих домашних. Сотни рецептов наваристых супов, каш, разнообразных салатов, сытных горячих вторых блюд, холодных закусок, сладких десертов и конечно же напитков – бесценный дар для любой хозяйки или даже профессионального повара.

© Звонарева А. Т., 2008

© Центрполиграф, 2008

Содержание

ОВОЩНЫЕ САЛАТЫ	5
Салат из свежей редиски	5
Салат из редьки	6
Салат «Снежок»	7
Ассорти из овощей с редькой	8
Салат из моркови с хреном	9
Салат из моркови с творогом	10
Квашеная капуста с яблоками и клюквой	11
Салат из моркови и редьки	12
Салат из картофеля, свеклы и капусты	13
Салат «Витаминный»	14
Салат пестрый	15
Провансаль	16
Салат из овощей с рисом	17
Салат с сыром	18
Салат из картофеля	19
Салат «Сказка леса»	20
Салат «Королевский»	21
Салат «Николай»	22
Салат «Ассорти»	23
Салат помидорный	24
Салат русский	25
Салат баклажанно-помидорный	26
Салат из белокочанной капусты	27
Салат из свежей капусты и чернослива	28
Икра из свеклы	29
Салат деревенский	30
Салат-винегрет по-болгарски	31
Салат из моркови и петрушки	32
Салат из лука-порей	33
Салат из моркови и свеклы	34
Салат с заправкой	35
Салат из яблок, моркови и сельдерея	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Агафья Звонарева

Домашние рецепты просто и вкусно

ОВОЩНЫЕ САЛАТЫ

Салат из свежей редиски

Редис, помидоры, лук, яйца, зелень мяты, салатная заправка.

Обрезать листья и корешки, замочить редиску на 20 – 30 минут в холодной воде, меняя воду 2 – 3 раза. Нарезать тонкими кружочками. Вымыть и нарезать ломтиками помидоры. Репчатый лук и свежую зелень мяты измельчить. Все соединить и полить салатной заправкой из растительного масла, лимонной кислоты или уксуса, соли, сахара и перца.

Так же подготовленный редис нарезать тонкими ломтиками, соединить с мелко нарезанным белком отварного яйца, заправить желтком, растертым со сметаной и солью. Вкусный салат получится, если измельчить редис, листья молодой капусты, кочанный салат, укроп и зеленый лук. Все перемешать, посолить, заправить майонезом или сметаной.

Салат из редьки

Редька, зеленый лук, квас, салатная заправка.

Редьку натереть на крупной терке, посолить, заправить растительным маслом, залить квасом, посыпать зеленым луком. На стол подавать с ломтиками черного хлеба, обжаренными на сковороде в масле.

Или натертую редьку залить на 15 – 20 минут холодной водой, затем откинуть на дуршлаг, переложить в эмалированную кастрюлю, добавить 3 – 4 ст. л. горячей воды, сварить до мягкости, охладить и заправить медом.

Редька с медом – «классическое» блюдо старинной боярской кухни!

Салат «Снежок»

Редька, масло, зелень.

Редьку и холодное масло натереть на крупной терке, добавить мелко нарезанную зелень.

Ассорти из овощей с редькой

Редька, лук, морковь, картофель, свекла, помидоры, кабачковая икра, творог, сыр, чеснок.

Натереть редьку на крупной терке, заправить майонезом, сметаной уксусом, растительным маслом или другими острыми приправами. Добавить нарезанный репчатый или зеленый лук, тертую морковь, вареный картофель и свеклу, помидоры, кабачковую или баклажанную икру, творог, тертый с сыром или брынзу и чеснок.

Салат из моркови с хреном

Морковь, яблоко, лук, хрен, майонез, сметана.

Морковь очистить и натереть на крупной терке. Яблоко нарезать мелкими кубиками. Лук и хрен натереть на мелкой терке. Все смешать, заправить майонезом или сметанным соусом.

Салат из моркови с творогом

Морковь, брюква, творог, молоко, сахар, соль.

Творог растереть, развести молоком, добавить соль, сахар. Морковь или брюкву натереть на крупной терке, перемешать с творожной массой.

Квашеная капуста с яблоками и клюквой

Квашеная капуста, яблоки, клюква, сахар, подсолнечное масло.



Квашеную капусту слегка отжать, если встретятся грубые волокна и куски кочерыжки, их удалить, слишком большие куски разрезать. Яблоки очистить, порезать тонкой соломкой, соединить с капустой и перебранной, промытой клюквой. Заправить подсолнечным маслом, сахарным песком, перемешать, уложить в салатник и украсить клюквой. Клюкву можно заменить нарезанными мандаринами или апельсинами.

Салат из моркови и редьки

Морковь, редька, майонез, соль.

Натереть морковь и редьку в равных пропорциях на крупной терке, посолить, смешать с майонезом.

