

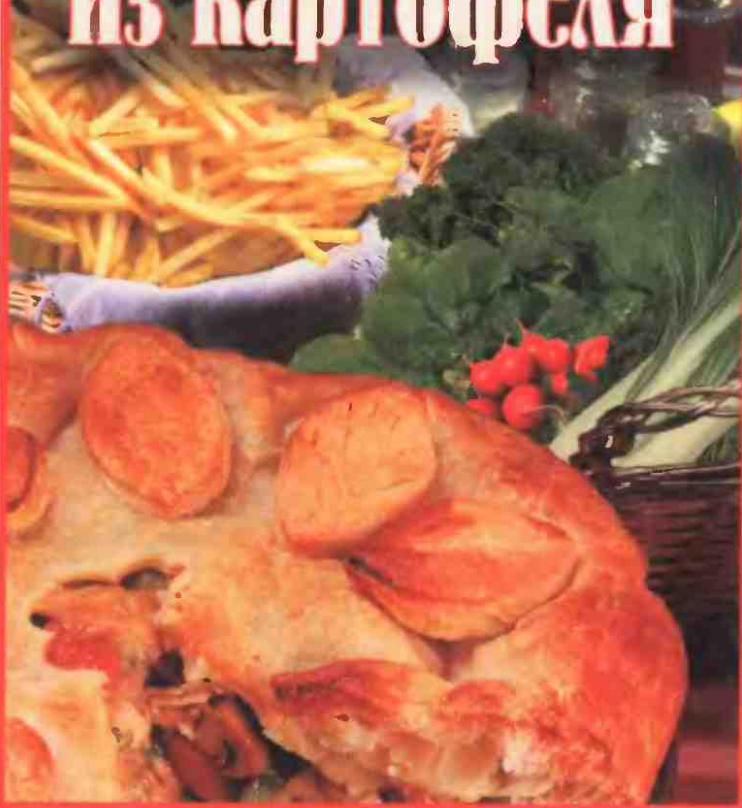


ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ



на каждый день

Блюда из картофеля



• РОСМЭН •



ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ



Москва
«РОСМЭН»
2001

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	10
-------------------------	-----------

ЧАСТЬ 1. САЛАТЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Салат из картофеля, огурцов и моркови	13
Овощной винегрет	—
Винегрет с солеными грибами	14
Салат «Летний»	—
Салат с вареными овощами	15
Салат «Прекрасное лето»	—
Салат картофельный с яблоками	16
Салат картофельный	17
Другие варианты картофельного салата:	18
Салат с картофелем и зеленым салатом	—
Русский салат	19
Салат из отварного мяса	—
Салат из утки	20
Сельдь под шубой	21
Салат картофельный с редькой	—
Салат по-русски	22
Салат зимний	—
Салат картофельный с майонезом и яблоками	23
Салат «Фантазия»	24
Салат картофельный со свеклой	—
Салат картофельный с фасолью	25
Салат картофельный с маринованными грибами	—
Салат французский	26
Салат из молодого картофеля с овощами	—
Салат картофельный по-немецки	27

ЧАСТЬ 2. СОУСЫ ДЛЯ ЗАПРАВКИ САЛАТОВ

Соус зеленый	28
Сметанный соус для овощных салатов	29
Соус хрен со свеклой	—
Томатный соус	30
Соус с красным вином	—
Заправка для салатов и винегретов	—
Острая приправа	31
Белый соус	—
Соус молочный	—

СОДЕРЖАНИЕ

Голландский соус	32
Соус с яйцом	—
Соус «Бешамель»	33
Салатная заправка	—

ЧАСТЬ 3. ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Суп с квашеной капустой и яблоками	34
Картофельный суп с редисом	35
Густой картофельный суп	36
Картофельный суп с мускатным орехом	37
Суп-пюре из картофеля и манной крупы	38
Уха с картофелем и помидорами	39
Суп картофельный мясной	40
Суп картофельный со свежими грибами	—
Суп картофельный с макаронами	41
Молочный суп с картофельными фрикадельками	42
(по-литовски)	—
Суп-пюре из картофеля	—
Похлебка с картофелем	43
Суп картофельный с цветной капустой	44
Суп картофельный	—
Суп грибной с картофельными клецками	45
Похлебка из картошки «Крестьянская»	—
Суп из лука-порея с морковью и картофелем	46
Суп-пюре из картофеля «Кубанский»	47
Суп из сушеных грибов с картофелем	—
Суп молочный с картофелем и брынзой	48
Зеленый суп с картофелем	49
Картофельный суп обыкновенный	—
Щи из кислой капусты с картофелем	50
Суп вегетарианский, зимний	—
Овощной суп	51
Суп из отварного картофеля	52
с простоквашей и свежими огурцами	—
Суп картофельный с соленой сельдью	—
Суп-пюре с пирожками	53
Суп-пюре из картофеля, помидоров и шпината	55
Суп молочный из картофеля с тыквой	—

ЧАСТЬ 4. ВТОРЫЕ БЛЮДА

Картофельное пюре с орехами	56
Картофельное пюре с горчицей и укропом	57
Картофельное пюре с базиликом	58

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Картофельное пюре с кокосом	59
Картофель молодой в сметане	60
Картофель отварной в молоке	61
Яичница деревенская с картофелем	—
Каша ячневая с картофелем	62
Картофельное пюре	—
Картофель фаршированный	—
Картофель «Анна»	63
Картофель в сливках	64
Картофель отварной	—
Картофель в кляре	65
Картофель в молоке с яйцом	—
Картофель жареный	66
Картофель по-французски	—
Картофельное пюре по-монастырски	67
Картошка под парусом	—
Шашлык из картофеля	68
Суфле из картофеля	69
Картофель, запеченный с брынзой	—
Картофельные лепешки — тиганицы	70
Жареные картофельные тефтели	—
Картофель, жаренный с яйцом и молоком	71
Картофельное пюре по-деревенски	72
Котлеты из картофеля и творога	—
Картофельные пампушки	—
Картофельные котлеты	73
Картофель, запеченный в омлетной массе	74
Картофель, запеченный с яйцом и помидорами	—
Картофельные биточки	75
Картофельные кныши	—
Картофельные кораблики	76
Картофельные котлеты с брынзой	—
Картофельные котлеты с рисом и брынзой	77
Печеный картофель с творогом	78
Печеный картофель, фаршированный сыром	—
Картофельные крестики	79
Картофельные крокеты	80
Картофельный галетон	—
Картошка в молоке	81
Картофель, жаренный во фритюре	—
Котлеты картофельные с творогом	82
Зразы картофельные с яйцами	—

СОДЕРЖАНИЕ

Котлеты картофельные по-киевски	
Картофель отварной в соусе из сметаны с горчицей ..	
Вареники с картофелем	

ЧАСТЬ 5. БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И КАРТОФЕЛЯ

Филе окуня с картофельным салатом	
Жареная рыба с картофелем и шпинатом	
Картофель, фаршированный сельдью	
Рыба по-монастырски	
Рыба по-казачьи	
Рыба по-старорусски в горшочке	
Угорь, запеченный с картофелем	
Рыбная «мелочь», тушенная	
с копченым шпиком и картофелем	
Окунь тушенный с салом и картофелем	
Рыба, запеченная с картофельным пюре	

ЧАСТЬ 6. БЛЮДА ИЗ МЯСА И КАРТОФЕЛЯ

Праздничный шашлык из картофеля	
Цеппелины по-деревенски.	
Картофель, тушенный с курицей в молоке	
Картофель, фаршированный креветками	
Бефстроганов с картофелем «пайль»	
Баранина, тушенная с картофелем и луком	
Жаркое в горшочке	
Кролик жареный с картофелем	
Картофель, шпигованный салом	
Калдуны	
Праздничная фаршированная картошка	
Русское жаркое	
Картошка по-студенчески	
Свининка от Маринки	
Паштет столичный	
Окорочка с картофелем в «чудо-печке»	
Быстрое горячее	
«Вулкан»	
Котлеты картофельные с мясом	
Картофельные фрикадельки с мясом	
Жаркое домашнее	
Картофель, тушенный с копченой грудинкой и черносливом	
Гуляш с картофелем и сладким перцем	

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

ЧАСТЬ 7. БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ДРУГИХ ОВОЩЕЙ

Рагу из овощей	116
Овощное рагу с кервелем	117
Соте из баклажан	119
Форшмак с картофелем	—
Паштет картофельный с шампиньонами	120
Картофель, фаршированный грибами	121
Картофельно-грибные котлеты	122
Овощное рагу под майонезом	—
Пюре из гороха и картофеля	123
Рагу из креветок и цуккини с картофелем	124
Картофельное пюре со шпинатом	—
Картофельный гуляш	125
Картофель в горшочке	126
Тыква, жаренная с картофелем	—
Картофель с луком	127
Тушеный картофель	—
Картофель с чесноком	128
Картофель «Дипломат»	129
Картофель, жареный с грибами	—
Горячий винегрет	130
Грибы, тушеные с картофелем	131
Голубцы с картофелем	—
Картошка с заправкой	132
Картофель, жаренный с луком и грибами	133
Котлеты капустно-картофельные	—
Картофель жареный с тыквой	134
Картофель, фаршированный яйцами и грибами	135

ЧАСТЬ 8. БЛИНЫ И ОЛАДЬИ

Блины картофельные	136
Оладьи из картофеля	137
Картофельное печенье	—
Картофельные блинчики с фаршем	138
Оладьи картофельные по-мински	139

ЧАСТЬ 9. ПИРОГИ И РУЛЕТЫ

Рулет картофельный со шавелем	140
и яйцами по-чувашски	—
Рулет картофельный с овощами	141
Пирог картофельный с грибами	143
Пирожки картофельные	144
Сладкие пончики из картофеля	—

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ 10. ЗАПЕКАНКИ

Картофельная запеканка	146
Картофельная запеканка с мясом	147
Картофельная запеканка с помидорами	148
Картофельная запеканка с сыром	149
Картофельная запеканка со специями	150
Запеканка из сыра и картофеля	151
Картофельная запеканка с чесноком	152
Запеченный картофель	153
Картофелины, запеченные с сыром	—
Вкусная и простая запеканка	154
Голландский омлет	155

ЧАСТЬ 11. РЕЦЕПТЫ СО ВСЕГО СВЕТА

Баранина по-английски	156
Картофель по-швейцарски	157
Решти	158
Деруны по-украински	—
Жаркое для гурманов (по-испански)	159
«Кер у сус!» (армянская кухня)	—
Мариленкнедель — абрикосовые клецки	160
Мясо по-островитянки	161
со сладким соусом «Джек Дениэлс»	—
Молодая картошка в сметане (по-украински)	162
Домляма	163
Картофель со шпинатом	164
«Птичьи гнезда» (немецкий рецепт)	—
Картофель по-савойски	165
Картофель с мясом по-грузински	—
Картофель под белым соусом (немецкое блюдо)	166
Тушеные овощи по-бенгальски(бенгали таркари)	167
Картофель по-венгерски	168
Картофельная фриттата	169
Картофель со сливками(экадаши роган алу)	—
Драники с мясом	170
Жареная капуста с картофелем (бандгобхи алу сабджи)	171
Цимес из картофеля, изюма и чернослива	173
Картошка по-полтавски	—
Картошка по-французски	174
«Немцы в городе»	—

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Блюдо из армянской кухни	175
Бонч	176
Цепелинай с мясом (литовская кухня)	177

ЧАСТЬ 12. СТАРИННЫЕ РУССКИЕ БЛЮДА

Пельмени по-старорусски	178
Картофельные блины со свиным салом	179
Печенье картофельное соленое	180
Хлебцы из картофеля	—
Картофель, запеченный с кашей	181
Картофельный пирог	—
Картофельный сыр	182
Крахмал	183

ЧАСТЬ 13. МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ 184

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА ВЕСА ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ ... 190

ВСТУПЛЕНИЕ

Нет, все же не случайно картофель называют в народе вторым хлебом! Блюда из него и вкусны, и питательны, и доступны, и к тому же полезны для здоровья.

Всем известно, что в картофеле содержится много крахмала, но не все знают, что в его клубнях также имеются незаменимые аминокислоты, минеральные соли, витамин С и многие другие жизненно необходимые человеку вещества. Особенно богат картофель солями калия, которые способствуют выделению из организма лишней жидкости. Поэтому картофельные блюда незаменимы для людей с сердечно-сосудистыми заболеваниями, болезнями почек, желудка. А вспомните, с каким удовольствием едят картофельное пюре совсем маленькие дети! Они-то руководствуются вовсе не врачебными рекомендациями...

Время от времени картофель подвергается гонениям, становясь жертвой борьбы с лишними калориями. Но, несмотря на веяния капризной моды, этот скромный корнеплод многие годы удерживает на нашем столе почетное место «овоща номер один».

Диетологи считают, что «вредным» картофель может стать только при неправильной кулинарной обработке. Многие из нас не представляют себе ни праздничного, ни повседневного обеда без традиционной жареной картошки, щедро сдобренной

топленным сливочным маслом или салом. И немногие знают, что картофелины, запеченные в кожуре, гораздо легче усваиваются и, кроме того, содержат на три четверти калорий меньше по сравнению с жареным картофелем и на семь восьмых — по сравнению с всенародно любимыми чипсами.

В этой книге читатель найдет множество разнообразных рецептов салатов, запеканок, первых и вторых блюд из картофеля. Даже удивительно, каким изысканным может стать наше меню благодаря одному простому овощу! Вы сможете по достоинству оценить и причудливые национальные фантазии на тему родной «картошечки», и совсем простые блюда из картофеля для начинающих кулинаров, а также узнать те секреты, которые помогут сделать эти блюда вкуснее и полезнее.

Современные диетологи и психологи отмечают еще одно достоинство блюд из картофеля. Это — «комфортная» пища. Она не просто дает ощущение сытости, но вызывает у людей чувство внутреннего комфорта, довольства жизнью.

Попробуйте сами такое лекарство против хандры и депрессии — пальчики оближете!





ЧАСТЬ I

САЛАТЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Салаты и винегреты — наверное, самые популярные закусочные блюда. Для их приготовления используют сырые, вареные, консервированные, квашенные и маринованные овощи, а также фрукты и фруктовые маринады, отварные и консервированные мясные и рыбные продукты, отварную или жареную домашнюю птицу и дичь.

В состав салатов из сырых овощей и фруктов обычно входят: зеленый салат, свежие огурцы, помидоры, зеленый лук, редис, все виды капусты, морковь, редька, перец и яблоки.

Винегреты готовят из вареных овощей (картофеля, свеклы, моркови), соленых огурцов, репчатого или зеленого лука, квашеной капусты, консервированных овощей и фруктов.

Рецепты, предлагаемых в этой главе блюд рассчитаны на 5—6 порций.

Салат из картофеля, огурцов и моркови

100 г яблок
150 г майонеза
100 г свежих огурцов
100 г вареной моркови
100 г зеленого горошка
100 г соленых огурцов
200 г отварного картофеля

Картофель, огурцы, морковь нарезать кубиками, яблоки — тоненькими дольками. Все перемешать, заправить майонезом, украсить цветком из моркови.

Овощной винегрет

2 моркови
1 свекла
1 соленый огурец
5 клубней картофеля
1 небольшой кочан квашеной капусты
1/2 стакана зеленого горошка
Зеленый или репчатый лук

Для соуса:

1 ч. ложка горчицы
3 ст. ложки растительного масла
2 ст. ложки лимонного сока или уксуса

Отварить очищенные картофель, свеклу, морковь. Нарезать кубиками, добавить мелко нарезан-

ный соленый огурец, нашинкованную квашеную капусту, лук и зеленый горошек. Заправить соусом.

Приготовление соуса: растительное масло, горчицу, лимонный сок или уксус смешать и растереть.

Винегрет с солеными грибами

1 свекла

2 моркови

1 соленый огурец

1 свежее яблоко

5 клубней картофеля

50–100 г соленых грибов

Зеленый или репчатый лук

Отваренные картофель, свеклу, морковь, соленый огурец, свежее яблоко и лук — нарезать кубиками, добавить мелко нарезанные соленые грибы. Заправить винегрет 3 столовыми ложками растительного масла.

Салат «Летний»

2 огурца

2 помидора

1/2 стакана сметаны

200–300 г молодого картофеля

Зелень по вкусу

Соль по вкусу

Молодой картофель очистить, отварить и нарезать мелкими ломтиками. Добавить нарезанные огурцы и помидоры. Заправить сметаной. Посы-

пать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа и кинзы.

Салат с вареными овощами

- 2 моркови
- 1 луковица
- 1 крупная свекла
- 4 клубня картофеля
- 1 свежий или соленый огурец
- 1 ч. ложка горчицы
- 1/2 ч. ложки сахара
- 1/2 стакана зеленого горошка
- 3 ст. ложки растительного масла
- Соль по вкусу
- Зелень по вкусу

Отварить неочищенными картофель, свеклу и морковь. Затем овощи очистить и нарезать кубиками, добавить свежий или соленый огурец, нарезанную мелко луковицу, зеленый горошек. Смешать, заправить растительным маслом, добавить горчицу, соль и сахар. Салат посыпать сверху нарезанным зеленым луком и зеленью укропа и петрушки.

Салат «Прекрасное лето»

- 1 свежий огурец
- Укроп
- 2 сладких перца
- Сок 1/2 лимона
- 2 ст. ложки растительного масла

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

500 г молодого картофеля
2–3 редиски
5–6 листьев зеленого салата

Молодой картофель очистить от кожуры, отварить и нарезать вместе с огурцом ломтиками. Сладкий перец нарезать длинными полосками, как лапшу, укроп мелко порубить. Все это выложить в салатник, перемешать, залить лимонным соком, а потом растительным маслом. Украсить листьями зеленого салата и редисом.

Салат картофельный с яблоками

500 г картофеля
500 г яблок
Сельдерей
Петрушка

Для соуса:

1 яичный желток
Сок $1/2$ лимона
120 мл растительного масла

Чистый картофель в кожуре испечь в духовке. Очистить в горячем виде, затем остудить и нарезать. Очищенный сельдерей или петрушку тоже мелко нарезать. Яблоки очистить и нарезать ломтиками. Все это смешать в салатнике.

Приготовить соус, тщательно перемешав желток, масло и лимонный сок, заправить салат.

Салат картофельный

- 1 ч. ложка вина
- 1 ч. ложка горчицы
- 1 ч. ложка петрушки
- 1 ч. ложка тмина
- 1 ч. ложка уксуса
- 10 клубней картофеля
- 1 яйцо
- 1/2 ч. ложки черного перца
- 100 мл растительного масла
- Соль по вкусу
- 6–7 маслины

Картофель очистить, нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде (вода должна только покрывать картофель). Затем картофельный отвар слить и сохранить, а картофель охладить, выложить в салатник и заправить 50 мл предварительно подогретого растительного масла.

Из оставшихся 50 мл растительного масла, уксуса, вина, и горчицы приготовить заправку и смешать с картофелем. Посыпать картофель тмином, черным перцем и солью, размешать и выдержать в холодном месте около 30 минут. Разделить на порции, посыпать каждую порцию мелко нарезанной петрушкой.

Украсить маслинами и дольками яиц, сваренными вкрутую.

Другие варианты картофельного салата:

Первый вариант:

Салат приготовить без уксуса, но к охлажденному картофелю добавить лимон, нарезанный кружочками (без корки и семян), предварительно залив картофель горячим растительным маслом.

Второй вариант:

Очищенный сваренный картофель нарезать горячим и залить предварительно приготовленной заправкой. Смешать с луком и посыпать петрушкой и укропом.

Третий вариант:

Подготовленный, как описано выше, картофель смешать со свежими кислыми яблоками, нарезанными кубиками. Каждую порцию перед подачей посыпать измельченным сыром, тмином и мелко нарезанным укропом.

Салат с картофелем и зеленым салатом

3—4 клубня вареного картофеля

1 огурец (соленый или свежий)

50 г сливочного масла

20—30 г листового салата

Зеленый лук

Укроп

Листовой салат уложить на дно салатницы, сверху положить нарезанный вареный картофель.

Залить подогретым сливочным маслом, сверху украсить нарезанным кружочками огурцом, зеленым луком и укропом.

Русский салат

- 1 яблоко
- 2 яйца
- 5 клубней картофеля
- 2 помидора
- 2 соленых огурца
- 100 г вареного мяса
- Зелень петрушки или укропа
- Соль по вкусу

Для соуса:

- 100 г сметаны
- 2 ст. ложки 3%-ного уксуса
- 1 ст. ложка тертого хрена
- 1 ч. ложка горчицы

Вареный картофель, очищенное яблоко, огурец, и мясо нарезать мелкими кубиками, посолить и перемешать. Залить соусом.

Готовый салат уложить в салатник, украсить дольками помидоров, нарезанными кружочками яйцами и огурцом, посыпать зеленью.

Салат из отварного мяса

- 200 г мяса
- 2 яйца

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

100 г яблок
1 луковица
1 лимон
160 г майонеза
100 г соленых огурцов
100 г зеленого горошка
2 клубня вареного картофеля
Соль по вкусу
Перец и зелень

Отварное мясо, картофель, огурцы и яблоки нарезать мелкими кубиками, добавить горошек, лук, рубленые яйца, положить специи. Все перемешать с частью майонеза, уложить в салатницу, сверху полить оставшимся майонезом, украсить зеленью, нарезанным кружочками яйцом и ломтиками лимона.

Салат из утки

300 г майонеза
2 огурца
350 г вареного мяса утки
3 клубня вареного картофеля
Соль по вкусу

Мясо утки нарезать маленькими кусочками, очищенный картофель и огурцы нарезать кубиками. Все заправить майонезом, слегка посолить.

Сельдь под шубой

200 г сельди

2 моркови

1 свекла

200 г майонеза

2 клубня картофеля

Соль по вкусу

Зелень петрушки

Вареные овощи — картофель, свеклу, морковь очистить и мелко порубить в отдельную посуду, не смешивая. На дно тарелки уложить рядами свеклу, морковь, картофель, затем по всей поверхности очищенную без костей сельдь, нарезанную мелкими кусочками. На сельдь снова уложить слоями картофель, морковь и свеклу. Поверхность выровнять и полить майонезом, сверху украсить петрушкой.

Салат картофельный с редькой

1 луковица

1 редька

4 клубня картофеля

50 мл растительного масла

Картофель отварить, нарезать, добавить мелко нарезанную луковицу. Натереть редьку на крупной терке, перемешать с картофелем, посолить и заправить растительным маслом.

Салат по-русски

2 яйца

2 соленых огурца

1 яблоко

4—5 клубней картофеля

250 г отварной говядины

1 небольшая вымоченная сельдь или 4—5 килек

Для соуса:

1/2 стакана сметаны

1 ст. ложка тертого хрена

2 ч. ложки столового уксуса

1 ч. ложка горчицы

2 ч. ложки мелко нарубленной зелени петрушки и укропа

Вареный картофель, очищенное яблоко, огурцы, мясо и рыбу нарезать мелкими кубиками. Приготовить соус и залить им салат. Выложить его на блюдо или в салатник и украсить ломтиками яйца, огурца.