Салат из картофеля, свеклы и капусты

Картофель, свекла, свежая капуста, уксус, горчица, соль, перец.

Сварить, очистить и нарезать кубиками полкилограмма картофеля. В стакане размешать 2 ст. л. воды, 2 ст. л. уксуса, 3 ст. л. растительного масла, пол чайной ложки горчицы и соль по вкусу. Этой смесью залить картофель. Сварить 600 г свеклы, очистить и нарезать ее ломтиками толщиной 1 см. Залить таким же маринадом, только вместо горчицы положить на кончике ножа черный перец.

Нарезать полосками немного свежей капусты, залить 2 ст. л. растительного масла и 2 ст. л. уксуса, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, посолить и размешать. Приготовленные таким образом овощи оставить на 1 – 2 часа.

Затем картофель положить горкой на середину тарелки, вокруг уложить кружочки свеклы и сделать венок из капусты, посыпать его двумя мелко нарезанными сваренными вкрутую яйцами.

Салат «Витаминный»

Капуста, перец, огурец, морковь, помидоры, салат, лук, сахар, сметана, зелень.

Очищенные капусту, перец, огурец, морковь и листья салата нарезать соломкой, лук – кусочками 1 – 1,5 см, помидор – дольками.

Продукты соединить, заправить сахаром, сметаной, соком лимона и перемешать. Уложить горкой в салатник, оформить продуктами, входящими в состав салата, и зеленью.

Салат пестрый

Фасоль консервированная, кукуруза консервированная, яблоко зеленое 1 шт., перец чили, макаронные изделия фигурные, майонез или йогурт, сок лимонный 1 ст. л., чеснок 1 зубчик, лук зеленый 4 пера, перец черный молотый, соль, зелень петрушки и укропа.

Макароны сварить в большом количестве подсоленной воды так, чтобы внутри они оставались твердыми. Слить воду. Макароны охладить.



Яблоко нарезать ломтиками, чили и сладкий перец нарубить соломкой, лук – тонкими колечками. Соединить подготовленные ингредиенты, добавить кукурузу, фасоль, макароны и перемешать.

Майонез соединить с рубленным чесноком, молотым перцем, солью, рубленой зеленью, хорошо перемешать и заправить салат смесью.

Охладить в течение 10 минут, при подаче оформить зеленью.

Провансаль

Капуста, морковь, чеснок, сахар, подсолнечное масло, лавровый лист, мята, корица, перец-горошек, уксус.

Нашинковать капусту и морковь, растереть чеснок в произвольных пропорциях. Плотнo уложить в трехлитровую банку, залить прокипяченным раствором: на 1 л воды 2 – 3 ст. сахара, полстакана подсолнечного масла, 1 ст. 6%-ного уксуса. Выдержать сутки при комнатной температуре, потом поставить на холод. Еще через сутки этот салат можно подавать к столу.

Салат из овощей с рисом

Морковь, фасоль, зеленый лук, яйца, майонез, рис.

Отварить рис, выложить на середину большой мелкой тарелки и залить майонезом. Вокруг риса горками уложить сваренную в подсоленной воде морковь, зеленый горошек, зеленую фасоль, мелко нарезанный зеленый лук, а между ними положить кружочки сваренных вкрутую яиц.

Салат с сыром

Смесь салатных листьев 200 г, грецкие орехи.

Для приправы: сыр (брынза, адыгейский, сулугуни) 50 г, йогурт без наполнителя 200 г, чеснок 1 зубчик, смесь сушеных пряных трав 1 щепотка, лук-резанец или зелень петрушки рубленые 2 ст. л., перец черный молотый, соль.

Для приправы размять сыр вилкой и смешать с йогуртом. Добавить толченый чеснок и травы по вкусу. Посолить, поперчить, добавить лук-резанец или петрушку, хорошо перемешать.

Разложить листья салата на 4 сервировочные тарелки. Полить каждую порцию приправой. Оформить орехами.

Салат из картофеля

Картофель вареный 7 шт., сыр 300 г, майонез полстакана, горошек зеленый 100 г, горчица готовая 1 – 2 ст. л., масло растительное 2 ст. л., лук зеленый 1 пучок, перец сладкий красный 1 шт., сахар, уксус 3%-ный, перец черный молотый, сливки густые или сметана полстакана, соль.

Очищенный картофель нарезать ломтиками и выложить в салатник.

Зеленый горошек прогреть, затем охладить.

Перец разрезать на 4 части и, удалив плодоножку и сердцевину с семенами, промыть. Сыр и перец нарезать кубиками и выложить вместе с горошком на картофель.

Взбить венчиком густые сливки с растительным маслом, майонезом, уксусом, 2 ст. л. воды, горчицей, солью, молотым перцем и сахаром. Приготовленным соусом заправить салат. Выдержать 1 час.