Приготовление соуса: сметану, тертый хрен, столовый уксус, горчицу перемешать, добавить мелко нарубленную зелень петрушки и укропа.

Салат зимний

3—4 маринованных огурца

3 яйца

5—6 клубней картофеля

200 г мяса или колбасы

2 яблока

1 луковица
1 морковь
Укроп
50 г майонеза
Зеленый горошек

Вареный картофель, яйца, мясо (или обезжиренную колбасу), зеленый или репчатый лук и маринованные огурцы мелко порезать. Яблоко и сырую морковь протереть на крупной терке. Добавить зеленый горошек, посыпать сухим укропом. Посолить, поперчить по вкусу. Тщательно перемешать и заправить майонезом, можно пополам со сметаной.

Украсить овощами, входящими в салат.

Салат картофельный с майонезом и яблоками

2 яблока
400 г картофеля
1 банка майонеза
80 г зеленого горошка
6 ч. ложек рубленой зелени
Сельдерей

Картофель отварить в «мундире». Дать ему остыть, затем очистить и нарезать тонкими ломтиками. Порезать яблоки. Перемешать, добавить зеленый горошек, заправить майонезом, посыпать рубленой зеленью петрушки, укропа и сельдерея. Дать салату постоять, чтобы картофель пропитался майонезом.

Салат «Фантазия»

3 яйца
600 г вареного картофеля
500 г филе скумбрии
3 соленых огурца
200 г майонеза
200 мл молока или сливок
150 г зеленого горошка
50 г белого хлеба
50 г сливочного масла
Зелень по вкусу
Соль по вкусу

Огурцы и картофель нашинковать, добавить зеленый горошек и заправить майонезом. Рыбное филе и черствый пшеничный хлеб, замоченный в молоке (без корок) 2—3 раза пропустить через мясорубку с очень мелкой решеткой. Затем растереть вместе с маслом, постепенно добавляя молоко или сливки. Тщательно перемешать, вливая яичные белки, хорошо взбить, посолить. Из полученной массы сделать фрикадельки и отварить.

В салатницу горкой положить приготовленные овощи, на них — охлажденные фрикадельки, украсить зеленью, крутыми яйцами, колокольчиками из соленого огурца.

Салат картофельный со свеклой

2 яйца
400 г картофеля
200 г свеклы

4 ст. ложки сметаны

Перец, соль по вкусу

Отварные картофель и свеклу нарезать кубиками, добавить по вкусу соль и перец, перемешать, заправить сметаной и украсить крутыми яйцами, нарезанными кружочками.

Салат картофельный с фасолью

1 луковица

300 г картофеля

100 г белой фасоли

4 ст. ложки салатной заправки

Зелень

Сварить картофель в мундире, очистить его и нарезать. Отварить белую фасоль, смешать с картофелем и мелко нарубленным репчатым луком. Посолить, полить салатной заправкой (рецепт см. в разделе «Соусы для заправки салатов»), украсить зеленью петрушки или укропа.

Салат картофельный с маринованными грибами

1 луковица

300 г картофеля

100 г маринованных огурцов

4 ст. ложки сметаны, майонеза или салатной заправки

Соль по вкусу

Очистить сваренный в кожуре картофель, нарезать его кубиками, добавить нашинкованные маринованные грибы и репчатый лук. Все перемешать,

посолить по вкусу, заправить сметаной, майонезом или салатной заправкой (рецепт см. в разделе «Соусы для заправки салатов»).

Салат французский

400 г картофеля
200 г свеклы
100 г сушеного гороха
5 ст. ложек сметаны
1 яйцо
Перец, соль по вкусу

Сварить отдельно картофель, горох и яйцо. Картофель нарезать кубиками. Свеклу вымыть, испечь в духовке, очистить и также нарезать кубиками. Все перемешать. Добавить соль и перец по вкусу, сметану, посыпать тертым яичным желтком.

Салат из молодого картофеля с овощами

2 яйца
400 г картофеля
50 г моркови
50 г редиса
100 г свежих огурцов
75 г зеленого салата
50 г зеленого лука
150 г свежих помидоров
3 ст. ложки сметаны
100 г сладкого стручкового перца
Зелень петрушки, укропа, соль по вкусу

САЛАТЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Молодой картофель и морковь отварить, очистить, нарезать кубиками. Зеленый салат, зеленый лук и сваренные вкрутую яйца мелко нашинковать. Редис, свежие огурцы и помидоры нарезать кружочками, а сладкий стручковый перец (без семян) – соломкой. Все перемешать, посолить, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Салат картофельный по-немецки

200 г яблок

200 г свеклы

1 луковица

300 г картофеля

200 г соленых огурцов

3 ст. ложки растительного масла

2 ст. ложки 3%-ного уксуса

Зелень петрушки, соль по вкусу

Яблоки и вареную свеклу нарезать тонкими ломтиками. Мякоть печеного картофеля перемешать с мелко нарубленными солеными огурцами, репчатым луком, зеленью петрушки, яблоками и свеклой.

Салат посолить, заправить смесью уксуса и растительного масла.





ЧАСТЬ 2

СОУСЫ ДЛЯ ЗАПРАВКИ САЛАТОВ

Салаты и винегреты обычно заправляют либо соусами, основу которых составляет смесь уксуса с растительным маслом, либо майонезом. Для некоторых салатов из сырых овощей применяют сметану и сметанные соусы. С целью улучшения вкуса, для приготовления соусов и заправок нужно использовать мелкую столовую соль, сахарную пудру и виноградный уксус.

Соус зеленый

50 г майонеза

1 ст. ложка уксуса

1 ст. ложка шпината

Листья салата

1 ст. ложка эстрагона или зелени петрушки

Соль по вкусу

Листья салата, шпината, эстрагона или петрушки обмыть и отварить в кипящей воде 2–3 минуты, вынуть, дать стечь воде, мелко нарубить, протереть сквозь сито и смешать с майонезом, прибавив по вкусу уксус и соль.

Сметанный соус для овощных салатов

400 г сметаны

2 ст. ложки сахара

5 ст. ложек 3%-ного уксуса

Перец молотый

Соль по вкусу

Уксус влить в посуду, добавить сахар, соль, молотый перец и хорошо размешать лопаткой. Полученную смесь соединить со сметаной перед подачей.

Соус хрен со свеклой

1 свекла

450 мл воды

300 г хрена

250 мл 9%-ного уксуса

1 ст. ложка сахара

1 ст. ложка соли

Очищенный промытый хрен измельчить на терке, затем слегка порубить ножом, положить в посуду, залить кипятком, закрыть крышкой. Когда хрен остынет, добавить уксус, соль, сахар и вареную, измельченную на мелкой терке, свеклу.

Томатный соус

150 г томат-пюре
100 г сметаны
1 луковица
20–30 г сахара
20 г сливочного масла
1 ч. ложка муки
250 мл мясного бульона
Зелень, перец, соль по вкусу

Лук мелко нарезать, подрумянить слегка на масле вместе с мукой, развести бульоном, прибавить томат, соль, перец и сахар по вкусу. Варить около 10 минут, затем влить сметану и всыпать зелень.

Соус с красным вином

300 г майонеза
100 мл красного вина
50 г горчицы
2 ст. ложки сахара

Майонез, красное вино, горчицу, сахар, перемешать так, чтобы образовался густой соус.

Заправка для салатов и винегретов

125 мл 3%-ного уксуса
1 ч. ложка соли
1 ч. ложка сахара
125 мл растительного масла
Перец, соль по вкусу

Масло, уксус влить в стеклянную посуду, добавить сахар, соль, перец и все тщательно перемешать.

Острая приправа

1 кг свежих помидоров
150 г чеснока
150 г хрена
Соль по вкусу

Хрен очистить, промыть, пропустить через мясорубку вместе с очищенным чесноком и помидорами. Все тщательно перемешать, посолить по вкусу. Дать настояться несколько дней.

Белый соус

$\frac{1}{4}$ яйца
 $\frac{1}{2}$ ст. ложки муки
1 стакан капустного отвара
4 ст. ложки молока
1 ч. ложка сливочного масла
Соль по вкусу

Муку слегка поджарить, развести горячим молоком с добавлением яйца, соли, капустного отвара, так чтобы получился густой соус.

Соус молочный

1 стакан молока
 $\frac{1}{2}$ ст. ложки муки
Соль по вкусу
30—40 г сливочного масла

Муку поджарить на сливочном масле и развести горячим молоком, вливая его постепенно. Соус варить, непрерывно помешивая, 10 минут, посолить.

Голландский соус

30—40 мл воды

2 яичных желтка

20 г мускатного ореха

1 ст. ложка сливочного масла

1 ч. ложка лимонного сока

Соль по вкусу

Для белого соуса:

$\frac{1}{4}$ яйца

1 стакан капустного отвара

4 ст. ложки молока

$\frac{1}{2}$ ст. ложки муки

1 ст. ложка сливочного масла

Соль по вкусу

Желтки растереть с кусочками масла или маргарина, добавить немного воды и слегка нагреть при непрерывном помешивании. Когда смесь загустеет, снять с огня и, не прекращая мешать, влить горячий белый соус, добавить тертый мускатный орех и лимонный сок, посолить.

Соус с яйцом

1 яичный желток

1 ст. ложка муки

1 ст. ложка сливочного масла

СОУСЫ ДЛЯ ЗАПРАВКИ САЛАТОВ

150 мл бульона или молока

Соль по вкусу

Муку слегка поджарить на масле, развести 75 мл бульона и дать соусу прокипеть 10–15 минут. После этого яичный желток развести в оставшемся бульоне или молоке, влить в соус, посолить и размешать.

Соус «Бешамель»

1 л капустного отвара

200 мл молока

1 луковица

2 ст. ложки муки

2 ст. ложки сливочного масла или маргарина

В растопленном масле поджарить лук и муку. Не снимая посуды с огня, постепенно добавлять капустный отвар и молоко. Соус посолить и довести до кипения.

Салатная заправка

$\frac{1}{2}$ ч. ложки соли

$\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара

3 ст. ложки растительного масла

$\frac{1}{4}$ ч. ложки столовой горчицы

5 ст. ложек 3%-ного столового уксуса

Перец, соль по вкусу

Горчицу, перец, соль, сахар и растительное масло растереть, добавить столовый уксус и перемешать.



ЧАСТЬ 3

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

По давней традиции супы являются первым блюдом обеда. Объясняется это тем, что они возбуждают аппетит, помогают усвоению остальных продуктов. Русская кулинария отличается богатым выбором всевозможных супов, а щи, борщи, рассольники, солянки и окрошки считаются украшением русской кухни.

Рецепты блюд, предлагаемых в этой главе, рассчитаны на 6–7 порций.

Суп с квашеной капустой и яблоками

150 г лука

50 г сахара

300 г яблок

300 г картофеля

4 свиные сардельки

1,5 л овощного бульона

700 г квашеной капусты

40 г топленого свиного сала
 1 ст. ложка можжевельных ягод
 1/2 пучка майорана или другой зелени
 Молотый черный перец, соль по вкусу

Картофель очистить, нарезать соломкой, отварить в подсоленной воде в течение 10 минут и откинуть на сито. Лук очистить и нарезать тонкой соломкой. Можжевельные ягоды растолочь в ступке или измельчить тупой стороной ножа.

Лук и можжевельные ягоды немного потушить в топленом сале. Посыпать сахаром и слегка карамелизовать его. Смешать с луком капусту и картофель и немного обжарить. Залить бульоном и варить на слабом огне 10 минут, накрыв крышкой.

Сардельки нарезать кружочками. Яблоки нарезать дольками, удалив сердцевину. Сардельки и яблоки положить в суп и варить на слабом огне еще 5 минут. Заправить майораном, солью и черным перцем.

Картофельный суп с редисом

350 г картофеля
 100 г моркови
 1 луковица
 1 зубчик чеснока
 1 пучок редиса
 1 пучок базилика
 1 пучок кресс-салата
 250 мл жирных сливок
 30 г сливочного масла
 600 мл овощного бульона

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Тертый мускатный орех
Перец молотый, соль по вкусу

Картофель, морковь и репчатый лук вымыть, очистить и мелко нарезать. Чеснок очистить и выдавить с помощью ручного пресса.

Сливочное масло разогреть в кастрюле с толстыми стенками и обжарить в нем овощи при постоянном помешивании. Влить бульон со сливками, довести до кипения, накрыть крышкой и варить на среднем огне в течение 15 минут.

Редис очистить и нарезать соломкой. Базилик вымыть и мелко нарезать.

Суп взбить с помощью миксера до густоты пюре. Добавить базилик и половину кресс-салата. Еще раз взбить пюре. Приправить солью, молотым перцем и мускатным орехом.

Суп разлить по тарелкам, посыпать натертым на крупной терке редисом и зеленью. Подать с гренками.

Густой картофельный суп

350 г кольраби
250 г моркови
1 лавровый лист
1 пучок петрушки
400 г говяжьей ноги
150 г зеленого горошка
600 г молодого картофеля
1 ч. ложка можжевельных ягод
1 ч. ложка черного перца горошком
Черный молотый перец, соль по вкусу

Говяжью ногу залить 1,5 л воды и довести до кипения, добавив щепотку соли, лавровый лист, горошины перца и можжевельные ягоды. Периодически снимать пену шумовкой, мясо варить до готовности на слабом огне, не накрывая крышкой.

Очистить картофель, морковь и кольраби. Один клубень картофеля (около 100 г) положить в воду, остальной картофель нарезать кубиками. Морковь нарезать тоненькими кружочками, кольраби — кубиками.

Говяжью ногу достать из бульона. Бульон процедить через мелкое сито и вылить обратно в кастрюлю. Подготовленные овощи варить в бульоне на слабом огне 20 минут. Мясо отделить от костей, срезать жилы и жир, нарезать кубиками и положить в суп.

За 5 минут до готовности добавить в кастрюлю зеленый горошек. Оставленную картофелину натереть на мелкой терке, добавить в суп и дать закипеть. Еще раз посолить и поперчить. Добавить нарезанную петрушку и дать супу немного постоять.

К этому супу подходит тертый сыр, который можно добавить в суп по вкусу.

Картофельный суп с мускатным орехом

1,2 л воды

1 кг картофеля

500 мл сливок

4 яичных желтка

4 пучка кресс-салата

1 ст. ложка горчицы

1,2 л говяжьего бульона

Соль по вкусу
Молотый душистый перец
Тертый мускатный орех

Картофель очистить и нарезать крупными кубиками. Мясной бульон смешать с водой и довести до кипения. Картофель отварить в бульоне до готовности, затем сделать из него с помощью миксера со специальной насадкой пюре.

Яичные желтки смешать со сливками и горчицей. Картофельное пюре поставить на слабый огонь и влить в него, при постоянном помешивании, сливки с желтками. При этом суп не должен больше кипеть. Приправить солью, молотым душистым перцем и тертым мускатным орехом.

Перед подачей посыпать суп мелко нарезанным кресс-салатом.

Суп-пюре из картофеля и манной крупы

3 клубня картофеля
3 стакана воды
3 ст. ложки кислого молока
2 ст. ложки манной крупы
25 г сливочного масла
1/2 ч. ложки красного перца
Соль по вкусу
Гренки
1 яйцо

Картофель очистить, хорошо разварить в подсоленной воде, после чего протереть. В картофель-

ный отвар всыпать манную крупу и варить при постоянном помешивании около 5 минут, затем добавить протертый картофель и соль. На маленькой сковороде растопить масло, окрасить красным перцем и влить в суп. Заправить суп кислым молоком и яйцом.

Подать с гренками.

Уха с картофелем и помидорами

600—800 г рыбы

4 помидора

1 луковица

1 корень петрушки

1—2 лавровых листа

4—5 клубней картофеля

1 ст. ложка сливочного масла

2—4 горошины черного перца

Зелень, соль по вкусу

Судака, сома, сазана, налима или другую достаточно мясистую рыбу подготовить, как обычно, затем снять с рыбы филе с кожей, но без костей. Нарезать рыбу порционными кусками, посолить и до использования поставить в прохладное место. Из голов, плавников и костей сварить бульон. Готовый бульон процедить, довести до кипения, положить в него нарезанный картофель, репчатый лук, коренья петрушки и варить 20 минут, после чего добавить рыбу, специи, нарезанные свежие помидоры и варить еще 20—25 минут.

Снять с огня, заправить кусочками сливочного масла.

Перед подачей к столу в каждую тарелку положить кусок рыбы и посыпать уху измельченной зеленью.

Суп картофельный мясной

500 г мяса

5—6 картофелин

2 корня петрушки

2 моркови

2 луковицы

$\frac{1}{2}$ ст. ложки томат-пюре

1 ст. ложка сливочного масла

Соль, зелень по вкусу

Сварить мясной бульон. Слегка поджарить с жиром нарезанные коренья и лук, положить в бульон и дать закипеть. Добавить нарезанный картофель и варить 20—25 минут на слабом огне, затем заправить пассированным томатом-пюре и прокипятить.

Перед подачей посыпать зеленью.

Суп картофельный со свежими грибами

1,5 л воды

500 г свежих грибов

8 клубней картофеля

3 моркови

2 луковицы

4 ст. ложки сметаны

2 ст. ложки маргарина

Зелень

Соль, перец, лавровый лист по вкусу

Грибы (белые, подосиновики, подберезовики или маслята) очистить и промыть. Ножки грибов мелко нарезать и поджарить на маргарине. Отдельно обжарить нарезанные кубиками лук и морковь. Шляпки грибов нарезать ломтиками, ошпарить, затем залить водой и варить 40 минут. В кипящий бульон положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные ножки грибов, морковь, лук, соль, перец, лавровый лист и варить 25–30 минут.

При подаче положить сметану и посыпать зеленью укропа.

Суп картофельный со свежими грибами можно приготовить на мясном бульоне.

Суп картофельный с макаронами

500 г мясных костей
 6 клубней картофеля
 2 луковицы
 1 морковь
 1/2 корня петрушки
 50 г макаронных изделий
 1 ст. ложка маргарина
 1 ст. ложка томата-пюре
 Перец, соль по вкусу
 Зелень

В процеженный кипящий бульон положить картофель, нарезанный кубиками, и варить на слабом огне 10 минут. Затем положить макаронные изделия (макароны, рожки), пассированные на маргарине морковь, петрушку, лук и томат-пюре и ва-

рить до готовности. В конце варки добавить соль, перец, лавровый лист.

При подаче на стол суп посыпать зеленью.

Если для супа используют вермишель или мелкие макароны, их надо закладывать в бульон после овощей, в конце варки.

Молочный суп с картофельными фрикадельками (по-литовски)

1 л молока

3 клубня картофеля

2 ст. ложки сливочного масла

Сахар и соль по вкусу

Половину очищенного сырого картофеля сварить в воде, просушить и протереть через решето или сито в горячем виде. Вторую часть картофеля натереть на терке, отжать через марлю и соединить с протертым, тщательно перемешав. Полученную массу заправить маслом и солью по вкусу.

Сформировать фрикадельки в виде маленьких шариков, отварить в подсоленной воде, переложить в горячее молоко и довести до кипения.

Суп-поре из картофеля

500 г картофеля

500 мл молока

2 стакана воды

2 ст. ложки сливочного масла

2 стебля лука-порея

1 яичный желток

Соль по вкусу

Гренки

Картофель очистить, нарезать ломтиками, добавить припущенный на масле лук-порей, залить водой, положить соль и варить 30 минут. Сваренный картофель протереть сквозь сито, разбавив отваром, добавить горячее молоко и размешать. Перед подачей на стол суп заправить сливочным маслом и яичным желтком, смешанным с горячим молоком.

К супу-пюре хорошо отдельно подать гренки.

Похлебка с картофелем

1 яйцо

2 л воды

4 клубня картофеля

4 репки с листьями

$\frac{1}{2}$ стакана сметаны или кислого молока

Картофель очистить и порезать крупными дольками, репу натереть на терке, листья порезать. В 2 л соленой кипящей воды опустить картофель и репу, довести до кипения, настоять 10–15 минут не нагревая. Положить листья репы. Заправить сметаной или кислым молоком. Если нет ни того, ни другого, хорошо взбейте сырое яйцо с небольшим количеством воды и положите в похлебку незадолго до конца варки.

Суп картофельный с цветной капустой

6 клубней картофеля
500 г цветной капусты
1 морковь
 $\frac{1}{2}$ стакана сливок или молока
1 луковица
4 ст. ложки сливочного масла
1 корень петрушки
Соль и зелень по вкусу

Морковь, петрушку, репчатый лук очистить, нарезать тонкими кружками и обжарить в масле. Картофель порезать дольками, цветную капусту разобрать на мелкие кочешки. В кипящую подсоленную воду положить картофель, цветную капусту, морковь, петрушку и лук и варить до готовности. Перед подачей на стол влить взбитые сливки или горячее молоко, хорошенько перемешать.

Суп картофельный

800 г картофеля
500 г мяса
200 г лука
2 ст. ложки сливочного масла
Лавровый лист, зелень
Соль и перец по вкусу

Сварить мясной бульон. Очищенные коренья и лук мелко порезать и поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Картофель нарезать кубиками, положить вместе с поджаренными кореньями и лу-

ком в кипящий бульон, добавить соль, лавровый лист, перец и варить в течение 25–30 минут. При подаче на стол суп посыпать укропом или зеленью петрушки.

Картофельный суп можно готовить не только на мясном, но и на рыбном или грибном бульоне. В картофельный суп, приготовленный на грибном бульоне, при подаче на стол положить нашинкованные отваренные грибы, а в суп, сваренный на рыбном бульоне — кусок отварной рыбы.

Суп грибной с картофельными клецками

1,5 л грибного бульона
 4–5 клубней картофеля
 3 яйца
 2 ст. ложки муки
 Зелень укропа
 Соль по вкусу

Прекрасным дополнением к некрепкому грибному бульону послужат картофельные клецки.

Несколько картофелин очистите, отварите, протрите через сито, добавьте яичные желтки, часть белков, муку и соль. Всю массу хорошо вымешайте, добавьте оставшиеся белки (предварительно взбитые), еще раз вымешайте и опускайте чайной ложкой, небольшими кусочками, в кипящий бульон.

Можно добавить в суп с клецками мелко рубленную зелень укропа.

Похлебка из картошки «Крестьянская»

2,5 л воды
 7–8 клубней картофеля

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

300 мл молока
300 г муки
1 яйцо
Зелень, соль по вкусу

Картофелины среднего размера сварить в воде. Воду слить (но не выливать), картофель размять, влить в него 1 стакан горячего молока, добавить картофельный отвар, перемешать. Приготовить клецки. Смешать яйцо, 100 мл молока, муку и соль до получения жидкого теста. Чайной ложкой брать понемногу тесто и обжаривать клецки в масле. Затем высыпать их в похлебку, проварить 8–10 минут. При подаче на стол посыпать зеленью.

Суп из лука-порея с морковью и картофелем

1,2 л воды
3–4 клубня картофеля
2 моркови
3 ст. ложки сливочного масла
2–3 стебля лука-порея
1 ст. ложка риса
Лавровый лист
Зелень петрушки
Соль по вкусу

Мелко нарезать стебли лука-порея и морковь, залить подсоленной водой и варить, добавив лавровый лист. Когда морковь станет мягкой, нарезать кубиками клубни картофеля и опустить в суп вместе с рисом.

Готовый суп снять с огня и заправить мелко нарезанной зеленью петрушки и сливочным маслом.

Суп-пюре из картофеля «Кубанский»

- 1,5 л воды
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1 пастернак
- 1 сельдерей
- 500 г картофеля
- Пучок зеленой петрушки
- Сухарики
- 3—4 яичных желтка

Отварить картофель вместе с овощами в воде. Когда овощи станут мягкими, протереть их сквозь сито. Добавить нарубленную петрушку.

Перед подачей к столу суп заправить яичным желтком или кусочком сливочного масла, которые кладутся вместе с сухариками отдельно в каждую тарелку.

Суп из сушеных грибов с картофелем

- 1,2 л воды
- 3—4 картофелины
- 3—4 ст. ложки сливочного масла
- 50 г сухих грибов
- 2 ст. ложки муки
- 1—2 лавровых листа
- Зелень петрушки, соль по вкусу

Сухие грибы тщательно промыть и залить теплой водой на 30 минут. После этого мелко нарезать и опустить в подсоленную воду. Варить, пока грибы не станут мягкими. Добавить в суп картофель, нарезав его кубиками, и лавровый лист. Отдельно пожарить в сливочном масле муку и выложить заправку в суп. Через несколько минут суп снять с огня.

При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп молочный с картофелем и брынзой

- 2—3 клубня картофеля
- 2 стакана овощного отвара
- 2 стакана молока
- 1 луковица
- 3 ст. ложки брынзы
- 30 г сливочного масла
- Соль по вкусу

Картофель очистить, нарезать кубиками, залить овощным отваром, добавить щепотку соли и варить 10—12 минут. Приготовить светлую пассировку из 15 г сливочного масла, мелко нарезанного лука и разведенной молоком 1 столовой ложки муки. Добавить ее к сваренному картофелю. Суп посолить по вкусу, заправить тмином и довести до кипения, затем снять с огня и добавить оставшееся сливочное масло.

Перед подачей на стол разложить по глубоким тарелкам протертую брынзу и залить горячим супом.

К супу подать ломтики подсушенного в тостере хлеба.

Зеленый суп с картофелем

1 яйцо

7–8 стаканов воды

4–5 клубней картофеля

200–250 г щавеля

100 мл кислого молока

3–4 пера зеленого лука

Зелень, соль и перец по вкусу

Мелко нарезать зеленый лук и поставить тушить, добавив щавель, нарезанный полосками. Посолить и залить горячей водой. Довести до кипения и прибавить картофель, нарезанный кубиками.

Готовый суп заправить яйцом и кислым молоком, посыпать черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Картофельный суп обыкновенный

1,5 л воды

4 клубня картофеля

2 моркови

1 луковица

1 корень петрушки

1 сельдерей

1 пастернак

1 яичный желток

1/2 стакана сметаны

Овощи, разрезанные на 4 части, отварить в воде. Отдельно смешать в суповой миске сметану и яичный желток. Когда картофель сварится, к горячему супу прибавить, тщательно размешивая, приготовленную сметану. За 2 минуты до готовности добавить мелко нарубленную зелень.

Щи из кислой капусты с картофелем

1,5 л воды

1 ст. ложка муки

1 стебель лука-порея

4 клубня картофеля

$\frac{1}{4}$ кочана квашеной капусты

4—5 ст. ложек подсолнечного масла

Мелко нашинковать кислую капусту, залить водой и поставить варить. Поджарить в подсолнечном масле стебель мелко нарезанного лука-порея, добавить муку и снова поджарить. Выложить в щи и добавить картофель, нарезанный кубиками. Варить до готовности.

В щи можно добавить сушеные грибы.

Суп вегетарианский, зимний

1,5 л воды

1 стакан фасоли

100 г брынзы

2 моркови

1 луковица

1 корень петрушки

4—5 клубней картофеля

Картофель нарезать крупными кубиками. Потушить в воде морковь, петрушку и лук. Фасоль заранее перебрать, промыть и положить в холодную воду на 4—5 часов. Сварить фасоль и добавить картофель и овощи. За 10 минут до готовности положить в кастрюлю измельченную брынзу.

Овощной суп

1,5 л воды

150 г сметаны

2 моркови

1 пастернак

1 луковица

1 корень сельдерея

1 корень петрушки

1 яичный желток

4 клубня картофеля

Зелень укропа и петрушки

Соль по вкусу

Морковь, корни сельдерея, петрушки, пастернака и репчатый лук нарезать небольшими кусочками, сварить в подсоленной воде. Когда овощи будут почти готовы, добавить картофель. Отдельно смешать сметану с желтком. Когда картофель станет мягким, заправить суп сметаной с яйцом, тщательно помешивая.

Перед подачей на стол в суп добавить мелко нарезанную зелень.

Овощи, разрезанные на 4 части, отварить в воде. Отдельно смешать в суповой миске сметану и яичный желток. Когда картофель сварится, к горячему супу прибавить, тщательно размешивая, приготовленную сметану. За 2 минуты до готовности добавить мелко нарубленную зелень.

Щи из кислой капусты с картофелем

1,5 л воды

1 ст. ложка муки

1 стебель лука-порея

4 клубня картофеля

$\frac{1}{4}$ кочана квашеной капусты

4—5 ст. ложек подсолнечного масла

Мелко нашинковать кислую капусту, залить водой и поставить варить. Поджарить в подсолнечном масле стебель мелко нарезанного лука-порея, добавить муку и снова поджарить. Выложить в щи и добавить картофель, нарезанный кубиками. Варить до готовности.

В щи можно добавить сушеные грибы.

Суп вегетарианский, зимний

1,5 л воды

1 стакан фасоли

100 г брынзы

2 моркови

1 луковица

1 корень петрушки

4—5 клубней картофеля

Картофель нарезать крупными кубиками. Потушить в воде морковь, петрушку и лук. Фасоль заранее перебрать, промыть и положить в холодную воду на 4—5 часов. Сварить фасоль и добавить картофель и овощи. За 10 минут до готовности положить в кастрюлю измельченную брынзу.

Овощной суп

1,5 л воды

150 г сметаны

2 моркови

1 пастернак

1 луковица

1 корень сельдерея

1 корень петрушки

1 яичный желток

4 клубня картофеля

Зелень укропа и петрушки

Соль по вкусу

Морковь, корни сельдерея, петрушки, пастернака и репчатый лук нарезать небольшими кусочками, сварить в подсоленной воде. Когда овощи будут почти готовы, добавить картофель. Отдельно смешать сметану с желтком. Когда картофель станет мягким, заправить суп сметаной с яйцом, тщательно помешивая.

Перед подачей на стол в суп добавить мелко нарезанную зелень.

Суп из отварного картофеля с простоквашей и свежими огурцами

500 г картофеля

300 г свежих огурцов

4 стакана простокваши

2 ст. ложки растительного масла

Укроп, соль по вкусу

Нарезанные кубиками вареный картофель и свежие огурцы соединить с простоквашей, добавить растительное масло, мелко нарезанный укроп, посолить и размешать.

Суп картофельный с соленой сельдью

50 г моркови

1 луковица

1,5 л воды

400 г картофеля

200 г филе сельди

80 г свежих помидор

1/2 корня сельдерея

Лавровый лист

2,5 ст. ложки растительного масла

Перец, зелень, соль по вкусу

В кипящую воду положить обжаренные на масле лук, морковь, сельдерей и варить на слабом огне 10—15 минут, затем добавить нарезанные ломтиками картофель, филе сельди и продолжать варить. За 10 минут до готовности положить

нарезанные дольками свежие помидоры, лавровый лист, перец, соль.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Суп-пюре с пирожками

Для супа:

500 г картофеля

500 г мяса

50 г моркови

1 луковица

2 ст. ложки муки

1 ст. ложка сливочного масла

Корень и зелень петрушки

Укроп, соль по вкусу

Для пирожков:

опара:

1 стакан воды

$\frac{1}{2}$ стакана муки

20 г дрожжей

$\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара

Соль

тесто:

2 яйца

1,5 стакана муки

$\frac{1}{2}$ стакана молока

2 ст. ложки растительного масла

1,5 ст. ложки сахара

фарш:

250 г говядины

1 ст. ложка сливочного масла

Перец, укроп, соль по вкусу

Сварить мясной бульон с добавлением лука, моркови, корня петрушки. Бульон процедить, добавить протертые корни и картофель, заправить мукой, поджаренной на масле и разведенной бульоном, посолить. Готовый суп посыпать нарубленной зеленью петрушки и укропа.

Для приготовления пирожков замесить дрожжевое тесто. Для этого развести в теплой воде дрожжи, добавить половину чайной ложки сахара, соль и всыпать половину стакана муки. Посуду с опарой поставить в теплое место. Яйца растереть с оставшимся сахаром, влить молоко, растопленное масло, размешать. Когда опара увеличится в два раза, добавить оставшуюся муку, хорошо вымесить тесто и дать ему дважды подойти.

Приготовить мясной фарш. Сваренное мясо пропустить через мясорубку, лук обжарить на масле, смешать с мясом, прожарить, добавить соль, перец, укроп, 1 ст. ложку масла, 2 ст. ложки бульона.

Готовое опарное тесто выложить на посыпанную мукой доску, скатать его жгутом, нарезать на кусочки длиной 4—5 см, сформовать шарики, раскатать их в виде лепешек, положить на каждую из них фарш (начинку) и защипать края теста. Пирожки уложить на смазанный маслом противень на расстоянии 2 см друг от друга и поставить на 15 минут в теплое место для подъема, затем смазать пирожки яйцом и выпечь.

Подавать на стол горячими и суп, и пирожки.

Суп-пюре из картофеля, помидоров и шпината

2 яичных желтка
100 г шпината
5 ст. ложек сливок
1 л картофельного отвара
400 г картофельного пюре
200 мл сока свежих помидоров
2 ст. ложки сливочного масла
Соль по вкусу

Картофельное пюре смешать с соком, выжатым из свежих помидоров и развести картофельным отваром. Полученный суп довести до кипения, добавить в него отваренный и нарезанный шпинат. Заправить смесью из яичных желтков и сливок, добавить сливочное масло.

Суп молочный из картофеля с тыквой

700 мл воды
1 литр молока
500 г картофеля
200 г тыквы
Соль по вкусу
 $\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла

С тыквы снять кожуру, удалить семена. В кипящую подсоленную воду положить нарезанные кубиками картофель и тыкву, посолить, варить до готовности. В суп добавить молоко, сливочное масло и довести до кипения.



ЧАСТЬ 4

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Вторые блюда — незаменимая часть меню обеда или ужина. Блюда, приготовленные из картофеля — это богатый источник витаминов и других полезных веществ.

Рецепты, предлагаемых в этой главе блюд рассчитаны на 3—4 порции.

Картофельное пюре с орехами

750 г картофеля

150 г очищенных лесных орехов

150 мл молока

40 г сливочного масла

3 ст. ложки орехового масла

2 стебля зеленого лука с луковичками

Соль по вкусу

Орехи высыпать на противень и поставить в предварительно разогретую до 180 °С духовку на 8—10 минут на второй уровень снизу, чтобы они сделались золотисто-коричневыми. Затем пересыпать в сито, дать остыть и снять кожицу. Орехи положить в плотный полиэтиленовый пакет и измельчить скалкой. Зеленый лук очистить и нарезать.

Картофель очистить, разрезать каждый клубень на 2—4 части, залить 500 мл горячей воды, посолить, накрыть крышкой и отварить до готовности. Затем воду слить, картофель размять толкушкой или пропустить через ручной пресс. Молоко разогреть вместе со сливочным маслом, добавить ореховое масло и постепенно влить в картофельное пюре, взбивая его венчиком. Смешать с измельченными орехами, оставив немного для украшения.

Пюре выложить на блюдо или подогретые тарелки и подать с курицей и грибами.

Картофельное пюре с горчицей и укропом

750 г картофеля

250 мл молока

150 г маринованных огурцов

40 г сливочного масла

2 ст. ложки горчицы

1 ст. ложка семян горчицы

1 пучок укропа

Соль по вкусу

Семена горчицы обжарить на очень горячей сковороде без жира. При этом сковороду постоянно встряхивать. Одну веточку укропа и несколько кружков огурца оставить для украшения, остальные огурцы и укроп мелко нарезать.

Картофель очистить, разрезать каждый клубень на 2—4 части, залить 500 мл горячей воды, посолить, накрыть крышкой и отварить до готовности. Затем воду слить, картофель размять толкушкой или пропустить через ручной пресс. Молоко разогреть вместе со сливочным маслом и постепенно влить в картофельное пюре, взбивая его венчиком.

Добавить зерна горчицы, мелко нарезанный укроп, горчицу и маринованные огурцы. Можно посолить. Пюре выложить на подогретые тарелки, украсить веточкой укропа и кружочками огурца.

Подать с жареной рыбой.

Картофельное пюре с базиликом

750 г картофеля

250 мл жирных сливок

40 г орешков пиниоли

20 г сливочного масла

2 пучка базилика

Молотый белый перец

Соль по вкусу

Орешки пиниоли обжарить на сковороде без жира, при постоянном помешивании до золотисто-коричневого цвета. 12—14 самых крупных и красивых листьев базилика оставить для украшения, остальную зелень крупно нарезать. Сливки подогреть.

Картофель очистить, разрезать каждый клубень на 2—4 части, залить 500 мл горячей воды, посолить, накрыть крышкой и отварить до готовности. Затем воду слить, картофель размять толкушкой. Добавить половину сливок и сливочное масло. Нарезанный базилик смешать с оставшимися сливками и протереть через сито. Затем соединить с картофелем. Посолить и поперчить.

Пюре выложить на подогретые тарелки или блюдо, украсить орешками и листиками базилика.

Картофельное пюре с кокосом

1 лимон

1 пучок кинзы

Соль по вкусу

850 г картофеля

30 г кокосовой стружки

1 банка несладкого кокосового молочка

100 г мякоти свежего кокосового ореха

2—3 маленьких стручка красного перца чили

Банку с кокосовым молочком, не открывая, поставить на горячую водяную баню. Кокосовую стружку обжарить на сковороде без жира при постоянном помешивании до золотисто-коричневого цвета.

С лимона снять тонкий слой цедры и выжать сок. 1 столовую ложку сока и цедру переложить в миску. Стручки перца чили разрезать вдоль пополам, удалить семена, мякоть мелко нарезать. Смешать пе-

рец с лимонной цедрой, добавить подогретое кокосовое молочко.

Картофель очистить, разрезать каждый клубень на 2—4 части, залить 500 мл горячей воды, посолить, накрыть крышкой и отварить до готовности. Затем воду слить, картофель размять толкушкой или пропустить через ручной пресс. Постепенно влить кокосовое молоко с цедрой и перцем, взбивая пюре венчиком, посолить. Несколько веточек кинзы оставить для украшения, остальную мелко нарезать. Добавить вместе с обжаренной кокосовой стружкой в пюре.

Пюре выложить на блюдо или тарелки, украсить листиками кинзы и дольками кокосового ореха.

Подать с приготовленными на гриле креветками.

Картофель молодой в сметане

1 кг картофеля

1/2 стакана сметаны

1 ст. ложка масла

Зелень для украшения

Соль по вкусу

Очищенный картофель сварить в подсоленной воде, воду слить, положить в картофель сметану, масло и, встряхивая, перемешать. Посыпать нарезанной зеленью укропа или петрушки.

Картофель отварной в молоке

- 1 кг картофеля
- 2 стакана молока
- 2 ст. ложки масла
- Зелень по вкусу

Очищенный и вымытый картофель нарезать кубиками, поварить 10 минут в воде, после чего воду слить. Залить картофель горячим молоком и варить еще 20—30 минут. Варить необходимо на слабом огне, чтобы картофель не пригорел.

В готовый картофель положить масло, перемешать, встряхивая, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Яичница деревенская с картофелем

- 4 яйца
- 4 картофелины
- 1 стакан молока
- 1 ст. ложка сливочного масла
- Соль по вкусу

Очищенный картофель нарезать тонкими кружками. Яйца смешать с молоком. Посолить и размешать.

Глубокую сковороду смазать маслом, выложить картофель, залить смесью яиц с молоком и запекать до готовности.

Каша ячневая с картофелем

1 л воды

6 картофелин

1/2 стакана ячневой крупы

1 ст. ложка сливочного масла

Соль по вкусу

Картофель очистить, вымыть, залить холодной водой, засыпать слоем промытой крупы, добавить масло, соль и варить до готовности.

Готовую кашу хорошо вымешать и подать с молоком, простоквашей или маслом.

Картофельное пюре

1,5 л воды

1 кг картофеля

200 мл молока

100 г масла

1 луковица

1 яйцо

Соль и перец по вкусу

Картофель отварить, слить отвар, влить горячее молоко, добавить мелко нарубленный поджаренный репчатый лук, посолить, поперчить, ввести сырое яйцо, хорошо перемешать.

Картофель фаршированный

500 г фарша

200 г сметаны

2 ст. ложки маргарина

12 клубней картофеля

1/2 ст. ложки панировочных сухарей

Зелень, перец и соль по вкусу

Картофель очистить, вымыть, срезать верхнюю часть, середину вырезать так, чтобы картофель имел форму стаканчика, и заполнить его фаршем. Затем каждую картофелину накрыть срезанной верхушкой. Фаршированный картофель уложить в смазанную жиром посуду, залить сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром и запекать в духовке.

При подаче на стол посыпать зеленью. Фарш можно использовать любой — мясной, грибной, овощной.

Картофель «Анна»

6 клубней картофеля

1 ст. ложка сливочного масла

Черный перец, соль по вкусу

Картофель вымыть, очистить и нарезать круглыми или полукруглыми ломтиками. Ни в коем случае не брусочками! Эти ломтики картофеля в миске перемешать с солью и перцем. Сковороду с высокими краями изнутри обмазать маслом. Разогреть духовку. Выложить аккуратно, ломтик к ломтику, слоями картофель в сковородку. Каждый слой картофеля можно промазывать маслом. Выпекать в духовке около 30 минут.

Готовность лучше определять по запаху и внешнему виду блюда.

Картофель в сливках

8 клубней картофеля

500 мл кипятка

400 мл сливок

1 ч. ложка сахара

Зелень, соль по вкусу

Молодой картофель очистить, мелко нарезать, ошпарить кипятком, положить в кастрюлю, залить сливками. Затем припустить до готовности, не мешая, а встряхивая.

Перед подачей на стол добавить соль, сахар и посыпать зеленью.

Картофель отварной

1 л воды

8 картофелин

120 г шпика

1 луковица

4 ст. ложки сметаны

4 ст. ложки сливочного масла

Зелень, соль по вкусу

Клубни картофеля очистить, вымыть, положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить до готовности. Воду слить, кастрюлю закрыть крышкой и при слабом нагреве обсушить картофель.

Отварной картофель подавать со сметаной, сливочным или растительным маслом, обжаренным луком, либо растопленным шпиком со шкварками.

Картофель в кляре

1 яйцо
40 г сыра
40 г жира
80 мл молока
1,5 кг картофеля
3 ст. ложки муки

Сделать кляр — смешать муку, молоко, сыр и яйцо. Картофель порезать соломкой, залить кляром и жарить, перемешивая, на горячей сковороде в жире.

Картофель в молоке с яйцом

1 яйцо
3—4 клубня картофеля
1,5 стакана молока
Перец и соль по вкусу

Картофель нарезать кружочками, посолить, поперчить и выложить в сковороду. Молоко и яйцо взбить, немного посолить и залить этой массой картофель.

Выпекать в духовке 15–20 минут пока не зарумянится.

Картофель жареный

1 луковица

10 клубней картофеля

5 ст. ложек сливочного масла

Зелень укропа или петрушки, соль по вкусу

Картофель очистить, вымыть, нарезать ломтиками, вновь промыть в холодной воде, обсушить. Затем выложить ломтики картофеля слоем не более 5 см на горячую сковороду с маслом и жарить при равномерном нагреве до готовности.

При подаче к столу картофель посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки, луком, нарезанным кольцами. Подавать как гарнир к мясу или рыбе, а также как самостоятельное блюдо с салатами из свежих овощей, квашеной капустой или солеными огурцами.

Картофель по-французски

800 мл воды

500 г картофеля

100 г муки

4 луковицы

2 пучка петрушки

Соль и перец по вкусу

3 ст. ложки растительного масла

Картофель очистить, отварить до полуготовности, нарезать на кусочки. В сковороду налить масло, положить нарезанный кольцами лук, обжарить его до полуготовности (лук должен стать мягким, но не золотистым), добавить муку, размешанную с водой, соль, перец по вкусу. Потушить еще 3 минуты, затем положить в сковороду картофель и нарезанную зелень.

Тушить до готовности картофеля 5–10 минут.

Картофельное пюре по-монастырски

1 л воды

1 стакан сливок

8–10 клубней картофеля

2 ст. ложки сливочного масла

Соль по вкусу

Картофель очистить, помыть, сварить и обсушить на слабом огне. Не давая картофелю остыть, протереть сквозь сито или размять деревянным пестиком. Добавить масло, соль. Помешивая, постепенно влить сливки, затем картофельное пюре хорошо взбить.

Готовое картофельное пюре можно подавать как самостоятельное блюдо или на гарнир.

Картошка под парусом

160–180 г сала

8–10 клубней картофеля

2 ст. ложки растительного масла

Соль по вкусу

Картофелины тщательно помыть, порезать на 2 половины (очищать не надо), уложить на смазанный маслом противень. Затем на каждую половинку положить кусочек сала. Чтобы оно держалось, проткните сало и картошку спичкой (спичечную головку необходимо удалить). Затем подсолите «парусники». На среднем огне поставьте в духовку. Печь 20—30 минут, периодически поливая картошку топленным салом.

Шашлык из картофеля

1 кг картофеля

250 г свиного жира

1 огурец

1 помидор

1 редис

Моченая брусника

Листья зеленого салата

Соль по вкусу

Выбрать гладкие, продолговатой формы картофелины, и с помощью щетки тщательно их вымыть. Каждый клубень разрезать вдоль на 6 равных частей, опустить в растопленный жир (фритюр), обжарить до золотистого цвета, вынуть шумовкой, дать жиру стечь. Дольки картофеля нанизать на шампуры, посолить, положить на блюдо, застланное листьями зеленого салата. Гарнировать цветком из помидора, огурца, редиса, моченой брусникой.

Подавать с мочеными или солеными грибами, огурцами, капустой.

Суфле из картофеля

500 г картофеля
125 мл молока
25 г сливочного масла
1 яйцо
Сухари

Сырой картофель, натертый на мелкой терке и отжатый, смешать с молоком, 1 желтком, сливочным маслом, солью и взбитым в пену белком. Влить эту смесь в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Суфле печь 30 минут, после чего опрокинуть на блюдо и нарезать ломтиками.

Подавать с зеленой фасолью, шпинатом, горошком, либо с другими вареными овощами, залитыми горячим сливочным маслом.