Перед подачей посыпать салат рубленым зеленым луком.

Салат «Сказка леса»

Чернослив (без косточек), куриное мясо, яйца, майонез, грецкие орехи, свежий огурец.

Выложить 2 слоя: мелко нарезанное отварное куриное мясо, чернослив (предварительно пропаренный), мелко нарезанные яйца вкрутую, майонез и опять куриное мясо и т. д. Сверху обильно посыпать грецкими орехами (предварительно измельчить в кофемолке). Подавать в виде торта.

Салат «Королевский»

6 яиц, крупная луковица, 2 – 3 яблока, 150 г твердого сыра (можно сухого), полстакана орехов и 200 г майонеза.

Яйца отварить, лук нарезать кольцами и залить на 5 – 10 минут слабым раствором уксуса, затем слить и отжать. Яблоки очистить, натереть на крупной терке, сыр – на мелкой. Орехи измельчить.

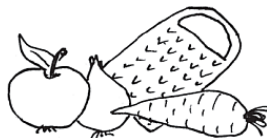
Салат готовится сразу в той же посуде, в которой потом подается на стол, лучше всего в большой тарелке или на небольшом блюде. Вниз положить слой яиц, нарезанных кружочками, затем аккуратно разложить кольца лука, насыпать тертый сыр, на него – яблоки и сверху – орехи.

Залить майонезом, не перемешивая. Дать постоять 2 – 3 часа, чтобы стал сочным. На тарелки раскладывать слоями, как торт.

Салат «Николай»

Стручковая фасоль, молодой картофель, листья салата, молодые помидоры, черные оливки, лосось, оливковое масло, винный уксус, горчица, сахар, зелень петрушки, соль.

Стручковую фасоль разрезать пополам и опустить в кипящую воду на 3 минуты (до размягчения). Затем окунуть фасоль в холодную воду и откинуть в дуршлаг. В кипящую подсоленную воду опустить мелкий молодой картофель целиком, варить 15 минут (до готовности). Слить воду, разрезать картофелины пополам и дать остыть.



В большой салатнице смешать нарезанные листья салата, целые половинки мелких помидоров, черные оливки, консервированный лосось, приготовленные картофель и фасоль.

Заправить салат, смешав оливковое масло с винным уксусом (соответственно 2 ст. л. и 1 ст. л.), горчицей (1ч. л.), щепоткой сахара или любым готовым соусом. Перемешать все ингредиенты, украсить салат листиками петрушки.

Салат «Ассорти»

Морковь, свекла, яйца, зеленый лук, петрушка, рыбные консервы в масле, майонез, хрен.

Сырые морковь и свеклу очистить и натереть на мелкой терке. Разделить белки и желтки вареных яиц и порубить ножом. Порезать зеленый лук и зелень петрушки. Понадобятся любые рыбные консервы в масле. Теперь осталось все уложить на тарелку: в середину – измельченную рыбу а по краям небольшими горками – морковь, свеклу, желтки, белки, лук, петрушку. Сверху полить каждую горку майонезом, в который можно добавить хрен. К столу он подается на большой тарелке, но каждый продукт лежит на ней отдельно. Смешивается салат перед употреблением.

Салат помидорный

Помидоры, грибы, лук, салатная заправка, сметана, зелень.

Помидоры средней величины промыть, срезать верхнюю часть, слегка отжать, сделать в помидорах углубление и посыпать солью и перцем. Помидоры наполнить фаршем из грибов, украсить зеленью.

Приготовление фарша: грибы соленые, маринованные или отварные шампиньоны мелко нашинковать, соединить с мелко нарезанным луком и заправить салатной заправкой или сметаной.

Салат русский

250 – 300 г рыбы, 3 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 2 соленых огурца, 100 г растительного масла, соль, перец черный молотый по вкусу, 3 – 5 горошин черного перца, 2 лавровых листа.

Рыбу отварить с пряностями, охладить, нарезать кусочками. Картофель, свеклу, морковь отварить, охладить, нарезать мелкими кубиками, так же нарезать соленые огурцы. Все соединить, приправить солью, черным молотым перцем, растительным маслом.

Салат баклажанно-помидорный

Баклажаны, помидоры, перец, чеснок, растительное масло, панировочные сухари.

Снять кожицу с баклажанов и нарезать их кружками толщиной в 1 см, посолить, дать полежать 30 минут, чтобы извлечь из них жидкость, осушить баклажаны, запанировать в муке, поджарить на растительном масле.

На другую сковородку положить разрезанные пополам помидоры, посолить, добавить перец и растертый чеснок, обжарить.

При подаче на баклажаны положить обжаренные помидоры и посыпать зеленью петрушки.

Салат из белокочанной капусты

Вариантов тут – не перечить. Можно нашинковать и перетереть с солью. Можно добавить тертую морковь и яблоко (лучше кисло-сладкое). Можно также из одной только шинкованной капусты приготовить отличный салат, тут весь секрет будет в заправке.