Картофель, запеченный с брынзой

500 г картофеля
500 мл воды
200 г брынзы
1 стакан кислого молока
4 яйца
2 ст. ложки растительного масла
Соль по вкусу

Отварить картофель в подсоленной воде, затем нарезать кружочками или натереть на крупной терке. Половину картофеля уложить в смазанный мас-

лом противень, посыпать измельченной брынзой и сбрызнуть маслом. Сверху уложить оставшийся картофель, посолить и снова сбрызнуть маслом. Залить яйцами, взбитыми со стаканом кислого молока. Запечь в горячем духовом шкафу до образования румяной корочки.

Подавать с салатом.

Картофельные лепешки — тиганицы

500 г картофеля

1 яйцо

3 ст. ложки тертого сыра

1 ст. ложка муки

5 ст. ложек растительного масла

Соль по вкусу

Очистить и натереть на крупной терке картофель, посолить и отжать. Добавить яйцо, муку и соль по вкусу, перемешать. Брать ложкой и опускать в кипящее масло, прижимая обратной стороной ложки, чтобы лепешка получилась плоской.

Картофельные лепешки подавать в теплом виде, посыпав тертым сыром.

Жареные картофельные тефтели

1 кг картофеля

500 мл воды

300 мл растительного масла

3—4 ст. ложки тертого сыра или брынзы

1—2 ст. ложки сметаны

1 ст. ложка сливочного масла

Зеленый салат

Соль, тмин по вкусу

Очищенный и крупно нарезанный картофель поместить в небольшое количество подсоленной воды (чтобы покрыла картофель до половины) и отварить. Дать воде стечь, размять вилкой в горячем виде. Смешать со сливочным маслом, сметаной, солью и тмином.

Разогреть растительное масло в глубокой посуде. Столовой ложкой, смоченной растительным маслом, брать картофельную массу и выкладывать в разогретое масло в виде шариков. Обжарить до золотистого цвета и вынуть шумовкой на подогретое блюдо. Посыпать тертым сыром или брынзой и подать с яичницей-глазуньей и зеленым салатом.

Картофель, жаренный с яйцом и молоком

500 г картофеля

150 мл молока

60—80 г сливочного масла

1 яйцо

Соль по вкусу

Очищенный картофель нарезать в сыром виде тоненькими кружочками, посолить и уложить в смазанную форму. Яйцо взбить с молоком и вылить на картофель. Сверху положить несколько кусочков сливочного масла. Картофель поставить в горячую духовку на 30—40 минут.

Картофельное пюре по-деревенски

6 клубней картофеля
3 ст. ложки растительного масла
2 луковицы
1 огурец
Зелень, соль по вкусу

Очищенный картофель отварить, растолочь в миске, добавить растительное (подсолнечное) масло и мелко нарезанный лук, перемешать.

Перед подачей на стол украсить дольками соленого (или свежего) огурца и веточками укропа.

Котлеты из картофеля и творога

500 мл воды
1 луковица
6 клубней картофеля
150–200 г творога
3 ст. ложки масла
Соль, укроп по вкусу

Сварить очищенный картофель в подсоленной воде, протереть с творогом. Поджарить в масле мелко порубленную луковицу, добавить укроп, соль, выложить с картофелем на доску и разделить на котлеты.

Картофельные пампушки

1,5 л воды
12 клубней картофеля
50 г сметаны

1 яйцо

4—5 ст. ложек муки

2 ст. ложки топленого или растительного масла

Соль по вкусу

Картофель отварить в кожуре, охладить и очистить. Пропустить через мясорубку, затем добавить соль, яйцо, муку и вымесить до однородной консистенции. Подготовленную массу раскатать до толщины 2 см, нарезать ромбиками и обжарить.

Готовые пампушки полить маслом или сметаной.

Картофельные котлеты

1 л воды

2 яйца

1 луковица

4 ст. ложки сметаны

8—10 клубней картофеля

3—4 ст. ложки сливочного масла

2 ст. ложки муки или панировочных сухарей

Соль и зелень по вкусу

Картофель очистить, вымыть и отварить. Отвар слить, картофель обсушить и протереть в горячем виде. В слегка охлажденное картофельное пюре добавить яйца, обжаренный лук, хорошо размешать и разделить на котлеты. Котлеты запанировать в муке или сухарях и обжарить с обеих сторон до образования золотистой корочки.

При подаче картофельные котлеты полить маслом или сметаной, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Картофель, запеченный в омлетной массе

5 яиц

2 луковицы

500 мл воды

1/2 стакана молока

6 клубней картофеля

4 ст. ложки сливочного масла

Зелень

Соль по вкусу

Отварить картофель, но не до полной готовности. Затем нарезать кружочками репчатый лук, перемешать с картофелем, посолить по вкусу.

Приготовить омлетную массу, взбив яйца с молоком, залить ею картофель и выпекать в духовке. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Картофель, запеченный с яйцом и помидорами

6 яиц

5—6 помидоров

8 клубней картофеля

1 ст. ложка маргарина

Лук репчатый или зеленый

Соль по вкусу

Картофель очистить, нарезать ломтиками и обжарить. Помидоры также нарезать ломтиками и

обжарить на сковороде. Зеленый или репчатый лук нашинковать и пассеровать.

На сковородку, смазанную жиром, уложить по краям картофель, а в середину — жареные помидоры, посыпать все пассерованным луком, залить взбитыми яйцами и запечь.

Подать на сковородке, посыпав зеленью.

Картофельные биточки

3 яйца

1 кг картофеля

250 г ветчины или колбасы

5 ст. ложек растительного масла

Зелень, чеснок и соль по вкусу

Натереть на крупной терке картофель, добавить взбитые яйца, мелко порубленную зелень и чеснок, посолить по вкусу и все хорошенько перемешать. Добавить ветчину или нарезанную тонкой соломкой колбасу. Если смесь получится слишком водянистой (это зависит от сорта картофеля), то лишний сок следует слить.

Выкладывать ложкой на предварительно разогретую сковородку с растительным маслом.

Картофельные кныши

450 г картофеля

400 мл воды

4 яйца

130 г брынзы

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

120 г сметаны
2 ст. ложки муки
Щепотка соды
Соль и укроп по вкусу

Картофель отварить, обсушить, пропустить через мясорубку. Когда он остынет, добавить сырые яйца, муку, соль, соду и хорошо вымесить. Картофельную массу выложить на смазанный противень, сверху положить слой брынзы, смешанной с зеленью укропа. Поверхность разровнять и запечь в духовке.

Когда кныш остынет, нарезать его кубиками и сложить в сотейник, залить сметаной и тушить до готовности.

Картофельные кораблики

С одной стороны предварительно очищенной картофелины сделать углубление по всей длине. Положить в углубление по ломтику сыра, ветчины и помидора. Посыпать солью и перцем. Запекать в духовке в фольге или на противне, смазанном топленым маслом, 30—40 минут.

Картофельные котлеты с брынзой

1 кг картофеля
1 л воды
200 г брынзы
100 г муки

ВТОРЫЕ БЛЮДА

- 2 луковицы
- 50 г подсолнечного масла
- 1 ст. ложка укропа
- 1 ст. ложка петрушки
- 1 ч. ложка соли
- 2 зубчика чеснока

Картофель отварить и сделать пюре. Остудить. На терке натереть в пюре сыр и чеснок. Мелко нарезать лук и обжарить в масле. Добавить в пюре лук и зелень. Все перемешать и добавить муку.

Замесить однородную массу и посолить, затем разделить на котлеты и обжарить на раскаленной сковороде в подсолнечном масле.

Картофельные котлеты с рисом и брынзой

- 400 мл воды
- 300 г картофеля
- 80 г брынзы
- 3 яйца
- 40 г петрушки
- 30 г муки
- 30 г риса
- 2 ст. ложки жира
- Молотые сухари
- Сок $\frac{1}{2}$ лимона
- Соль по вкусу

Сырой картофель вымыть, отварить в мундире (лучше на пару), остудить и в холодном виде нате-

реть на терке. Рис отварить до неполной готовности, смешать с картофелем. Добавить натертую брынзу, сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца, можно также добавить мелко нарезанную зелень петрушки, немного сока лимона. Из полученной массы сформировать котлеты, обвалить в муке, окунуть во взбитое яйцо, запанировать в молотых сухарях. Уложить на сковороду с небольшим количеством жира и обжарить с обеих сторон.

Печеный картофель с творогом

250 г творога

6 клубней картофеля

3 ст. ложки сметаны

Черный молотый перец

Лавровый лист, зелень по вкусу

Испечь картофель в духовке до готовности (1 час), завернув его в фольгу. Растереть творог вместе с зеленью и перцем. Сделать в картофелинах углубления и положить в них творожную смесь. Затем снова поставить картофель в духовке на несколько минут.

Картофель подавать горячим, со сметаной, украсив лавровыми листиками.

Печеный картофель, фаршированный сыром

3 яйца

100 г сыра

10 клубней картофеля

1 стакан сметаны
150 г сливочного масла
Соль, перец по вкусу

Картофель хорошо вымыть холодной водой, натереть солью, положить на сковороду и испечь в духовке до готовности. У готового горячего картофеля срезать верхушки, вынуть весь мякиш, протереть через дуршлаг, смешать с маслом, сыром, желтками и сметаной. Посолить, поперчить по вкусу и этой массой нафаршировать пустые клубни картофеля, посыпать тертым сыром и запечь в духовке.

Картофельные крестики

500 г картофеля
100 г сливочного масла
Соль по вкусу

Это блюдо получится очень красивым, если выбрать для него не круглые, а овальные плоские картофелины. Картофель помыть, не снимая кожуры. Каждую картофелину разрезать вдоль пополам и на плоской стороне сделать крестообразный надрез средней глубины. Хорошенько посолить, а в каждый надрез положить кусочек сливочного масла. Уложить рядами на противень

и выпекать в духовке, пока картофелины не приобретут золотистый цвет.

Подавать к столу в горячем виде. Время приготовления около 35 минут.

Картофельные крокеты

250 г картофеля

50 г муки

1 яйцо

250 г жира

20 г маргарина

Соль по вкусу

Очищенный картофель отварить, растолочь, заправить яйцом и растопленным маргарином. Сформировать крокеты в виде шариков, запанировать в муке, смочить в яйцах и вторично запанировать в муке. Жарить во фритюре в течение 6–10 минут.

Картофельный галетон

1 кг картофельного пюре

500 г бекона

250 г сыра «Чеддер»

2 помидора

1 луковица

Соль и перец по вкусу

Приготовить картофельное пюре. Выложить пюре на противень, покрытый фольгой или бу-

магой для запекания, в форме лепешки толщиной 4—5 см. Слегка обжарить на сковороде лук, предварительно мелко его нашинковав. Нарезать достаточно крупно бекон и помидоры. Выложить на картофельную лепешку лук, бекон, помидоры. Сверху посыпать тертым сыром.

Выпекать в духовке около 20—25 минут до образования золотистой корочки.

Картошка в молоке

3—4 клубня картофеля

300 мл молока

1 яйцо

Соль и перец по вкусу

Очистить картошку и нарезать ее кружочками, посолить, поперчить и выложить в сковородку. Молоко и яйцо взбить, немного посолить и залить этой массой картошку.

Готовить в духовке 15—20 минут, пока картофель не зарумянится.

Картофель, жаренный во фритюре

800 г картофеля

7 ст. ложек жира

Зелень, соль по вкусу

Картофель вымыть, очистить, обсушить в салфетке, нарезать ломтиками, переложить на сковоро-

роду с кипящим жиром и жарить на сильном огне, помешивая, до образования румяной корочки, затем посолить.

Готовый картофель посыпать рубленым укропом или зеленью петрушки.

Котлеты картофельные с творогом

600 г картофеля

300 г творога

1 стакан сметаны

1 яйцо

4 ст. ложки панировочных сухарей

3 ст. ложки муки

3 ст. ложки сливочного масла

Соль по вкусу

Отваренный картофель размять, соединить с протертым творогом, яйцом, маслом и мукой, посолить, перемешать, сделать котлеты, обвалить их в панировочных сухарях и поджарить.

Готовые котлеты полить сметаной, подавать горячими.

Зразы картофельные с яйцами

800 г картофеля

100 г сметаны

1 яйцо

5 ст. ложек панировочных сухарей

ВТОРЫЕ БЛЮДА

4 ст. ложек растительного масла

Соль по вкусу

Для фарша:

3 яйца

1 луковица

1 ст. ложка растительного масла

Отваренный картофель размять, добавить яйцо, перемешать. Из этой массы сделать лепешки, на середину каждой из них положить фарш, защипать края, обвалять в панировочных сухарях и поджарить.

Приготовление фарша: нарезать сваренные вкрутую яйца и соединить их с поджаренным луком.

Готовые зразы полить сметаной.

Котлеты картофельные по-киевски

3 яйца

800 г картофеля

1 стакан молока

100 г грибного соуса

6 ст. ложек панировочных сухарей

4 ст. ложки картофельного крахмала

3 ст. ложки жира

3 ст. ложки муки

20 г сушеных грибов

Соль по вкусу

Отваренный картофель размять, соединить с крахмалом, яйцами, солью. Муку слегка поджарить, развести кипяченым молоком, чтобы получился густой соус, поварить и смешать его с нарезанными вареными грибами. Картофель разделить на лепешки, начинить их грибами, защипать края, обвалить в муке, яйце, панировочных сухарях и поджарить.

Подать котлеты с грибным соусом.

Картофель отварной в соусе из сметаны с горчицей

800 г картофеля

1 стакан сметаны

1 луковица

1 ст. ложка горчицы

Соль по вкусу

Очищенный картофель сварить в подсоленной воде, нарезать кубиками. Сметану и столовую горчицу растереть, добавить нарезанный лук и полить этим соусом картофель.

Вареники с картофелем

Для теста:

1 стакан муки

1/4 стакана воды

1 яйцо

Соль по вкусу

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Для фарша:

300 г картофеля

2 луковицы

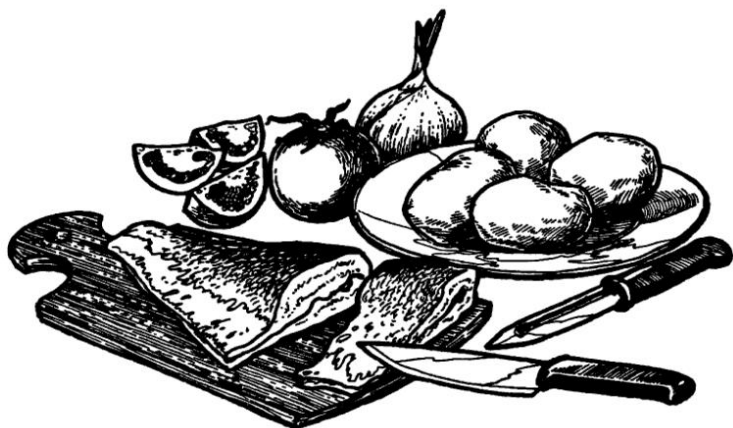
2 ст. ложки масла

Для заправки:

2 ст. ложки сливочного масла или 5 ст. ложек сметаны

Из муки, яйца и теплой воды замесить крутое тесто и оставить его на 30 минут. Сделать фарш, для чего отваренный очищенный картофель размять горячим и смешать с поджаренным луком. Тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать тонким стаканом лепешки, положить на них фарш и защипать края, сделав вареники. Опустить их в кипящую подсоленную воду. Готовые вареники всплывают на поверхность воды.

При подаче на стол вареники полить маслом или сметаной.



ЧАСТЬ 5

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И КАРТОФЕЛЯ

Блюда из рыбы очень питательны, легко усваиваются организмом. Они обогащают наш рацион белками, минеральными веществами и микроэлементами, необходимыми для нормального обмена веществ.

Рецепты, предлагаемые в этой главе блюд рассчитаны на 3—4 порции.

Филе окуня с картофельным салатом

Для салата:

150 г шавеля

2 луковицы

750 г картофеля

250 мл овощного бульона

250 г мелких помидоров

1 пучок зеленого лука с луковицами

4 ст. ложки белого винного уксуса

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И КАРТОФЕЛЯ

3 ст. ложки масла из тыквенных семечек

3 ст. ложки растительного масла

30 г тыквенных семечек

Молотый белый перец

Соль по вкусу

Для рыбного филе:

2 яйца

150 г муки

700 г филе окуня

50 г сливочного масла

200 г панировочных сухарей

1–2 лимона для украшения

4 ст. ложки растительного масла

3 ст. ложки лимонного сока

Молотый черный перец

Соль по вкусу

Картофель вымыть и варить в подсоленной воде 18 минут, затем очистить и нарезать кружочками. Зеленый лук с луковичками очистить, белую и светло-зеленую часть нарезать кружочками. Смешать с картофелем. Репчатый лук очистить и мелко нарезать.

Бульон довести до кипения с уксусом, тыквенным, растительным маслом и репчатым луком. Варить 2 минуты, затем вылить на картофель, посолить, поперчить и перемешать. Накрыть крышкой и оставить на 30 минут.

Тем временем тыквенные семечки обжарить на сковороде без жира при постоянном помешивании.

Каждый помидор разрезать на четыре части, удалить семена и нарезать ромбами. Щавель вымыть, промокнуть салфеткой и нарезать. Семечки, помидоры и щавель осторожно смешать с салатом.

Рыбное филе нарезать порционными кусочками, с обеих сторон посолить, поперчить и сбрызнуть лимонным соком. В три глубокие тарелки выложить муку, слегка взбитые яйца и панировочные сухари. Куски рыбы обвалить в муке, затем обмакнуть в яйца и обвалить в сухарях.

Сливочное и растительное масло разогреть в большой сковороде и обжарить филе на среднем огне с обеих сторон.

Подать с картофельным салатом и кусочками лимона.

Жареная рыба с картофелем и шпинатом

225 г картофеля

100 г репчатого лука

50 мл жирных сливок

40 г сливочного масла

1 пучок лука-резанца

1 зубчик чеснока

Тертый мускатный орех

Соль и перец по вкусу

500 г листьев шпината

350 мл куриного бульона

7 ст. ложек растительного масла

100 г зеленого лука с луковичками

6 пучков кресс-салата (около 1 кг)

1–2 ст. ложки белого винного уксуса

8 шт. рыбного филе (с кожей, без костей, по 150 г)

Репчатый лук и чеснок очистить и нарезать тонкими кружочками. Картофель вымыть и очистить, часть его (150 г) нарезать очень мелкими кубиками и залить водой. Остальной картофель нарезать тонкими кружочками.

Кружочки картофеля, репчатый лук и чеснок обжарить в 3 ст. ложках растительного масла, влить куриный бульон, посолить, поперчить и варить 10–12 минут на слабом огне.

Тем временем кресс-салат и шпинат очистить и вымыть. Бланшировать в течение 2 минут в кипящей подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг, промокнуть салфеткой и крупно нарезать.

Из отваренного с луком картофеля сделать с помощью миксера со специальной насадкой пюре и протереть его через сито. Затем добавить в пюре оставшийся картофель и варить его при постоянном помешивании в течение 5 минут. Снять с огня, добавить уксус, можно посолить и поперчить.

Зеленый лук с луковичками очистить, белую и светло-зеленую часть нарезать тонкими колечками. Слегка обжарить в сливочном масле, добавить кресс-салат со шпинатом, соль, перец и тертый мускатный орех. Из массы сделать с помощью миксера пюре.

Рыбное филе посолить и поперчить. Жарить в оставшемся растительном масле кожей вниз в течение 6–7 минут.

Лук-резанец мелко нарезать, сливки взбить. Пюре из кресс-салата со шпинатом слегка разогреть и смешать со сливками. Выложить на тарелки, сверху положить рыбу и овощи.

Картофель, фаршированный сельдью

12 клубней картофеля
1 л воды
2—3 ст. ложки сметаны
2 ст. ложки топленого масла
Соль по вкусу

Для фарша:

1 сельдь
1 луковица
1 яйцо
1 ст. ложка сметаны
Соль и перец по вкусу

Крупные, по возможности одинакового размера, картофелины отварить в кожуре до полуготовности, очистить, срезать верхушку, вынуть сердцевину, которую вместе с филе сельди пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанный лук, перец, сырое яйцо, немного сметаны, все перемешать, взбить. Полученным фаршем наполнить картофелины и положить их в глубокий противень, смазанный жиром, залить сметаной, запечь в духовке.

Подавать картофель горячим с салатом из свежих овощей.

Рыба по-монастырски

500 г рыбного филе
6 клубней картофеля
3 луковицы
3 сваренных вкрутую яйца
100 г майонеза

50 г сыра

2 ст. ложки растительного масла

Соль, специи по вкусу

Отдельно пожарить до полуготовности рыбу, картофель и лук, немного посолить. В глубокую сковороду слоями сложить: лук, рыбу, картофель, порезанные яйца и специи. Можно добавить вареные грибы. Все поперчить, залить майонезом, посыпать тертым сыром и запекать в духовке 25 минут.

Рыба по-казачьи

500 г филе любой рыбы (треска, хек, зубатка и т. д.)

3 клубня картофеля

2 луковицы

100 г майонеза

1 долька чеснока

Перец, соль по вкусу

Филе рыбы выложить на дно блюда для запекания в духовке, посолить, поперчить. Сверху кольцами нарезать лук, поверх лука уложить порезанный кружочками картофель. Все это посолить по вкусу. В майонез можно добавить дольку раздавленного чеснока. Сверху залить блюдо майонезом и запекать в духовке до появления коричневой корочки.

Рыба по-старорусски в горшочке

100 г судака

100 г картофеля

100 г сыра

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

100 г сметаны
40 г лука
30 мл бульона
20 г сливочного масла

Для маринада:

30 мл воды
0,2 г лимонной кислоты
Соль, перец по вкусу

Рыбу разделить на филе с кожей без костей. Мариновать 15–20 минут. В горшочек положить масло, влить бульон, положить рыбу (по 4 кусочка на порцию), затем слой сырого картофеля кружочками, затем слой пассерованного лука.

Положить еще по одному слою рыбы, картофеля и лука в той же последовательности. Поставить в духовку на 15 минут. Добавить сметану, тертый сыр и запечь до готовности.

Угорь, запеченный с картофелем

800 г угря
1 кг картофельного пюре
4 помидора
1 стакан томатного соуса
3 ст. ложки топленого масла
Соль, зелень укропа по вкусу

У молодых угрей хорошо соскоблить слизь с поверхности кожи, промыть, удалить внутренности, отрубить головы и снова промыть. Нарезать по 2 куса на порцию, смазать снаружи и изнутри

сливочным маслом, посолить, уложить на сковороду и запечь в разогретой духовке, периодически переворачивая и поливая маслом.

На гарнир подать, приготовленное по любому из предлагаемых рецептов картофельное пюре, полить рыбу томатным соусом, украсить помидорами, посыпать мелко рубленой зеленью укропа.

Рыбная «мелочь», тушенная с копченым шпиком и картофелем

100 г мелкой рыбы

5—6 клубней картофеля

150 г копченого шпика или корейки

3 луковицы

100 г сметаны

2 ст. ложки горячей воды

1 лавровый лист

Жир для смазывания сотейника

Соль, перец по вкусу

Подготовленную рыбу выпотрошить, убрать головы, тщательно промыть. Посыпать солью и перцем.

Смазать жиром сотейник. Выложить на его дно нарезанный ломтиками сырой картофель, посолить, сверху положить слой рыбы, добавить специи. Сверху положить измельченный репчатый лук, влить сметану и присыпать копченым шпиком или копченой корейкой, нарезанными мелкими кубиками.

Положить в той же последовательности второй слой продуктов. Добавить несколько столовых ложек горячей воды. Поставить в не слишком горя-

чую духовку. Тушить до тех пор, пока косточки рыбы не станут мягкими.

На гарнир подать отварной картофель.

Для приготовления этого блюда можно использовать одновременно рыбу разных видов.

Окунь тушеный с салом и картофелем

8–10 мелких окуней

6 клубней картофеля

150 г шпика

1 стакан сметаны

3 луковицы

2 ст. ложки сливочного масла

2 ст. ложки зелени укропа

2–3 лавровых листа

Соль, перец по вкусу

Рыбу очистить от чешуи, удалить жабры и внутренности, оставив головки, хорошо промыть в холодной воде. Дно сотейника смазать маслом, положить слой сырого картофеля, нарезанного кружочками, на него — слой окуней, смазать сметаной, посыпать пассированным луком, солью, перцем, рубленой зеленью, положить лавровые листья, посыпать кусочками шпика. Оставшиеся продукты уложить в том же порядке. Все залить сметаной и тушить в духовке до готовности (30–35 минут).

Подать окуней с картофелем, полить соусом, в котором они тушились, посыпать рубленой зеленью укропа.

Рыба, запеченная с картофельным пюре

600—800 г рыбы
8—10 клубней картофеля
2 стакана молока
1 луковица
2 ст. ложки сливочного масла
1 ст. ложка тертого сыра
1 ст. ложка муки
Соль, сахар по вкусу

Для отвара:

$\frac{1}{2}$ моркови
 $\frac{1}{2}$ корня петрушки
 $\frac{1}{2}$ луковицы
3—4 горошины перца
1 лавровый лист

Приготовить картофельное пюре, заправить его солью и маслом.

Порционные куски рыбы отварить в пряном отваре.

Поджарить муку на масле, развести горячим молоком, поставить на огонь и проварить в течение 5—7 минут. Снять с огня, заправить солью, сахаром и слегка обжаренным измельченным репчатым луком.

В хорошо смазанный сливочным маслом сотейник выложить картофельное пюре, сверху разместить отварную рыбу. Залить соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Подать в посуде, в которой рыба запекалась. Посыпать измельченной зеленью.

Так можно приготовить пикшу, зубатку, палтуса, морского окуня.



ЧАСТЬ 6

БЛЮДА ИЗ МЯСА И КАРТОФЕЛЯ

Пищевая ценность блюд, приготовленных из мяса, определяется, прежде всего тем, что оно является носителем полноценного животного белка и жира.

Рецепты, предлагаемых в этой главе блюд рассчитаны на 3—4 порции.

Праздничный шашлык из картофеля

3 клубня картофеля

3 ломтика свинины

$\frac{1}{2}$ стакана сметаны

1 помидор

1 луковица

$\frac{1}{2}$ ч. ложки сливочного масла

Зелень укропа и петрушки

Паприка, соль, красный перец по вкусу

Свинину (тонкие кусочки 5Х5 см) отбить, обжарить с паприкой на растительном масле, посолить. Если есть готовая копченая грудинка — натереть ее специями, можно брать просто кусочки свиного сала или куриных окорочков. Картофель нарезать кружочками и надеть на шампур, чередуя его с мясом, помидорами или обжаренным луком так, чтобы в начале и конце шампура оставались половинки картофеля.

Шашлык положить на прямоугольный кусочек фольги подходящего размера, посолить, поперчить, положить на фольгу половину чайной ложки сливочного масла, посыпать шашлык зеленью и чуть-чуть смазать сметаной. Фольгу плотно обернуть вокруг шампура и на концах закрутить. Жарить на решетке в духовке, при температуре 200—250 °С в течение 25—35 минут. Подавать в фольге.

Цеппелины по-деревенски.

1,2 кг картофеля

1 ч. ложки соли

Для фарша:

120 г творога

2 луковицы

80 г сырокопченой грудинки

1 ч. ложка свиного жира

Килограмм сырого очищенного картофеля натереть на терке с мелкими отверстиями, отжать сок.

Оставшиеся 200 г картофеля отварить в кожуре, очистить и протереть. Добавив соль, все перемешать. Сформировать лепешки, на середину каждой положить фарш из протертого творога с добавлением вареной грудинки, нарезанной мелкими кубиками, и пассерованного в свином жире лука. Края лепешек соединить, придавая лепешкам форму утолщенной сигары. Положить в кипящую соленую воду и варить 20–25 минут.

При подаче полить сметаной.

Картофель, тушеный с курицей в молоке

1 кг картофеля

1 курица

500 мл воды

500 мл молока

2–3 луковицы

Соль, перец по вкусу

В утятницу положить слоями: картофель — порезанный кубиками или брусочками, сырую курицу — порезанную на небольшие куски, лук — нарезанный полукольцами. Каждый слой посолить и поперчить. Все это залить водой и молоком так, чтобы на 2 см не доходило до края верхнего слоя картофеля. Поставить в духовку на 1,5–2 часа на самый медленный огонь.

Картофель, фаршированный креветками

7–8 клубней картофеля

250 г креветок

250 г грибов
2 ст. ложки муки
Соль по вкусу

Для соуса:

200 г сливочного масла
2 яичных желтка
1 ч. ложка лимонного сока

Шейки креветок слегка отварить в небольшом количестве масла, отдельно обжарить нарезанные дольками свежие или консервированные грибы.

Одинаковые по размеру картофелины тщательно вымыть и запечь в духовке, охладить их, срезать верхушки и осторожно вынуть сердцевину.

Подготовленные креветки и грибы смешать с соусом, полученной массой наполнить картофелины и запечь их в духовке до образования румяной корочки. Подавать на стол горячими.

Приготовление соуса: сырые яичные желтки влить в посуду с толстым дном, добавить воду, нарезанное мелкими кусочками сливочное масло и варить, непрерывно помешивая, до образования однородной массы. Потом влить лимонный сок, готовый соус процедить.

Бефстроганов с картофелем «пайль»

800 г мяса (филейная часть)
4 ст. ложки топленого масла
1 луковица
1 ст. ложка муки
Соль и перец по вкусу

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Для соуса:

- 2 стакана бульона
- 2 ст. ложки сметаны
- 1 ст. ложка муки
- 1 ст. ложка томатной пасты
- 1 ст. ложка масла
- 1 ч. ложка готовой горчицы

Для гарнира:

- 5 клубней картофеля
- 2 стакана жира
- Соль по вкусу

Мясо нарезать тонкими кусочками длиной 2—3 см, посыпать перцем, солью и мукой. Лук мелко нарезать и обжарить в масле. Когда лук зарумянится, положить туда же нарезанное мясо. Быстро обжарить на сильном огне (сок должен сгуститься и перейти в мясо, отчего оно станет блестящим). Готовое мясо положить в соус, закрыть кастрюлю крышкой и поставить на 15—20 минут на пар, чтобы мясо хорошо пропиталось соусом.

Подавать бефстроганов в металлической чашке. Отдельно подать жареный картофель «пайль».

Приготовление соуса: муку хорошо растереть с маслом, размешать с бульоном, вливая его постепенно, вскипятить, добавить горчицу, томатную пасту, сметану.

Приготовление картофеля «пайль» : картофель очистить, вымыть, нарезать мелкими брусочками, еще раз вымыть и обсушить полотенцем. Раскалить в кастрюльке жир и опускать в нее частями обсу-

шенный картофель. Как только он зарумянится, сейчас же вынуть шумовкой и слегка посолить, а в жир положить другую его часть, и так обжарить весь картофель.

Перед подачей картофель подогреть, сбрызнув слегка разогретым сливочным маслом.

Баранина, тушенная с картофелем и луком

600 г мяса

10 клубней картофеля

1/2 стакана мясного бульона

2 луковицы

2 соленых огурца

1 ст. ложка топленого масла или маргарина

4 ложки растительного масла

1 ст. ложка томат-пюре

1 лавровый лист

Соль, перец, зелень по вкусу

Баранину нарезать кусочками по 25—30 г вместе с костями, посолить, поперчить и положить на горячую сковороду с растопленным маслом и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки.

Картофель нарезать крупными кубиками и обжарить в растительном масле. Лук нашинковать, обжарить. К нему добавить томат-пюре и продолжать обжаривать, затем добавить бульон и довести до кипения.

Подготовленное мясо положить в кастрюлю, сверху положить картофель, залить соусом, закрыть крышкой и все тушить до готовности в духовке. В конце тушения добавить специи.

Подавать с солеными огурцами. Перед подачей посыпать зеленью.

Жаркое в горшочке

1 кг картофеля

500 г любого мяса

500 мл мясного бульона

3 луковицы

Грибы, овощи (любые)

1–2 ст. ложки сметаны на каждый горшочек

Зелень и соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить, посолить, поперчить по вкусу. Картофель нарезать кубиками, слегка обжарить. Грибы и овощи слегка обжарить с луком. Уложить все это по порядку в горшочки – сначала мясо, затем картофель, овощи с грибами и луком. Залить бульоном. Добавить, если требуется соль и специи. Поставить в горячую духовку на полчаса. Затем в каждый горшочек положить по 1–2 ст. ложки сметаны, потопить в духовке еще 5 минут.

Перед подачей посыпать зеленью.

Кролик жареный с картофелем

1 кролик

8 клубней картофеля

1/2 стакана воды

1 морковь

1 луковица

3 ст. ложки маргарина

Соль, перец по вкусу

Кролика разрубить на части, посолить, поперчить и обжарить на сковороде до образования румяной корочки. Затем подлить в сковороду половину стакана воды, закрыть крышкой и тушить в духовке 20–30 минут.

Для придания аромата и вкуса, морковь и лук мелко нарезать и обжарить вместе с кусками кролика. Полученный при жарке сок процедить, залить им мясо и кипятить 8–10 минут.

На гарнир подать жареный картофель или картофельное пюре.

Картофель, шпигованный салом

8 клубней картофеля
120 г шпика
4 ст. ложки маргарина
Соль, зелень по вкусу

Выбрать клубни картофеля правильной формы и среднего размера, очистить, промыть. Сделать в картофелинах ножом углубления, вставить в них брусочки шпика и обжарить на сковороде. Солят картофель после образования румяной корочки.

Обжаренные клубни довести до готовности в духовке и подать на широком блюде, посыпав рубленой зеленью.

Калдуны

3 яйца
6–7 клубней картофеля
200 г мясного фарша

150 мл подсолнечного масла

Соль и перец по вкусу

Картофель натереть на терке, добавить яйца, соль, черный молотый перец. Из полученной массы слепить небольшие лепешки. Фарш выкладывать чайной ложкой на середину лепешки, сверху накрывать другой лепешкой. Сложить сырые калдуны в чугунок с разогретым подсолнечным маслом и тушить до готовности.

На стол подавать в горячем виде.

Праздничная фаршированная картошка

1 л воды или мясного бульона

500 г мясного фарша

1 стакан сметаны

2 ст. ложки маргарина

3 крупные картофелины на каждую порцию

Грибы, лук, яйцо — по желанию

Соль, перец, зелень по вкусу

Крупные овальные картофелины разрезать пополам и аккуратно, тонким ножом, вырезать серединку. Смешать мясной фарш с картофельной массой, полученной при удалении серединок клубней, добавить яйцо, соль, перец, (можно добавить грибы, обжаренный лук, морковь, шпик и т. п.). Полученным фаршем начинить половинки картофеля и плотно составить их в кастрюлю или чугунную утятницу, чтобы они не переворачивались. Добавить воды или бульона в посуду, но так, чтобы картофелины не были покрыты

сверху водой, и тушить до полуготовности. Блюдо не перемешивать, за 10 минут до готовности залить сметаной или майонезом.

Готовые картофелины посыпать сверху зеленью.

Русское жаркое

2 луковицы

650 г говядины

1 стакан сметаны

100 мл сухого вина

1,5 кг картофеля

1/2 стакана мясного бульона

4 ст. ложки сливочного масла

2 лавровых листа

Зелень петрушки и укропа

Соль и перец по вкусу

Картофель нарезать кубиками и слегка обжарить в масле. Репчатый лук нашинковать кольцами и обжарить в масле до золотистого оттенка. Говядину, нарезанную небольшими кусочками, слегка обжарить в кипящем масле с обеих сторон.

В глиняный горшок, чугунок или кастрюлю положить мясо, затем картофель, сверху лук, посыпать все солью, перцем, положить лавровый лист и добавить бульон.

Поставить жаркое в духовку и тушить 30 минут. За 10 минут до готовности влить в жаркое сухое вино. Готовое блюдо перед подачей к столу залить сметаной и посыпать мелко порубленной зеленью петрушки и укропа.

Картошка по-студенчески

8–10 клубней картофеля
4 сосиски
1 луковица
2 ст. ложки сливочного масла
Зелень петрушки, укропа
Соль, перец по вкусу

Лук положить на сковородку в разогретое масло и жарить до полуготовности. Сосиски разрезать на кусочки, положить в сковороду к луку и жарить, пока лук не будет готов. Сваренную заранее картошку, очистить от кожуры, порезать мелкими кубиками, положить в сковородку, посолить, поперчить и поджарить до золотистого цвета.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Свининка от Маринки

1 кг картофеля
500 г нежирной свинины
1 яйцо
3–4 ст. ложки растительного масла
2–3 ст. ложки муки
Соль, перец по вкусу

Для соуса:

100 г кетчупа
100 г майонеза
Зелень, чеснок по вкусу

Приготовление теста: натереть на мелкой терке картошку, дать ей постоять некоторое время. Слить образовавшуюся жидкость, добавить яйцо, соль и муку, чтобы получилось вязковатая масса (если получится слишком жидкой, добавить еще муки).

Приготовление начинки: свинину (лучше шейку), нарезать нетолстыми кусками (толщиной примерно 1,5 см), поперчить и посолить. Затем намочить руки холодной водой, и сделать из приготовленного картофельного теста лепешку. Положить на нее свинину, закрыть сверху второй лепешкой из теста. Положить на раскаленную сковороду с растительным маслом и обжарить с двух сторон до образования золотистой корочки. После этого убавить огонь, накрыть крышкой и дожарить до готовности. Можно положить в форму и довести до готовности в духовке.

Подавать с соусом из кетчупа, майонеза, чеснока и зелени.

Паштет столичный

1 кг картофеля

1 кг говяжьей печени

3–4 луковицы

100 мл молока

2 яйца

50–70 г сливочного масла

50 г майонеза

50 г тертого сыра

2 ст. ложки растительного масла

1–2 ст. ложки муки или панировочных сухарей

Соль, перец по вкусу

Из картофеля с небольшим количеством молока и двумя яичными желтками приготовить пюре. Печень нарезать на небольшие кусочки и обжарить в растительном масле до готовности, после чего 2–3 раза пропустить через мясорубку. Глубокую сковороду или форму слегка смазать маслом и обсыпать мукой или сухарями. Лук мелко порезать и обжарить в масле, на котором жарилась печень.

В большой миске соединить печень, жареный лук и мягкое сливочное масло, все хорошо взбить до однородной массы. Посолить и поперчить по вкусу. Взбить в крутую пену яичные белки и осторожно соединить их с картофельным пюре. Посолить и поперчить по вкусу и разделить на три части: одну побольше и две поменьше. В подготовленную сковороду положить большую часть пюре и разровнять, далее выложить слоями печень и пюре. Сверху украсить майонезом и тертым сыром. Поставить в духовку и запечь до золотистого цвета.

Окорочка с картофелем в «чудо-печке»

- 2 окорочка
- 8–10 клубней картофеля
- 250 г майонеза
- 2 ст. ложки подсолнечного масла
- 6 зубчиков чеснока
- Соль, перец по вкусу

Приготовить майонезную заправку: в тарелке смешать майонез и давленный чеснок, поперчить. Если масса очень густая можно добавить немного воды.

Дно и стенки «чудо-печи» смазать маслом. Окорочка разрезать на две части каждый, посолить и выложить в «чудо-печь». Очищенный картофель нарезать тонкими кружочками. Выложить картофельные кружочки на окорочка, подсаливая и смазывая майонезной заправкой. Окончательно сверху залить остатками заправки, накрыть крышкой и запекать до готовности около часа. В процессе приготовления «чудо-печь» желательно поставить на плиту и снизу подогревать в течение 30 минут на маленьком огне. Следить, чтобы картофель у стенок не подгорал.

Готовое блюдо должно постоять не менее часа, затем его необходимо снова подогреть. Еще лучше выключить «чудо-печь», не доводя до готовности, через час снова включить и довести блюдо до полной готовности.

Быстрое горячее

400–500 г говядины

6 клубней картофеля

3 луковицы

1/2 пачки маргарина

100 г сыра

1/2 банки майонеза

2 зубчика чеснока

Специи, соль по вкусу

Мясо порезать на кусочки, отбить, посолить, поперчить. Порезать картофель и лук кружочками. Покрошить на противень маргарин. Положить на

маргарин мясо, сверху уложить слой лука, залить майонезом, тонким слоем положить картофель, лук. Посолить, залить майонезом, посыпать тертым сыром. Запекать 40 минут.

Перед подачей посыпать измельченным чесноком.

«Вулкан»

1 кг картофельного пюре

500 г мясного фарша

1 плавленый сырок

100 г майонеза

100 г кетчупа

100 г сливочного масла

1 яйцо

20 мл спирта

Зелень для украшения

Соль по вкусу

Разделить фарш на 2 равные части. Первую часть обжарить до готовности на сливочном масле. Во вторую часть разбить яйцо. Готовый жареный фарш выложить горкой на тарелку, на фарш также горкой — картофельное пюре, а сверху обмазать второй (сырой) частью фарша. На «пик» поставить половину пустой яичной скорлупы и от нее нарисовать полосы кетчупом и майонезом. Сверху посыпать тертым сыром. Поставить в духовку и запекать до готовности верхнего слоя. Вынуть готовое блюдо, налить в скорлупу спирт и поджечь.

Подавать этот шедевр кулинарного искусства нужно с зеленью и при выключенном свете.

Котлеты картофельные с мясом

600 г картофеля
300 г мяса
2 луковицы
5 ст. ложек растительного масла
2 ст. ложки муки
1 яйцо
Грибной соус
Соль по вкусу

Отваренный в кожуре картофель очистить, размять, добавить яйцо, муку. Отваренное мясо пропустить через мясорубку, поджарить с луком, соединить с картофелем и посолить. Из теста сформовать котлеты, обвалить их в муке и обжарить на масле.

Подавать с грибным соусом.

Картофельные фрикадельки с мясом

800 г картофеля
1 стакан сметанного соуса
 $\frac{1}{2}$ стакана муки
2 яйца
Соль по вкусу

Для фарша:

300 г вареного мяса
1 луковица
2 ст. ложки растительного масла
Соль по вкусу

Отваренный картофель размять, посолить, добавить яйца, муку и хорошо перемешать. Полученное тесто разделить на шарики и начинить их фаршем из вареного мяса. Для приготовления фарша вареное мясо пропустить через мясорубку, слегка обжарить на масле, добавить пассерованный лук, соль и размешать. Фрикадельки опустить в кипящую воду, отварить и откинуть на дуршлаг.

Перед подачей фрикадельки полить сметанным или томатным соусом.

Жаркое домашнее

800 г картофеля
400 г говядины
300 мл мясного бульона
3 луковицы
50 г моркови
3 ст. ложки масла
2 ст. ложки томата-пюре
3 дольки чеснока
1 лавровый лист
Зелень, соль по вкусу

Говядину нарезать кусками, обжарить и тушить до полуготовности с томатом-пюре и бульоном. Очищенный картофель нарезать большими кубиками, обжарить, перемешать с поджаренным луком, морковью и уложить тонким слоем в сотейник. На картофель положить слой тушеного мяса, затем снова картофель и т. д., после чего вливают бульон и тушат. Сверху должен быть картофель.

Готовое жаркое заправляют растертым чесноком и посыпают зеленью петрушки.

Картофель, тушеный с копченой грудинкой и черносливом

800 г картофеля

200 г копченой грудинки

100 г чернослива

2 луковицы

1 стакан мясного бульона или воды

3 ст. ложки растительного масла

1 лавровый лист

Перец, соль по вкусу

Сырой очищенный картофель нарезать кубиками. Поджарить нашинкованный лук, нарезать небольшими ломтиками копченую грудинку. Все смешать и положить в кастрюлю. Добавить чернослив (без косточек), залить бульоном или водой, положить лавровый лист, несколько горошин перца, посолить, закрыть крышкой и тушить до готовности.

Гуляш с картофелем и сладким перцем

600 мл мясного бульона

400 г мелкого картофеля

400 г сладкого перца

350 г гуляша из свинины

350 г гуляша из говядины

350 г гуляша из телятины

200 г томатного пюре
200 г сметаны
120 г свиного сала
100 г лука-шалота
1 луковица
50 г копченой грудинки
10 г крахмала
3 зубчика чеснока
Молотый красный перец
Соль по вкусу

Репчатый лук очистить, разрезать вдоль на 8 частей, а затем нарезать тонкой соломкой. Чеснок очистить и выдавить через пресс. Копченую грудинку нарезать полосками. 60 г сала растопить в кастрюле с толстыми стенками и обжарить в нем кусочки грудинки до образования хрустящей корочки. Добавить репчатый лук с чесноком и слегка подрумянить. Посыпать молотым красным перцем и снять с огня.

Мясо посолить и поперчить. В трех сковородах растопить по 20 г сала и обжарить мясо на сильном огне. Можно жарить мясо порциями на одной сковороде. Затем переложить мясо в кастрюлю с луком. Влить мясной бульон, довести до кипения, посолить и поперчить. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне в течение 1 часа 15 минут.

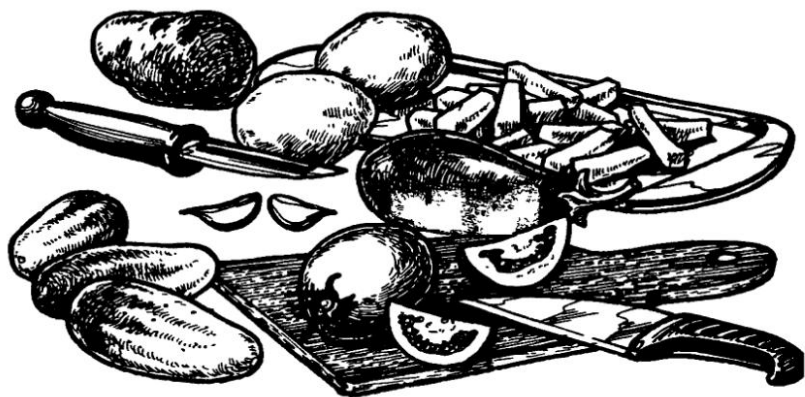
Каждый стручок сладкого перца разрезать на четыре части, удалить сердцевину с семенами и положить кусочки перца кожицей вверх на противень. Поставить в предварительно разогретую духовку на 6—8 минут, чтобы на коже стали образовываться черные пузырьки. Вынуть противень из духовки, накрыть перец влажным полотенцем и оставить на 5 минут. Затем снять с перца кожицу, а мякоть нарезать кусочками размером около 2 см.