Для заправки: в тонкий стакан положить 3 – 4 полных ст. л. майонеза, налить 2 – 3 таких же ложки растительного масла, добавить чайную ложечку горчицы, 2 – 3 чайных ложки (без верха) сахарного песка и долить стакан доверху холодной кипяченой водой. Хорошо размешав, залить салат минут за 10 – 15 до подачи на стол.

Салат из свежей капусты и чернослива

400 г капусты, 100 г чернослива, 50 г моркови, лимонная кислота, петрушка, сахар и тмин по вкусу.

Свежую капусту нарезать соломкой, посыпать сахаром, потереть руками до появления сока, который нужно отжать. Положить в воду чернослив, чтобы он набух, затем вынуть косточки и нарезать его брусочками. Очищенную и вымытую морковь натереть на крупной терке. Все перемешать, добавить специи и в небольшом количестве воды лимонную кислоту. Украсить салат целым черносливом и зеленью петрушки.

Икра из свеклы

Свекла, морковь, лук, чеснок, специи, растительное масло.

Готовить эту икру лучше всего в посудине для плова или глубоком котелке с толстыми стенками. Отварить свеклу до полуготовности, очистить ее и натереть на крупной терке. Налить в котелок подсолнечное масло и в кипящее опустить натертую на крупной терке сырую морковь (3 – 4 штуки). Обжарить и добавить подготовленную свеклу. Тушить, помешивая, минут 40. Посолить и поперчить по вкусу, добавить мелко нарезанный и поджаренный лук (2 – 3 штуки), мелко нарезанную головку чеснока. Подать как холодную закуску.

Со свекольной икрой можно сделать очень вкусные бутерброды: белый хлеб, сливочное масло, икра. Но чтобы не поправиться, нужно есть эту икру без хлеба и масла.

Салат деревенский

Салат, укроп, лук-порей, сметана, уксус.



Взять на тарелку сколько нужно сметаны (то есть одну треть от объема салата), нарезать мелко укропа и лука-порей, влить хорошего уксуса (лучше 6%-ного) столько, чтобы кислота была ощутима, облить этим салат и перемешать хорошенько. Салат должен быть уже спелый.

Салат-винегрет по-болгарски

Отваренные свеклу, морковь, картофель режут кубиками, добавляют соленые или малосольные огурцы, мелко порезанную головку репчатого лука, зеленый горошек, квашеную капусту.

Солят готовое блюдо по вкусу, заправляют маслом и уксусом.

Салат из моркови и петрушки

200 г моркови, 50 г корней петрушки, 3 ст. л. сметанного соуса, 1 ст. л. соуса из растительного масла, зелень.

Очищенные и вымытые морковь и петрушку натереть на средней овощной терке, перемешать и заправить смесью соусов. Выложить в салатницу и посыпать мелко нарубленной зеленью.

Салат из лука-порей

200 г лука-порей, яблоко, крутое яйцо, 4 ст. л. соуса из растительного масла, зелень.

Лук-порей нарезать кружочками, яблоко натереть на крупной овощной терке, яйцо нарезать ломтиками. Выложить в салатницу, залить соусом, украсить зеленью.

Соус: 0,5 ст. растительного масла, 2 ст. л. 6%-ного уксуса, пол чайной ложки сахара, измельченную зелень и щепотку перца тщательно взбить. Чтоб соус стал прозрачнее, добавить в растительное масло немного грубой соли. Солить салат следует в последнюю очередь.

Салат из моркови и свеклы

Натереть на крупной терке морковь и свеклу. Особенно он вкусен, когда в сырых овощах много сока. Если готов отварной картофель, можно добавить 2 – 3 штуки и обязательно – мелко порезанный лук. Заправить такой салат майонезом.

Салат с заправкой

2 помидора, половина луковицы, сладкий перец, 1 ст. л. маслин.

Для заправки: 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. 6%-ного уксуса, 0,5 ч. л. сахара, соль, молотый перец на кончике ножа.

Помидоры нарезать кружочками, лук – кольцами, сладкий перец – очень тонкой соломкой. Овощи перемешать или уложить в салатник рядами, полить салатной заправкой, добавить маслины и посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Для салатной заправки тщательно смешать растительное масло, уксус, сахар, молотый перец и соль.

Салат из яблок, моркови и сельдерея

Яблоки, морковь и корни сельдерея очистить, натереть на крупной терке, перемешать. Добавить по вкусу хрен, размешать. Чтобы сельдерей и яблоки не потемнели, надо их сбрызнуть лимонным соком или уксусом. Этот салат можно заправить майонезом, приготовленным из желтка, растительного масла и лимонного сока, или лимонным соком и растительным маслом (в одинаковом количестве) и полить сверху сметаной.

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.