Картофель вымыть, очистить и разрезать каждый клубень поперек пополам. Лук-шалот очистить и мелко нарезать. Картофель с луком обжарить в оставшемся свином сале. Добавить томатное пюре, посолить, поперчить и кипятить 5 минут. Влить оставшийся бульон и варить еще 10 минут. При этом через 5 минут добавить кусочки перца.

Когда гуляш будет готов, добавить в него перец с томатом и картофелем. Крахмал развести холодной водой, вылить в кипящий гуляш и варить еще 10 минут.

Подавать к столу со сметаной.





ЧАСТЬ 7

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ДРУГИХ ОВОЩЕЙ

Пищевая ценность овощей обусловлена содержанием в них витаминов и минеральных солей. В овощах имеются все необходимые для питания человека минеральные вещества и множество витаминов.

Рецепты, предлагаемых в этой главе блюд рассчитаны на 3—4 порции.

Рагу из овощей

5 клубней картофеля

2 стакана мясного бульона

300 г капусты

3 моркови

2 репы

2 луковицы

2 помидора или 2 ст. ложки томата-пюре

3 ст. ложки маргарина
1 ст. ложка муки
Соль, перец и зелень по вкусу

Овощи очистить и хорошо вымыть. Морковь, репу, капусту нарезать крупными кубиками, залить бульоном и тушить. Картофель нарезать дольками, лук — полукольцами и обжарить на маргарине. Муку обжарить до светло-коричневого цвета. Добавить нарезанные помидоры или томат-пюре и немного поджарить, затем развести бульоном, хорошо размешать, добавить соль, перец. В тушеные овощи добавить обжаренные картофель, лук, залить все подготовленным соусом из муки, помидоров и бульона и тушить 15–20 минут.

При подаче рагу посыпать зеленью.

Овощное рагу с кервелем

400 г моркови
350 г молодого картофеля
300 мл сухого белого вина
300 г капусты кольраби
200 г мелкого репчатого лука
175 г сливочного масла
150 г свежих или 15 г сушеных сморчков
3 яйца
75 г лука-шалота
50 мл жирных сливок
2 пучка кервеля
1 пучок петрушки

2 веточки эстрагона
Молотый белый перец
Соль по вкусу

Молодую морковь аккуратно очистить, оставив немного ботвы. Сморчки промыть холодной водой и откинуть на дуршлаг. Сушеные сморчки предварительно замочить на 15 минут в горячей воде. Репчатый лук очистить. Молодой картофель вымыть щеткой и, в зависимости от размеров клубней, разрезать на две или четыре части. Кольраби очистить, разрезать горизонтально пополам и нарезать дольками толщиной 1,5 см. Овощи смешать со сморчками, посолить, поперчить и оставить на 10 минут.

Лук-шалот очистить и мелко нарезать. Залить вином, добавить веточку эстрагона и варить, пока не останется 4 столовых ложки жидкости. Затем эстрагон удалить. Добавить 125 г сливочного масла.

В широкой кастрюле растопить оставшееся сливочное масло и обжарить в нем овощи. Добавить 1 пучок кервеля (немного оставить для украшения). Влить 3 ст. ложки воды, накрыть крышкой и тушить на среднем огне в течение 15–20 минут.

В лук-шалот добавить яйца и взбить на горячей водяной бане. Затем, не прекращая взбивания, тонкой струйкой влить растопленное сливочное масло. Посолить, поперчить. Перед подачей смешать со взбитыми сливками и мелко нарезанным кервелем.

Из овощей удалить веточки кервеля. Выложить рагу на тарелки, полить соусом и украсить оставшимся кервелем.

Соте из баклажан

1 кг баклажанов
1 кг картофеля
1 кг помидоров
500 г болгарского перца
3 луковицы
Масло или маргарин для жарки
Зелень и соль по вкусу

Все овощи почистить и порезать, баклажаны обжарить на сливочном масле или маргарине.

После этого уложить слоями картофель (как «соты», один кружочек на другой), баклажаны, помидоры. Сверху посыпать перцем, мелко нарезанным луком, зеленью, потом повторить все слои. Не забывайте солить каждый слой. Поставьте вашу кастрюльку или чугунок на небольшой огонь на 50—60 минут.

Форшмак с картофелем

4—6 клубней картофеля
 $\frac{1}{2}$ свеклы
1 стакан молока
100 г сыра
1 луковица
3—4 корнишона

3 ст. ложки растительного масла

2 ст. ложки сметаны

2 ст. ложки сухарей

Соль по вкусу

Протереть вареный картофель через сито. Нарезанную свеклу потушить с маслом. Затем также протереть 2 ст. ложки толченых сухарей, облить горячим молоком, размешать, посолить, прибавить луковцу, тушеную в масле, мелко нарезанные корнишоны, сметану. Все это смешать с картофелем и свеклой, посыпать сыром. Выложить в смазанную маслом сковороду и запекать в духовке до появления красной корочки.

Паштет картофельный с шампиньонами

500 г картофеля

200 г шампиньонов

3 яйца

1 луковца

100 г сливочного масла

3 ст. ложки сметаны

Сухари

Очистить и протереть холодный, сваренный заранее картофель. Смешать 2 сырых яичных желтка, сметану, протертую и поджаренную луковцу. Добавить картофель и разделить полученную массу на котлеты. Сделать в каждой котлете углубление для фарша.

Приготовление фарша: шампиньоны порубить и поджарить, смешать с мелко нарезанным зажаренным яйцом. Вместо шампиньонов можно взять замоченные с вечера белые сухие грибы. Котлеты залепить, обвалять в сухарях и жарить в сливочном масле.

Подавать к столу с томатным соусом.

Картофель, фаршированный грибами

500 г картофеля

250 г грибов

1 луковица

75 г сливочного масла

Сок $\frac{1}{2}$ лимона

1 ч. ложка муки

Зелень укропа, петрушки

Соль по вкусу

Хорошо вымытые грибы, лук, укроп и петрушку мелко нарезать и поджарить в сливочном масле, на сковороде под крышкой. Постоянно помешивая добавить муку, сметану, соль и лимонный сок.

Картофелины вымыть, очистить от кожуры и разрезать пополам. Вырезать середину и наполнить их приготовленными заранее грибами, уложить в кастрюлю с горячим сливочным маслом, слегка поджарить, после чего добавить немного воды. Тушить, пока картофель не станет мягким.

Картофельно-грибные котлеты

- 500 г картофеля
- 500 г свежих грибов
- $\frac{1}{2}$ стакана муки
- 100 мл растительного масла
- 1 яйцо
- $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли
- $\frac{1}{4}$ ч. ложки перца

Пропустить через мясорубку картофель, образовавшуюся воду слить, добавить свежие мелко нарезанные грибы, всыпать туда же горсть муки, разбить одно яйцо, посолить, поперчить, по вкусу добавить любые специи. Из полученной массы разделить котлеты и обжарить их на среднем огне — чтобы грибы успели провариться, но и не на очень медленном, чтобы картофель не успел развариться.

Овощное рагу под майонезом

- 1 кг картофеля
- $\frac{1}{2}$ тыквы
- 500 г баклажанов
- 200 г сыра
- 3 моркови
- 2 луковицы
- $\frac{1}{2}$ банки майонеза
- 3 ст. ложки растительного масла
- 2–3 ст. ложки консервированного горошка или кукурузы
- 2 головки чеснока
- Соль и перец по вкусу

На раскаленную сковороду с маслом положить порезанные картофель, морковь, тыкву, баклажаны. Когда морковь станет мягкой, а картошка обретет золотистую корочку, положить горошек, кукурузу, лук и чеснок. Все хорошо перемешать, залить майонезом, засыпать сыром и зеленью, подержать под крышкой, пока майонез не запечется и подать к столу.

Пюре из гороха и картофеля

900 г гороха

800 г картофеля

500 мл молока

100 г сливочного масла

Соль по вкусу

Сваренный в воде горячий горох, смешать с горячим отварным картофелем. Смесь пропустить через мясорубку или мельничку. Полученное пюре нагреть до 80–90 °С, развести горячим молоком или отваром гороха, посолить, добавить масло и хорошо перемешать. Готовое пюре должно держаться на тарелке горкой, не расплываясь.

Перед подачей на стол, полить сливочным, топленым или подсолнечным маслом.

Таким же способом можно приготовить фасоль и бобы. Пюре из бобовых с картофелем может быть также использовано в качестве гарнира к вареной ветчине, жареной свинине, баранине, к рубленным мясным и рыбным котлетам и колбасным изделиям.

Рагу из креветок и цукини с картофелем

500 г сметаны

250 г мелкого картофеля

1 кабачок цукини

150 г креветок

120 мл овощного бульона

1 луковица

1 пучок петрушки

1 ст. ложка сливочного масла

1 ч. ложка семян горчицы

1 ч. ложка муки

Соль и черный молотый перец по вкусу

Картофель очистить и отварить в подсоленной воде. **Лук** очистить и мелко нарезать. **Цукини** очистить, нарезать вдоль пополам, с помощью ложки удалить семена и нарезать тонкими кусочками. **Лук**, **цукини** и **семена горчицы** потушить в горячем масле. Влить бульон, закрыть крышкой, варить около 8 минут.

Муку обжарить. В бульон добавить сметану горчицу и разведенную небольшим количеством воды муку. Довести до кипения. **Укроп** нарезать и, вместе с креветками, добавить в бульон. Положить в бульон соль и перец.

Подать вместе с картофелем.

Картофельное пюре со шпинатом

6 клубней картофеля

500 г шпината

500 мл молока
3 ст. ложки сливочного масла
1 ст. ложка соли
1/2 ч. ложки кориандра
Соль и перец по вкусу

Сварить картофель до готовности, обсушить. Из картофеля приготовить пюре, добавить молоко, сливочное масло, черный перец и кориандр. Довести до кипения и кипятить 1 минуту. Добавить отваренный шпинат и перемешать.

Картофельный гуляш

8–10 картофелин
2 стакана бульона или воды
4 соленых огурца
2 свежих помидора
2 луковицы
100 г сметаны
2 ст. ложки топленого сала
2–3 зубчика чеснока
Соль, перец по вкусу

Картофель очистить, вымыть и нарезать большими кубиками, положить в кастрюлю, посолить, добавить пассерованный на свином сале лук. Залить 2 стаканами бульона или воды, тушить под крышкой до полуготовности. Затем прибавить припущенные, нарезанные дольками очищенные от кожицы и семян соленые огурцы и продолжать тушить.

За 10–15 минут до готовности добавить нарезанные свежие помидоры, мелко рубленый чеснок и сметану.

Подать гуляш с зеленью петрушки и укропа.

Картофель в горшочке

- 10 клубней картофеля
- 3 соленых огурца
- 2 моркови
- 2 луковицы
- 2 ст. ложки маргарина для жарки
- 1 ст. ложка томатной пасты
- 1 кубик куриного бульона

Лук порезать полукольцами, морковь натереть на крупной терке. Все обжарить, уложить на дно горшочка. Сверху уложить мелко нарезанные, очищенные огурцы. Наполнить горшочек до верха картофелем. Залить разведенным в кипятке бульоном с томатной пастой. Тушить в духовке на среднем огне 40 минут.

Тыква, жаренная с картофелем

- 600 г тыквы
- 8 клубней картофеля
- 200 г сметаны
- 4 ст. ложки сливочного маргарина
- 3 ст. ложки муки
- Соль, укроп по вкусу

Тыкву очистить, нарезать по 2–3 кусочка на порцию, посолить, запанировать в муке и обжарить. Молодой картофель отварить в подсоленной воде, заправить маслом и мелко рубленным укропом.

Подать на тарелке, положив сначала слой картофеля, а сверху кусочки тыквы, полить сметаной.

Картофель с луком

1,5–2 кг картофеля

500 г лука

150 мл растительного масла

Соль по вкусу

Лук почистить и нарезать кольцами, очищенный картофель порезать ломтиками (не мелко!). На сковороде (лучше с антипригарным покрытием и плотной крышкой) вылить масло, чуть разогреть и положить слоями картофель и лук. Верхним слоем должен быть картофель. Все тушить на медленном огне 30–40 минут. Блюдо в процессе приготовления мешать не надо.

Тушеный картофель

4 клубня картофеля

2 моркови

1 стакан гороха

1 луковица

1/4 корня сельдерея

Зелень петрушки

Соль и перец по вкусу

Картофель почистить и отварить до полуготовности. Добавить нарезанные кубиками морковь и сельдерей. Варить на слабом огне еще 30 минут. Затем добавить горох, мелко нарезанную зелень петрушки и проварить еще 5 минут (консервированный или замороженный горох не нуждаются в предварительном приготовлении, а сушеный горох нужно замочить на ночь в холодной воде, а затем отварить до готовности). Перед подачей к столу посолить и посыпать рубленой зеленью.

Картофель с чесноком

5 клубней картофеля

100 г сливочного масла

100 мл молока

1/2 головки чеснока

1/2 ч. ложки соли

В кастрюле растопить масло, положить туда мелко нарезанный чеснок и слегка, в течение 1 минуты, его поджарить. Туда же высыпать некрупно нарезанный картофель и жарить 5 минут. Посолить и жарить еще 5 минут. После этого влить в кастрюлю молоко, накрыть крышкой и тушить на медленном огне 10 минут.

Картофель «Дипломат»

- 4 клубня картофеля
- 200 г мяса
- 1 луковица
- 100 г сыра
- 100 г грибов
- $\frac{1}{2}$ банки майонеза
- 3 ст. ложки маргарина
- 3 зубчика чеснока
- Соль и перец по вкусу

Картофель нарезать соломкой, а лук — полукольцами. Все это немного обжарить на сильном огне. В два порционных глиняных горшочка сложить — половину обжаренного картофеля, нарезанное небольшими кусочками мясо вперемешку с грибами, все посолить, посыпать небольшим количеством тертого сыра и мелко нарезанного чеснока. Полить майонезом. Сверху положить оставшийся картофель, посолить, поперчить, посыпать оставшимся чесноком, сыром и снова полить майонезом. Закрыть горшочки крышками, поставить в холодную духовку. Включить духовку и на среднем огне запекать 1 час.

Картофель, жареный с грибами

- 300 г картофеля
- 200 г жира
- 150 г грибов
- 50 г лука

10 г сливочного масла

Соль по вкусу

Картофель очистить, нарезать брусочками, кружками, дольками или мелкими кубиками. Жарить картофель с жиром, переворачивая, чтобы он полностью зарумянился. После того как картофель слегка обжарится, посолить. Лук нашинковать, пожарить и перемешать с картофелем, а сверху положить мелко нарезанные жареные грибы.

Перед подачей полить сливочным маслом.

Горячий винегрет

3 клубня картофеля

2 моркови

2 свеклы

2 ст. ложки растительного масла

1 ст. ложка зелени

Соль, перец по вкусу

Сбрызнуть дно кастрюли растительным маслом. Свеклу, морковь нарезать кубиками и положить в кастрюлю, поставить на средний огонь. Добавить нарезанный кубиками картофель и варить еще 10 минут. В конце варки добавить зелень, посолить.

Подавать в горячем виде. По вкусу такой картофель напоминает жареные грибы.

Грибы, тушеные с картофелем

400 г грибов

3 клубня картофеля

150 мл сметанного или томатного соуса

1 луковица

2 ст. ложки сливочного масла

3 лавровых листа

Мускатный орех, укроп

Соль и перец по вкусу

Вареные белые грибы или шампиньоны нарезать ломтиками и обжарить 5–8 минут на сильном огне. Затем уложить в сотейник, залить сметанным или томатным соусом, добавить лавровый лист и перец горошком, тушить 5–8 минут. После этого в грибы положить жареный картофель, пассерованный лук, мускатный орех. Все аккуратно перемешать и тушить при слабом кипении до готовности.

При подаче грибы можно посыпать измельченным укропом.

Голубцы с картофелем

800 г капусты

5 клубней картофеля

250 мл томатного соуса

2 луковицы

1 яйцо

3 ст. ложки сливочного масла или маргарина

Соль по вкусу

Кочан капусты очистить, вырезать кочерыжку и отварить до полуготовности в подсоленной воде. Затем разобрать кочан на листья, слегка отбить черешки.

Для приготовления фарша: протертый отварной картофель смешать с обжаренным на растительном масле, маргарине или жире луком и рубленным яйцом. На подготовленные листья положить фарш и завернуть их в виде конвертов. Голубцы обжарить, сложить в неглубокую кастрюлю, залить томатным соусом (рецепт см. на с. 30) и тушить до готовности. Если нет сметаны, разведите мучную пассировку картофельным отваром и смешайте с томатной пастой.

Картошка с заправкой

10 клубней картофеля

3 помидора

2 луковицы

1 морковь

2 ст. ложки маргарина

1 ст. ложка томатной пасты

3 дольки чеснока

Соль по вкусу

Сварить картофель, выложить на блюдо. Сверху положить нарезанный полукольцами и поджаренный вместе с натертой морковкой лук, добавить нарезанные дольками помидоры или 1 ст. ложку томатной пасты, можно положить чеснок. Потушить эту смесь 20–30 минут на слабом огне.

Картофель, жаренный с луком и грибами

600 г картофеля

600 г свежих грибов

400 г свежих помидоров

2 луковицы

5 ст. ложек растительного масла

Зелень петрушки

Соль и перец по вкусу

Грибы очистить, промыть, отделить шляпки от ножек. Шляпки поджарить, ножки и репчатый лук мелко нарезать и спассеровать. Жареный картофель смешать с грибами и луком, посыпать зеленью укропа.

Подавать со свежими помидорами.

Котлеты капустно-картофельные

700 г свежей капусты

500 г картофеля

400 мл молочного соуса

2 луковицы

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

2 яйца

5 ст. ложек жира

4 ст. ложки панировочных сухарей

Соль и перец по вкусу

Сваренный в коже картофеля очистить и поджарить. Капусту нашинковать и обжарить до готовности без соли. Все смешать и пропустить через мясорубку. В полученную массу добавить яйца, соль, разделить на котлеты, обвалить их в сухарях и обжарить.

Подать с молочным соусом (рецепт см. на с. 31).

Картофель жареный с тыквой

600 г картофеля

400 г тыквы

5 ст. ложек растительного масла

4 ст. ложки сметаны

2 ст. ложки молока

2 ст. ложки муки

Зелень, соль по вкусу

Тыкву очистить от кожуры, удалить семена, нарезать ломтиками, запанировать в муке, обжарить, затем добавить молоко, накрыть крышкой и тушить в духовке до готовности. Сырой картофель поджарить.

На тарелки выложить картофель, сверху тыкву, полить сметаной, посыпать укропом, зеленью петрушки.

Картофель, фаршированный яйцами и грибами

600 г картофеля

100 г пшеничного хлеба

100 мл молока

3 яйца

2 луковицы

5 ст. ложек сметаны

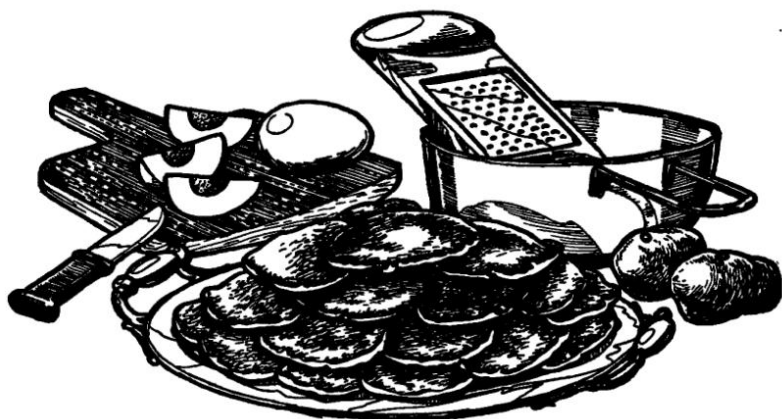
3 ст. ложки растительного масла

30 г сушеных грибов

Зелень, соль по вкусу

Заранее замоченные сушеные грибы промыть и отварить. Картофель в кожуре поварить 5 минут, очистить, вынуть середину. Пшеничный хлеб намочить в молоке и отжать. Хлеб, нарубленные яйца и отваренные грибы пропустить через мясорубку, добавить соль, поджаренный лук, нарезанный укроп и все перемешать. Этим фаршем наполнить картофель, уложить в глубокую сковороду, влить грибной бульон и запечь в духовке. Когда картофель станет мягким, залить его подсоленной сметаной и снова запечь.





ЧАСТЬ 8

БЛИНЫ И ОЛАДЬИ

Всем известно, что блины – украшение любого, даже самого торжественного стола. Не зря же зовут гостей на блины, так же как на пироги и пельмени. А оригинальные блины и оладьи из картофеля вполне заслуживают того, чтобы стать «фирменным блюдом» любой хозяйки.

Предлагаемые рецепты блинов и оладий рассчитаны на 3–4 порции.

Блины картофельные

- 2 клубня картофеля
- 2 стакана муки
- 1 стакан молока
- 2 ст. ложки маргарина
- 20 г дрожжей
- 1 ст. ложка сахара
- Соль по вкусу

Очищенный и вымытый картофель натереть на терке, положить соль, сахар. Дрожжи развести теплым молоком, добавить муку и тертый картофель, вымесить тесто и поставить в теплое место для подъема. Жарить блины на горячей сковороде, смазанной маргарином.

Оладьи из картофеля

6 клубней картофеля
1,5 стакана муки
3 яйца
125 г масла топленого
 $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли

Очищенный и хорошо промытый картофель натереть на мелкой терке. В протертый картофель положить яйца, соль, муку. Все хорошо перемешать и поджарить на масле, как обычные оладьи.

Картофельное печенье

200 г картофеля
1 стакан орехов
 $\frac{1}{2}$ стакана сахара
 $\frac{1}{2}$ стакана сахарной пудры
3 яйца
100 г сливочного масла
Цедра 1 лимона
 $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли

Подогретое масло взбить с солью, сахаром и цедрой лимона. Взбивая, постепенно добавить яйца (по

одному), измельченные и обжаренные орехи, пропущенный через мясорубку картофель. Полученную массу выложить слоем в 2 см в смазанную жиром форму и выпекать при средней температуре около часа. Затем остудить, нарезать на кусочки и посыпать сахарной пудрой.

Картофельные блинчики с фаршем

500 г картофеля

$\frac{1}{2}$ стакана молока

8 ст. ложек муки

2 ст. ложки масла

1 яйцо

$\frac{1}{2}$ чайной ложки сахара

Соль по вкусу

Для фарша:

200 г моркови

100 г риса

1 яйцо

1 ст. ложка сливочного масла

$\frac{1}{2}$ чайной ложки сахара

Соль по вкусу

Сырой картофель натереть на мелкой терке, добавить яйцо, сахар, соль, молоко, муку и все перемешать. Испечь блинчики, на каждый из них положить фарш, завернуть и обжарить.

Для приготовления фарша нарезанную морковь потушить с маслом, солью, сахаром, охладить и соединить с отварным рисом и яйцами.

Оладьи картофельные по-мински

800 г картофеля

4 ст. ложки растительного масла

4 ст. ложки сливочного масла

Соль по вкусу

Для фарша:

400 г свинины

6 долек чеснока

Перец по вкусу

Сырой картофель натереть на мелкой терке, посолить и пожарить оладьи. Положить оладьи в утятницу, смазанную жиром, переложить их свиным фаршем, заправленным растертым с солью чесноком и запечь в горячей духовке.





ЧАСТЬ 9

ПИРОГИ И РУЛЕТЫ

Пироги всегда были и до сих пор остаются наши любимыми лакомствами. А пирожки с картофелем — это же настоящая гордость русской национальной кухни!

Рулет картофельный со щавелем и яйцами по-чувашски

8 клубней картофеля

200 мл молока

140 г муки

100 г сметаны

1 яйцо

Для фарша:

500 г щавеля

2 луковицы

2 яйца
2 ст. ложки сливочного масла
Соль, перец по вкусу

Сырой картофель очистить, натереть на терке или пропустить через мясорубку, добавить соль, яйцо, муку, замесить крутое тесто и раскатать пласт толщиной 2—3 см. На всю поверхность пласта положить фарш.

Рулет с фаршем аккуратно скатать, разрезать на порционные куски весом 150—200 г, сложить на противень, смазанный жиром, полить растопленным сливочным маслом и запечь в духовке. Время от времени рулет следует поливать молоком, чтобы он не пригорел и зарумянился.

Готовый рулет подать с луковым и грибным соусом, со сметаной, сливочным маслом.

Рулет картофельный с овощами

10—12 клубней картофеля
1 стакан молока
3 луковицы
2 яйца
3 ст. ложки растительного масла
Соль, перец по вкусу

Для фарша:

200 г свежей капусты
100 г сливочного масла

1 морковь

1 луковица

1 корень петрушки

Перец, соль, зелень по вкусу

В протертый горячий картофель добавить горячее молоко, сырые яйца, соль, растопленное масло и хорошо перемешать. Подготовленную массу разложить тонким слоем (приблизительно 2 см) на влажную салфетку, на середину поместить фарш. Края лепешки (при помощи салфетки) плотно соединить, придав форму рулета, который переложить швом вниз на противень, смазанный маслом. Верх смазать яйцом или сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, проколоть в нескольких местах вилкой и поставить в горячую духовку на 25—30 минут, чтобы рулет подрумянился.

Готовый рулет разрезать на порции, уложить на блюдо и полить растопленным маслом. К рулету можно подать грибной, сметанный или молочный соус.

Приготовление фарша: овощи нарезать в виде соломки и тушить до готовности. Снять с огня, добавить соль, сырое яйцо и размешать.

Этот же рулет можно фаршировать мясом с луком или яйцами, а также рисом с грибами и луком.

Пирог картофельный с грибами

600 г картофеля

4 яйца

Соль по вкусу

Для фарша:

200 г свежих грибов

2 луковицы

1 ч. ложка муки

2 ст. ложки сливочного масла

1 ч. ложка сметаны

Соль по вкусу

Отваренный картофель размять, смешать с яичными желтками и взбитыми белками.

Две трети картофельной массы положить на глубокую сковороду, смазанную маслом, сверху положить грибной фарш. Из остальной массы картофеля сделать валик и уложить его по краю сковороды на грибы. Валик смазать взбитым яйцом. Запекать в духовке.

Приготовление фарша: очистить, промыть, нарезать и обжарить свежие грибы, добавить поджаренный лук и подсоленную сметану, смешанную с мукой.

Пирожки картофельные

12 клубней картофеля

1 яйцо

1 ст. ложка муки

Соль по вкусу

Картофель отварить и в горячем виде пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, муку, соль и перемешать. Массу разделить на круглые лепешки и начинить их любым фаршем – овощным, грибным, из требухи, из свиного шпика с луком, из яиц с зеленым луком, и т. п. Словом, как говорили наши бабушки: «В хлеб да в пирог все завернешь». Жарить пирожки можно на сковороде в разогретом растительном масле, а можно запечь в духовке.

Сладкие пончики из картофеля

5 клубней картофеля

300 мл растительного масла

300 г муки

1 яйцо

20 г дрожжей

1 ст. ложка сахара

1 ст. ложка молока

Корки 1 апельсина

Ванильный сахар, соль по вкусу

Картофель отварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку. Добавить соль, яйцо, растительное масло, ванильный сахар или размолотые на кофемолке высушенные апельсиновые корки, муку и тщательно размешать. Дрожжи развести в подслащенном молоке, смешать с 1 ст. ложкой муки и оставить для подъема, после чего смешать с приготовленной картофельной массой и мукой. Полученное крутое тесто поставить для подъема на 1 час. На доске, смазанной растительным маслом, раскатать пласт толщиной 1 см, нарезать стаканом кружочки и поджарить их в разогретом растительном масле с обеих сторон. Откинуть на сито.

Подать можно, посыпав ванильным сахаром, сахарным песком или пудрой.





ЧАСТЬ 10

ЗАПЕКАНКИ

Запеканки — любимые блюда многих хозяек. Во-первых, они очень вкусны, а во-вторых, их можно сделать достаточно быстро из того, что в данном случае имеется под рукой.

В этой главе предлагаются рецепты, рассчитанные на приготовление одной запеканки.

Картофельная запеканка

1 кг картофеля

425 мл молока

4 яйца

100 мл сливок

100 г сыра

ЗАПЕКАНКИ

2 ст. ложки размягченного сливочного масла

Соль, перец и зелень по вкусу

Картофель почистить, промыть и нарезать тонкими ломтиками. Просушить бумажным полотенцем. Яичные желтки взболтать и смешать с молоком и сливками. Разогреть духовку до 250 °С. Смазать маслом большую плоскую форму для запекания. Уложить в нее слоями ломтики картофеля. При этом каждый слой солить и перчить. Половину масла хлопьями уложить сверху на картофель и посыпать сыром. Залить яично-молочной смесью и положить сверху хлопья оставшегося масла. Поставить форму в духовку на среднюю планку и запекать примерно 1 час. За 10 минут до конца прикрыть форму алюминиевой фольгой, чтоб запеканка сверху не подгорела.

Перед подачей на стол посыпать запеканку петрушкой.

Картофельная запеканка с мясом

12 клубней картофеля

2 яйца

4 ст. ложки сметаны

2 ст. ложки сливочного масла

Соль по вкусу

Для начинки:

400 г отварной говядины

1 луковица

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

2 ст. ложки свиного жира

Соль, черный молотый перец по вкусу

Картофель очистить, промыть, отварить до готовности, слить воду. Затем обсушить, тщательно растолочь, добавить сырые яйца, масло, сметану, соль, все перемешать и взбить. На сковороду или противень, смазанный маслом, ровным слоем выложить картофельное пюре, затем ровным слоем положить мясной фарш, смешанный с обжаренным луком и приправленный солью и перцем. Поверх фарша с помощью кондитерского мешочка нанести рисунок из картофельного пюре, блюдо поставить в духовку и запечь до золотистого цвета.

Картофельная запеканка с помидорами

600 г картофеля

500 г помидоров

400 г рыбного филе

2 луковицы

$\frac{1}{2}$ стакана сметаны

50 г сыра

2 ст. ложки масла

$\frac{1}{2}$ ч. ложки тимьяна

Соль, черный перец по вкусу

Нарезать картофель, лук и помидоры ломтиками. Хорошо обжарить ломтики филе с каждой стороны в течение 2 минут, вынуть, затем посолить и поперчить. Разогреть духовку до 200 °С. Смазать противень маслом, положить на него слой картофеля, сверху положить филе, полить оставшимся маслом, затем опять положить слоями картофель, помидоры и лук. Посыпать сверху солью, перцем и тимьяном. Смешать яйцо с сыром и залить запеканку. Выпекать в духовке 15 минут.

С запеканкой можно подать любой салат.

Картофельная запеканка с сыром

500 г картофеля

125 г сыра

2 яйца

2 ст. ложки масла или маргарина

Соль по вкусу

Для соуса:

100 мл молока

50 г сливочного масла

2 ст. ложки муки

Соль по вкусу

Картофель отварить в кожуре, очистить, нарезать ломтиками. В огнеупорную форму, в которой запеканка будет подаваться к столу, уложить ряд

картофеля, затем слой нарезанных кусочками крутых яиц и слой крупно натертого сыра. Поверх вылить белый соус.

Запеканку посыпать тертым сыром и выпекать в духовке, пока она не порозовеет.

Приготовление соуса: разогреть немного сливочного масла с мукой, развести чашкой холодного молока и тщательно размешать на огне, пока не загустеет. Добавить немного соли.

Картофельная запеканка со специями

2 л молока

9 клубней картофеля

4 ст. ложки белой муки

3 ст. ложки сливочного масла

1 ч. ложка асафетиды

1 ч. ложке черного перца

1 ч. ложке черного кориандра

1/2 ч. ложки куркумы

Соль по вкусу

Картофель отварить, воду слить. Довести до кипения 1,75 л молока со сливочным маслом, асафетидой, солью, черным перцем, куркумой и кориандром. Смешать муку и холодное молоко в отдельной посуде. Перелить смесь муки и молока в кипящее молоко. Помешивать, пока молоко приобретет консистенцию густых сливок. Выложить половину ломтиков

ЗАПЕКАНКИ

картофеля в глубокий противень и полить половиной молочного соуса. Сверху положить оставшиеся картофельные ломтики и залить оставшимся молочным соусом.

Выпекать, пока запеканка не станет мягкой, а сверху не приобретет коричневую окраску.

Запеканка из сыра и картофеля

1 кг грибов (опят)

3 клубня картофеля

3 помидора

100 г майонеза

100 г плавленого сыра

1 луковица

1 болгарский перец

3 ст. ложки подсолнечного масла

2 ст. ложки маргарина для смазывания противня

2 зубчика чеснока

Соль, перец и зелень по вкусу

Обжарить грибы на подсолнечном масле. Нарезать картофель колечками. Порезать перец, лук, чеснок и помидоры. Натереть сыр на терке. Все подготовленные продукты (кроме сыра) аккуратно выложить на противень, не забыв при этом поперчить и посолить. Залить все майоне-

зом, сверху посыпать сыром. Выпекать в духовке 15–20 минут.

Подавать с зеленью.

Картофельная запеканка с чесноком

500 г картофеля

2 яйца

75 г грибов

75 г брынзы

25 г сливочного масла

2 дольки чеснока

Зелень петрушки, укропа

Соль по вкусу

Дно огнеупорной посуды посыпать мелко нарубленным чесноком, смешанным с небольшим количеством сливочного масла. Выложить ряд нарезанного ломтиками картофеля (сваренного накануне), затем слой натертой брынзы, потом опять картофель, кружочки сваренных вкрутую яиц, вперемешку с кусочками тушеных грибов. Каждый слой посыпать мелко нарубленной петрушкой и укропом.

Сверху выложить картофель, посыпать небольшим количеством брынзы, залить соусом от тушеных грибов и положить несколько кусочков

сливочного масла. Поставить на 30 минут в духовку.

К столу подать в теплом виде, в той же посуде.

Запеченный картофель

1 кг картофеля

200 г сыра

100 г майонеза

2 ст. ложки растительного масла

Соль, лук и перец по вкусу

Сырой картофель почистить, порезать кружочками, смешать с луком, порезанным кольцами, солью, перцем и майонезом. Выложить на противень, предварительно смазанный маслом. Сверху посыпать тертым сыром. Запекать до румяной корочки.

Картофелины, запеченные с сыром

1 кг картофеля

50 г сливочного масла

4 ст. ложки тертого сыра

Соль, черный молотый перец по вкусу

Картофелины (по возможности круглые, одинаковой величины) очистить и нарезать поперек, на тонкие ломтики, но не до конца, чтобы они внешне казались целыми. Форму смазать маслом и поместить в нее картофелины, посыпать солью и перцем и на каждую положить кусочек масла. Сверху посыпать сыром. Поставить форму в духовку со средним жаром для запекания.

Золотисто-коричневый картофель подать к столу на широком блюде.

Вкусная и простая запеканка

800 г картофельного пюре

500 г сырого мясного фарша

200 г зеленого горошка

100 г тертого сыра

100 г шпината

50 мл молока

20 г масла

Соль по вкусу

В форму или сковороду (слегка смазанную маслом) уложить слоями фарш, шпинат, горошек, картофельное пюре и сверху тертый сыр. Каждый слой посолить. Выпекать в духовке на среднем огне 15–20 минут до готовности фарша.

Голландский омлет

2–3 клубня картофеля

3–4 яйца

100 г свинины

80–100 г твердого сыра

1 луковица

Соль, специи по вкусу

Свинину нарезать тонкими ломтиками и уложить ими все дно сковороды, и жарить так, чтобы натопить как можно больше сала. Там же пожарить очищенный и порезанный тонкими ломтиками картофель. Когда он будет почти готов, посыпать его мелко нарезанным луком, затем — всем натертым сыром. Залить яйцами, взболтанными со специями (можно использовать перец черный и красный, хмели-сунели). Сразу же закрыть крышкой, довести до готовности и настоять под крышкой еще 15 – 25 минут.

Подавать с кетчупом.



Плавленный сыр нарезать кубиками, высыпать вместе с тертым сыром в кастрюлю с грудинкой и бульоном и помешивать, пока сыр не расплавится. Добавить зеленый лук, чеснок и муку, довести до кипения, посолить и поперчить. Затем добавить картофель и варить на среднем огне в течение 2—3 минут.

Решти

10 клубней картофеля
5 ст. ложек растительного масла
Соль, специи по вкусу

Очищенный картофель отварить в течение 5 минут, остудить, натереть на крупной терке, добавить растительное масло, соль, специи, все перемешать и выложить не толстым слоем на горячую сковороду. Накрыть крышкой и жарить на среднем огне. Это классическое решти, а еще можно добавить лук, помидоры, оливки, сладкий перец, ветчину и подать с глазуньей.

Деруны по-украински

5 клубней сырого картофеля
100 г свиного фарша
1 луковица
1 яйцо
2 ст. ложки муки

2 ст. ложки подсолнечного масла

1 ст. ложка сметаны

Соль, перец по вкусу

Картофель потереть на крупной терке. Добавить яйцо, муку, сметану, соль все тщательно перемешать. Обжарить свиной фарш на подсолнечном масле. Выкладывая на сковороду ложку теста, в центр укладывать фарш, а сверху накрывать ложкой теста.

Жаркое для гурманов (по-испански)

5 клубней картофеля

3 луковицы

100 г майонеза

100 г свинины

50 г свиного шпика

Соль, перец по вкусу

Противень смазать шпиком, выложить мелко нарезанное мясо, добавить соль, перец. На мясо положить нарезанный соломкой картофель, затем мелко нарезанный лук и сверху залить майонезом. Поставить в духовку на 50–60 минут.

«Кер у сус!»

(армянская кухня)

7–8 клубней картофеля

500 г говядины

3 луковицы

100 г сливочного или топленого масла

Соль, черный и красный перец по вкусу

Картофель нарезать длинными ломтиками и жарить на масле до готовности. Пока картофель жарится отварить мясо, нарезав его узкими полосками толщиной 1 см и длиной 3—4 см. Затем нарезать кольцами лук, пожарить на масле в течение 5 минут вместе с отваренным мясом, пока лук не станет золотистым, а мясо не покроется тонкой корочкой. Лук и мясо добавить к картошке, посолить, поперчить и тушить все вместе в посуде с закрытой крышкой еще 5 минут. Сверху можно посыпать зеленью.

Название этого блюда в переводе с армянского языка означает «Ешь и молчи!», так как из-за обилия перца оно должно быть очень острым. Но вы можете при приготовлении использовать столько перца, сколько посчитаете нужным.

Мариленкнедель — абрикосовые клецки

Для теста:

1 кг картофеля

200—250 г муки

1 яйцо

50 г сливочного масла или свиного жира

Жир для обжаривания

Для начинки:

Абрикосы

Сахар-рафинад

Панировочные сухари

Сливочное масло или маргарин

Картофель отварить, натереть на терке, добавить муку, яйцо и жир, замесить тесто. Доску хорошо посыпать мукой и раскатать на ней тесто толщиной 3 миллиметра. Раскатанное тесто разделить на квадраты одинаковой величины с таким расчетом, чтобы на каждый квадрат можно было положить целый абрикос. Вместо косточки в каждый абрикос следует поместить кусочек сахара. Сформовать клецки и варить их в подсоленной воде под крышкой до тех пор, пока они не всплывут. Затем отбросить на дуршлаг и дать стечь воде. Обвалить клецки в толстом слое панировочных сухарей, посыпать сахаром и обжарить в большом количестве жира. Снова посыпать сахаром и в горячем виде подать на стол.

Мясо по-островитянски со сладким соусом «Джек Дениэлс»

1 кг свиной вырезки

1 кг картофельного пюре

1 ананас

200 мл сока лайма

3 киви

Розмарин

Соль по вкусу

Для соуса:

1 банка консервированных персиков

50 г виски «Джек Дениэлс»

Сахар по вкусу

Мясо замариновать в соке лайма с добавлением розмарина на 2–3 часа. Сделать картофельное пюре, добавить в него ананас и киви (порезанные кубиками среднего размера), добавить виски «Джек Дениэлс» и сок от консервированных персиков. Вырезку обжарить на гриле, до полной готовности, затем нарезать.

Молодая картошка в сметане (по-украински)

500 г молодого картофеля

1 стакан сметаны

2 ст. ложки сливочного масла

2 луковицы

Соль, перец по вкусу

Картошку очистить, порезать кусочками. Лук мелко нарезать. Картошку и лук залить сметаной (так чтобы он покрыла картошку), добавить масло, посолить, поперчить. Варить до готовности около 15 минут.

То же самое можно сделать и со старой картошкой, но добавив 3—4 столовых ложки воды.

Домляма

1 кг жирной говядины (или баранины)

5 луковиц

3 клубня картофеля

3 моркови

3 болгарских перца

3 помидора

2 баклажана

Листья капусты

Соль

Специи (семена кинзы, тмин, барбарис,

молотый красный перец, молотый черный перец) по вкусу

В чугунный или алюминиевый казан или большую утятницу уложить слоями нарезанное на кусочки 4Х4 сантиметра мясо жиром вниз, посолить, поперчить, посыпать семенами кинзы (1 ч. ложка), тмином (на кончике ножа), красным и черным перцем. Сверху положить слой нарезанного кольцами лука, посолить. Следующим слоем уложить нарезанную кружками морковь, посолить. Далее — слой баклажан, нарезанных кружками, посолить, добавить 1 ч. ложку барбариса, сверху положить слой болгарского перца, слой помидоров, слой картошки, также нарезанной кружками толщиной до по-

ловины сантиметра, посыпая все слои, солью и перцем. Закрывать сверху все капустными листьями, крышкой и поставить на слабый огонь, не открывая на 3 часа.

При подаче посыпать свежей зеленью.

Картофель со шпинатом

«Птичьи гнезда» (немецкий рецепт)

500 г картофеля

5—6 яиц

250 мл молока

250 г шпината

150 г сливочного масла

2 ст. ложки растительного масла

Панировочные сухари

Мускатный орех, соль, черный перец по вкусу

Приготовить пюре из разваренного картофеля, молока и растительного масла, 1 яйца и соли. Добавить молоко в измельченный шпинат, всыпать щепотку тертого мускатного ореха и молотый черный перец по вкусу, посолить. Картофельное пюре выложить в хорошо смазанную растительным маслом и посыпанную молотыми сухарями посуду и выровнять поверхность. Сверху разместить тремя кучками шпинат, в каждой сделать по углублению, в которое положить по кусочку сливочного масла с грецким орехом. Полить растопленным

маслом и запечь в духовке при умеренной температуре в течение 30 минут. В каждое углубление выпустить по яйцу, посолить и поперчить по вкусу. Дopeкaть 10 минут.

Подать на стол с салатом по выбору.

Картофель по-савойски

500 картофеля

250 мл молока

2 яйца

2—3 ст. ложки тертого сыра

Перец, соль по вкусу

В молоко добавить яйца и взбить. Постепенно добавить тертый сыр, соль, перец. Очищенный сырой картофель нарезать тонкими дольками, поместить в форму и залить молоком, смешанным с яйцами и сыром. Поставить в духовку.

Картофель с мясом по-грузински

1 кг свинины или куриного мяса

1 кг картофеля

500 г свеклы

500 г свежей капусты

500 г моркови

2 луковицы

3—4 ст. ложки любого жира

Соль, перец по вкусу

В казан уложить слой кусочков мяса, покрыть слоем нарезанного лука, сверху уложить очищенную картошку средней величины, затем слой свеклы, нарезанной кубиками, закрыть слоем нарезанной капусты, и последним слоем уложить нарезанную морковь. Все слои посолить и поперчить. Сверху положить жир. Тушить 1,5 часа на очень медленном огне.

Подавать на широком блюде.

Картофель под белым соусом (немецкое блюдо)

1 кг картофеля

3—4 моркови

4 яйца

60 г сливочного масла

1 корень сельдерея

Лимонный сок, вино по вкусу

Соль, перец по вкусу

Очищенный и нарезанный кусочками картофель поместить в посуду с холодной водой и медленно довести до кипения. Морковь и сельдерей пассеровать с 30 г сливочного масла. Добавить картофель, молотый черный перец, лимонный сок и вино по вкусу. Муку пассеровать с оставшимся маслом и разбавить картофельным отваром. Довести до кипения на сильном огне при постоянном

помешивании, переставить на слабый огонь и заправить желтками от яиц. Залить картофель полученным соусом и выдержать на слабом огне в течение 5—6 минут. Не снимать крышки до подачи на стол.

Тушеные овощи по-бенгальски (бенгали таркари)

5 клубней картофеля

450 г зеленого горошка или стручковой фасоли

350 г тыквы

1 баклажан

2 лимона

3 ст. ложки топленого масла

2 стручка острого перца

3 лавровых листа

2 ч. ложки сахара

1 ч. ложка семян шамбалы

1 ч. ложка аниса

1 ч. ложка горчицы

1 ч. ложка соли

6 веточек петрушки

Нагреть топленое или растительное масло в большой кастрюле на среднем огне. Положить семена горчицы, перец, лавровый лист и семена шамбалы. Когда семена шамбалы потемнеют, добавьте семена аниса. Затем сразу же положить картофель и, помешивая, жарить его около 8 минут, чтобы

он со всех сторон стал золотисто-коричневым. Добавить тыкву и баклажан. Жарить все вместе еще 5 минут. Положить горошек или зеленую фасоль, залить водой и закрыть крышку. Варить на среднем огне, осторожно помешивая каждые 5 минут. Через 15 минут добавить сахар и соль, размешать. Варить на слабом огне, пока овощи не станут мягкими, а соус — густым.

Украсить каждую порцию ломтиком лимона и веточкой петрушки.

Картофель по-венгерски

8 клубней картофеля

400 г сметаны

6 яиц

2 луковицы

2–3 ст. ложки растительного масла

1 ч. ложка паприки

Черный перец и соль по вкусу

Отварить до готовности картофель в кожуре и сварить яйца вкрутую. Затем поджарить лук в кастрюле, в которой будет готовиться блюдо, добавив в конце паприку. Очистить картошку и яйца, нарезать их круглыми ломтиками, выложить на поджаренный лук один слой картофеля, смазать его сметаной, посолить и поперчить. Сверху положить слой яиц, смазать его сметаной, посолить, поперчить, покрыть слоем картофеля и сверху залить сметаной.

Закрывать кастрюлю крышкой и тушить на медленном огне примерно 1,5 часа.

Картофельная фриттата

500 г молодого картофеля

6 яиц

$\frac{1}{2}$ стакана любого соуса

50 г сыра чеддер

Соль, перец, специи по вкусу

Почистить картофель, нарезать мелкими кубиками и пожарить на сковороде. Одновременно слегка взбить яйца (не в миксере), добавить соус средней остроты, натереть сыр, положить специи. Когда картофель будет почти готов, залить его яичной массой, накрыть крышкой и жарить около 3 минут, пока не зажарятся края. Потом поставить в духовку на 5–10 минут. Когда фриттата запечется, вынуть ее из духовки и украсить свежими помидорами.

Картофель со сливками (экадаши роган алу)

12 мелких клубней картофеля

150 мл сливок или молока

5 ст. ложек топленого масла

2 ст. ложки петрушки или кинзы

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

$\frac{1}{2}$ ч. ложки черного душистого перца

$\frac{1}{2}$ ч. ложки морской соли

1 лавровый лист

Красный перец, гвоздика по вкусу

Разрежьте картофель на четвертинки и проткните каждый кусочек в 2—3 местах кончиком острого ножа. Нагрейте на среднем огне сливочное или топленое масло в большой сковороде с толстым дном. Положите лавровый лист и гвоздику, и пусть они покипят в масле несколько секунд. Добавьте картофель и жарьте 5—10 минут, изредка помешивая пока не станет золотистым. Вместо обжаривания вы можете сварить картофель на пару с лавровым листом и гвоздикой (это можно сделать заранее).

Влейте сливки или молоко, убавьте огонь и варите, помешивая, пока жидкость не выпарится наполовину и не превратится в густой соус, а картофель не станет мягким. Посыпьте перцем и солью. Снимите сковороду с огня, закройте крышкой и оставьте на 1—2 минуты. Затем осторожно перемешайте, удалите гвоздику и лавровый лист.

Подавайте картофель горячим со свежей зеленью и паприкой.

Драники с мясом

1 кг картофеля

300 г свинины

3 луковицы

2 яйца

2–3 ст. ложки муки

2–3 ст. ложки растительного масла

Соль по вкусу

Для фарша:

200 мл молока

100 г свинины

100 г говядины

1 булочка

1 яйцо

Соль по вкусу

Картошку почистить и натереть на мелкой терке, дать немного постоять, слить отстоявшуюся воду, добавить 2–3 столовых ложки муки, два яйца, перемешать. На сковороду налить растительное масло, разогреть, выложить ложкой картофельный блинчик, сразу же на него положить лепешку фарша, сверху снова картофельный блинчик. Жарить с двух сторон до образования золотистой корочки.

Приготовление фарша: говядину, свинину, луковицу и размоченную в молоке булку (10–15 % от объема фарша) пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить яйцо, вымесить и поставить в прохладное место на 30–40 минут.

Жареная капуста с картофелем (бандгобхи алу сабджи)

4 клубня картофеля

450 г капусты

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

4 помидора

150 мл воды

4 ст. ложки топленого масла

1 ст. ложка имбиря

1 ч. ложка куркумы

$\frac{1}{2}$ ч. ложки красного перца

По $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли и сахара

Гвоздика, корица, кардамон по вкусу

Вымойте и нашинкуйте капусту, дайте ей немного подсохнуть. Смелите в электрокофемолке или растолките в ступке гвоздику, кардамон и корицу. Нагрейте 3 ст. ложки топленого масла в кастрюле на умеренном огне. Положите нарезанный картофель в кастрюлю и жарьте до светло-коричневого цвета, помешивая и следя за тем, чтобы картофель не пригорел. Выньте картофель из кастрюли.

В ту же кастрюлю положите оставшееся масло и поджарьте в нем натертый имбирь. Добавьте красный перец и куркуму и продолжайте жарить еще несколько секунд. Затем добавьте нарезанную капусту и жарьте еще 3—4 минуты, часто мешая, чтобы капуста перемешалась с пряностями и не пригорела. Добавьте помидоры, жареный картофель, соль, сахар и воду. Закройте крышкой и тушите на слабом огне, пока все овощи не станут мягкими.

Перед подачей на стол приправьте заранее приготовленными размолотыми сладкими пряностями и осторожно перемешайте.

Цимес из картофеля, изюма и чернослива

700 г картофеля

200 г чернослива

1/2 стакана изюма

2 ст. ложки сахара

Соль, корица по вкусу

Цимес готовится из картофеля, моркови и других овощей с добавлением различных фруктов и ягод. В старину он подавался как десерт почти на все праздничные обеды.

Очищенный картофель нарезать крупными дольками, сложить в сотейник, добавить масло, промытый изюм, освобожденный от косточек чернослив, толченую корицу, сахар и соль. Залить продукты водой так, чтобы они были покрыты лишь наполовину, закрыть крышкой и варить на слабом огне до готовности. Подавать в горячем виде.

Картошка по-полтавски

500 г картофеля

5 зубчиков чеснока

100 г сливочного масла

Соль по вкусу

Картофель отварить, выложить на противень и поставить в духовку на 15–20 минут. Сливочное масло растопить, натереть в него чеснок. Выложить картофель из духовки и обвалить в масле с чесноком.

Картошка по-французски

7 клубней картофеля

300 г отбивных из свинины

2 луковицы

1 банка майонеза

50 г любого масла

Соль, перец по вкусу

Очищенный картофель нарезать круглыми пластинками, толщиной 3—4 миллиметра. Выложить половину картофеля на сковороду, смазанную маслом, посолить. Сверху положить кусочки отбитого мяса, так что бы закрыть всю картошку, посолить и поперчить. Сверху уложить слоем лук, нарезанный полукольцами. Далее выложить оставшийся картофель, посолить и обильно смазать майонезом. Запекать в нагретой до 180 °С духовке около 40 минут. Вместо свинных отбивных можно использовать предварительно отбитое куриное филе, но вкус блюда будет несколько иной. За 5—10 минут до готовности можно посыпать блюдо тертым сыром.

«Немцы в городе»

500 г картофеля

200 г лука

100 г майонеза

РЕЦЕПТЫ СО ВСЕГО СВЕТА

2 яйца
2 ст. ложки растительного масла
2 ст. ложки муки
2 зубчика чеснока
Специи и соль по вкусу

Для теста:

500 г муки
100 мл воды
1 яйцо
Соль по вкусу

Это старинный немецкий рецепт.

Сварить картофель кубиками 2Х2 см в соленой воде, можно в бульоне, затем вынуть его на тарелку. Замесить тесто, как для пельменей, но чуть мягче, нарезать мелкими кусочками, сварить клецки в течение 12 минут в воде из-под картофеля. Лук пожарить отдельно, затем все смешать, посыпать разными специями, а сверху полить майонезом.

Блюдо из армянской кухни

1 кг репчатого лука
1 кг баклажанов
1 кг помидоров
1 кг картофеля
500 г болгарского перца

100 мл подсолнечного масла

Кинза, петрушка, чеснок, соль по вкусу

Лук порезать полукольцами, болгарский перец брусочками, картофель и не очищенные от кожуры помидоры и баклажаны — кружочками. В сковороду с подсолнечным маслом укладывать слоями — лук репчатый, болгарский перец, баклажаны, картофель, помидоры. Сковороду закрыть, тушить на небольшом огне. Через 25–30 минут, когда блюдо будет готово, посолить и добавить нарезанные кинзу, петрушку и чеснок. Все перемешать и дать постоять под крышкой еще 5 минут.

Бонч

500 г картофеля

500 г лука

500 г моркови

500 г капусты

4–5 ст. ложек подсолнечного масла

Соль и специи по вкусу

Пока на сильном огне в сковороде жарится на подсолнечном масле мелко нарезанная капуста, очистить и порезать картошку. После того, как картошку положили на сковороду, почистить и протереть на крупной терке морковь и лук. Как только положите на сковороду лук, подберите для

блюда любые специи (чеснок, петрушка, укроп, кинза, базилик и пр.). Посолить за 3—5 минут до готовности.

Цепелинай с мясом (литовская кухня)

800 г картофеля

300 г мяса

2 луковицы

100 г шпика

Соль по вкусу

Натереть на мелкой терке 400 г очищенного сырого картофеля. Столько же картофеля отварить в кожуре, очистить и пропустить через мясорубку, смешать сырой и вареный картофель и сформовать лепешки. Приготовить фарш из вареного мяса и поджаренного лука, разложить его на лепешки, свернуть пирожками и варить до готовности в подсоленной воде.

Подать с жареным шпиком.





ЧАСТЬ 12

СТАРИННЫЕ РУССКИЕ БЛЮДА

Рецептура, предлагаемых в этой главе блюд рассчитана на 3–4 порции.

Пельмени по-старорусски

500 г муки

100 мл воды

1 яйцо

Соль по вкусу

Для начинки:

600 г картофеля

200 г лука

150 г сливочного масла

25 г сушеных или 250 г свежих грибов

Соль, перец, укроп по вкусу

Отварить картофель в «мундире» и, очистив, пропустить через мясорубку. Сушеные или свежие грибы отварить до готовности, обжарить с репчатым луком, затем пропустить через мясорубку или порубить ножом. Хорошо вымесить фарш, посолить, поперчить, добавить немного размягченного сливочного масла и, по желанию, укроп.

Замесить тесто, как для пельменей. Раскатать пласт, из него вырезать кружочки, положить в них фарш, слепить пельмени. Варить в кипящей воде 5–6 минут.

К пельменям с такой начинкой подавать масло, томатный соус, сметану.

Картофельные блины со свиным салом

12 клубней картофеля

200 г шпика

2 ст. ложки муки

2 луковицы

Соль по вкусу

Очищенный картофель натереть, добавить муку, соль, перемешать и испечь блины. Сало (шпик) на-

резать мелкими кубиками и поджарить с луком. Блины переложить этой поджаркой и в утятнице поддержать немного в духовке.

Сразу подавать на стол.

Печенье картофельное соленое

4 клубня картофеля

1/2 стакана муки

100 г жира

2 яйца

Тмин, соль по вкусу

Картофель отварить, остудить и натереть на терке. Добавить жир, яичные желтки, соль, тмин, муку и замесить крутое тесто. Разделить тесто на 5 частей. Каждый кусок раскатать тонким слоем и нарезать квадратиками. Смазать печенье яичными белками, посыпать солью, тмином и испечь.

Хлебцы из картофеля

5 клубней картофеля

2 яйца

2 ст. ложки масла или маргарина

1 ст. ложка муки

Соль по вкусу

Картофель очистить и отварить. Приготовить из него пюре и поставить в духовку, чтобы немного подсохло. Добавить сливочное масло или маргарин, остудить. В холодное пюре положить 2 яичных желтка и посолить. Разделить на кусочки, придав каждому форму круглого или овального хлебца, на котором сделать ножом насечки. Выпекать в духовке на среднем огне.

Картофель, запеченный с кашей

500 г картофеля
500 мл простокваши
200 г ячневой крупы
25 г масла
Соль по вкусу

Картофель очистить, отварить, отвар слить, но не выливать. Приготовить пюре. Отдельно сварить ячневую кашу, смешать с картофелем и отваром, запечь в духовке.

Подать с простоквашей.

Таким образом можно использовать остатки каши от гарнира, от завтрака.

Картофельный пирог

2 кг картофеля: 1,5 кг сырого и 500 г вареного
1,5 литра пахты или простокваши

3—5 ст. ложек муки

50 г жира

Соль

Сырой и отварной картофель натереть, прибавить пахту или простоквашу, муку, перемешать до консистенции густой сметаны, посолить. Положить на противень, смазанный жиром. Запечь в духовке до золотистого оттенка. Уже в тарелках смазать любым вареньем или украсить фруктами.

Картофельный сыр

5 кг картофеля

1 л кислого молока

Соль по вкусу

Картофель варят в «мундире», охлаждают, очищают и толкут, пока он не превратится в однородное тесто, солят по вкусу. На 5 частей этого теста берут 1 часть кислого молока, тщательно смешивают и хранят смесь в плотно закрытом сосуде в течение 3—4 дней. Затем снова месят это тесто, делают из него небольшие колобки и сушат их в тени, после чего кладут их в большой глиняный горшок или бочку на 15 дней.

Чем старше этот сыр, тем он лучше.

Крахмал

Можно использовать любые сорта картофеля, поврежденные и мелкие клубни. Картофель натереть на терке в таз или большую кастрюлю, время от времени поливая терку водой. Если вы пользуетесь соковыжималкой, то в полученную массу добавьте холодную воду в соотношении 1:1. Смесь воды с обрывками кожуры и мякоти нужно быстро профильтровать. Неплохим фильтром является капроновый чулок. Можно взять полотняные мешочки или марлю. Профильтровав жидкость, дайте крахмальному молоку отстояться, дождитесь, когда крахмал осядет на дно, затем слейте воду. Операцию с промыванием можно повторить несколько раз.

Слив последнюю воду, разложите осевшую на дне промытую массу на чистой ткани и сушите в духовке или печке при температуре не выше 40 °С, слоем в 1 см. Сухость определяется на ощупь.





ЧАСТЬ 13

МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ

В заключение позвольте предложить вашему вниманию некоторые советы, касающиеся обработки такого, казалось бы, несложного в приготовлении овоща, как картофель.

Если в состав салата входит картофель, его следует добавлять в последнюю очередь, так как картофель портится быстрее других овощей.

Овощи для салата (картофель, морковь, свеклу) всегда надо варить в кожуре, в этом случае в овощах сохраняется больше витаминов.

При длительном хранении отваренного картофеля и других овощей вкус их ухудшается, а вита-

мин С быстро разрушается. Старайтесь использовать их не позднее чем через 1–1,5 часа после варки.

Кладите овощи не в холодную, а в кипящую воду — это тоже сбережет витамины. Много ценных веществ переходит в отвар (в том числе почти все витамины группы В), поэтому не выливайте его, старайтесь использовать его для приготовления супов или соусов.

Очищенный картофель перед варкой подставьте под струю холодной воды — тогда он лучше сварится и будет рассыпчатым.

Варите картофель на умеренном огне, чтобы он разбухал равномерно. Если огонь слишком сильный, клубни снаружи развариваются и лопаются, а внутри остаются сырыми. Чтобы картофель не разваривался, слейте воду минут через 15 после начала кипения и доварите на пару. Другой способ: добавить в воду $\frac{1}{2}$ чайной ложки уксуса или 1 столовую ложку маргарина.

Картофельное пюре нельзя разбавлять холодным молоком, только горячим, иначе пюре приобретает серый цвет. Чтобы пюре было пышным, добавьте в него масло и, постепенно подливая горячее молоко, взбивайте.

Поверхность картофельного рулета и запеканки будет гладкой и красивой, если предварительно смазать ее яйцом, посыпать сухарями и сбрызнуть жиром.

Чтобы тертый картофель, из которого вы готовите оладьи, не потемнел, влейте в него немного горячего молока.

Перед тем как печь картофель в духовке, наколите его вилкой, чтобы не полопался. Так же поступайте, когда варите картофель «в мундире». Печеный картофель подают к столу горячим, целыми клубнями, с кожурой. Он вкусен с маслом, квашеными или маринованными овощами, зеленым салатом, овощной икрой, сельдью.

Жареный картофель лучше солить не сразу, а за 4–5 минут до готовности.

Картофель теряет меньше витаминов, если его варить не в воде, а на пару.

Чтобы картофель обжарился быстрее, опустите сырые картофелины на несколько минут в горячую воду.

Перед тем как жарить картофель во фритюре, подсушите его, тогда получится сухая хрустящая корочка.

Чтобы руки не чернели при очистке картофеля, пользуйтесь ножом из нержавеющей стали.

Молодой картофель можно быстро очистить, если подержать его 15–20 минут в подсоленной воде или положить сначала в горячую, а потом в холодную воду. Для пюре молодой картофель не годится.

Чтобы на картофеле не появлялись черные пятна, в кипящую воду нужно добавить несколько капель уксуса. При этом вкус картофеля не изменится.

Солить картофель нужно в начале варки, а чтобы картофель быстрее сварился, нужно добавить в воду кусочек сливочного масла.

Сваренный в кожуре картофель легче очистится, если после снятия с огня облить его холодной водой.

Отварной картофель получится вкуснее, если при варке в воду добавить немного укропа.

Если в кастрюлю, где варится картофель, добавить огуречного или капустного рассола — картофель не будет развариваться.

Пюре из старого картофеля будет вкусным и воздушным, если добавить в него взбитый белок.

Чтобы картофель в мундире лучше чистился, добавьте в воду при варке растительное масло.

Чтобы картофель равномерно прожарился, его нужно класть слоем не более 5 см.

Жареный картофель хорошо подрумянится, если перед жаркой его слегка посыпать мукой.

Жареный картофель получится особенно хрустящим, если кусочки картофеля обвалить в муке.

Если вы жарите картофель, заранее отваренный в кожуре, кладите его в сильно разогретый жир. Он получится более поджаристым.

Противни, на которых готовят запеканку, должны быть не только хорошо смазаны жиром, но и посыпаны молотыми сухарями, чтобы запеканка не приставала к листу.

Отварной картофель будет вкуснее, если добавить в воду 3—4 дольки чеснока.

Чтобы раскатать клейкое картофельное пюре для рулета, надо стол и скалку хорошо смазать растительным маслом.

Картофель рекомендуется хранить в сухом прохладном темном помещении, лучше всего в подвале или погребе, при температуре +3—+5 °С. Картофель не любит свет — на свету в нем вырабатывается вредное для здоровья вещество — соланин. Он также боится холода. При температуре ниже нулевой крахмал в картофеле начинает перерабатываться в сахар, отчего картофель становится слишком сладким. Хранить картофель лучше в деревянных ящиках с отверстиями, куда может проходить воздух.



ТАБЛИЦА

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА ВЕСА ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ

Наименование продукта	Вес в граммах				1 штука
	Стакан 250 см ³	Стакан 200 см ³	Ложка столо- вая	Ложка чай- ная	
Баклажан	—	—	—	—	150
Вода	250	200	20	5	—
Дыня	—	—	—	—	800–1500
Гвоздика молотая	—	—	15	3	—
Зелень (пучок)	—	—	—	—	50
Изюм	190	155	25	7	—
Капуста свежая	—	—	—	—	1500
Капуста соленая	300	230	30	—	—
Картофель	—	—	—	—	100
Клюква	200	170	30	5	—
Курага	210	170	30	—	10
Лимон	—	—	—	—	120
Лимонная кислота	—	—	15	8	—
Лук репчатый	—	—	—	—	70
Майонез	240	190	20	5	—
Маргарин	230	180	15	4	—
Масло растительное	240	190	17	5	—
Масло сливочное	210	170	40	15	—
Мед	320	250	50	20	—
Молоко сухое	120	100	20	5	—
Молоко цельное	255	205	20	5	—
Молотые сухари	125	100	15	5	—
Морковь	—	—	—	—	75–100
Мука кукурузная	160	130	30	10	—
Мука пшеничная	160	130	25	10	—

ТАБЛИЦА

Наименование продукта	Вес в граммах				
	Стакан 250 см ³	Стакан 200 см ³	Ложка столо- вая	Ложка чай- ная	1 штука
Мука					
картофельная	180	150	30	10	—
Мускат молотый	—	—	18	6	—
Огурец свежий	—	—	—	—	100
Огурец соленый	—	—	—	—	150
Орехи грецкие	200	150	35	10	—
Перец болгарский	—	—	—	—	60
Перец горький	—	—	—	—	40
Перец молотый	—	—	—	5	—
Помидор свежий	—	—	—	—	100
Помидор соленый	—	—	—	—	120
Редис	—	—	—	—	20—30
Редька	—	—	—	—	100
Сахар	220	180	25	10	—
Свекла	—	—	—	—	200—250
Сельдерей	—	—	—	—	30—40
Слива	—	—	—	—	25—30
Сливки	250	200	18	5	—
Сметана	250	210	25	10	—
Соль	325	220	30	10	—
Сыр тертый	—	—	18	5	—
Творог	270	210	35	10	—
Томат-паста	300	250	30	10	—
Топинамбур	—	—	—	—	60
Хрен	—	—	—	—	70
Чернослив	220	180	35	—	15
Чеснок (зубчик)	—	—	—	—	5—10

Серия «Лучшие рецепты на каждый день»

МАСЕСЬЯН Раиса Максимовна

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Художник Хуан-ЗЫН-ШУ

Ответственный редактор **Е. А. АГЕЕВА**
Художественный редактор **И. М. ЧЕРНЫШЕВА**
Технический редактор **М. В. ГАГАРИНА**
Корректор **Л. А. ЛАЗАРЕВА**

*Издание подготовлено в компьютерном центре
издательства «РОСМЭН».*

Лиц. изд. ИД № 04933 от 30.05.01.

Налоговая льгота — общероссийский
классификатор продукции ОК-005-93, том 2;
953000 — книги, брошюры.

Подписано к печати 27.09.01.
Формат 84х108 1/32. Бум. офс. № 1.
Гарнитура Таймс. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 10,08. Тираж 7000 экз.
Заказ № 3103. С — 022.

ООО «Издательство «РОСМЭН-ПРЕСС».
125124, Москва, а/я 62.
Тел.: (095) 933-70-70.

МЕЛКООПТОВЫЙ СКЛАД:
Москва, 1-я ул. Ямского поля, 28 (левое крыло).
Тел.: (095) 257-34-75.

ОТДЕЛ ОПТОВЫХ ПРОДАЖ:
все города России, СНГ: (095) 933-70-73;
Москва и Московская область: (095) 933-70-75.

Отпечатано на ФГУП Тверской ордена Трудового Красного Знамени
полиграфкомбинат детской литературы им. 50-летия СССР
Министерства Российской Федерации по делам печати,
телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Россия, 170040, г. Тверь, пр. 50-летия Октября, 46.





ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ



на КАЖДЫЙ ДЕНЬ

В книгах серии

«ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ»

представлен широкий выбор рецептов – от простых, экономичных и быстрых в приготовлении блюд на каждый день до изысканных яств, которые послужат украшением любого праздничного стола.

В серию входят следующие книги:

- Салаты и соусы
- Торты и пирожные
- Домашняя выпечка
- Блюда из картофеля
- Коктейли и безалкогольные напитки
- Рыбная кухня
- Блюда из мяса и птицы
- Супы и бульоны
- Готовим в микроволновой печи
- Блюда для праздничного стола
- Варенья, джемы, мармелады
- Десерты со всего света
- Овощные блюда
- Разные закуски
- Диетическая кухня
- Домашнее виноделие
- Соления и маринады в домашних условиях
- Блюда из грибов

ISBN 5-353-00022-6



9 785353 000228



РОСМЭН

