



вкусно и просто

борщи супы бульоны

*лучшие
рецепты*



Б83 **Борщи, супы, бульоны.** Лучшие рецепты.— М.: РИ-ПОЛ классик, 2007.— 64 с: — (Вкусно и просто).

ISBN 978-5-7905-3630-4

В каждой семье, у каждой хозяйки есть свой неповторимый рецепт борща. Не устали от такого однообразия? Вы знаете, например, что борщи могут быть не только мясные, но и рыбные, грибные, фасолевые, с кислой или свежей капустой, с яблоками, с геркулесом. Кроме того, их готовят из копченого мяса или сала, потрохов и т. д. Также разнообразны и рецепты шей, солянок, супов, бульонов. Ну как, не хотите побаловать своих близких?

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-7905-3630-4

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2007

www.infanata.org

БОРЩИ

Борщно-русски

Требуется: 300—400 г говядины с косточкой, 1,5—2 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови, 1 свекла, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, соль, перец, 2 лавровых листа.

Способ приготовления: Мясо промойте, положите в кастрюлю, залейте холодной водой и варите на медленном огне до готовности. После закипания осторожно шумовкой снимите накипь. Свеклу очистите от кожуры, натрите на крупной терке, выложите на разогретую сковороду и обжарьте на растительном масле. Затем влейте мясного бульона и оставьте тушиться на медленном огне. Мелко нашинкуйте лук, спассеруйте его на растительном масле до золотистого цвета, добавьте натертую на крупной терке морковь, влейте немного мясного бульона и тушите на медленном огне несколько минут. Затем выложите лук и морковь в кастрюлю с мясным бульоном, дайте покипеть несколько минут. Очищенный и хорошо промытый картофель нарежьте кубиками и выложите в кастрюлю с бульоном и дайте закипеть. Затем добавьте в бульон мелко нашинкованную свежую капусту. Варите до готовности. Добавьте соль, перец по вкусу. За несколько секунд до готовности добавьте в кастрюлю тушеную свеклу и зелень, лавровый лист, закройте кастрюлю крышкой, поварите 3—5 минут и снимите кастрюлю с огня. При подаче к столу заправьте борщ сметаной.

Борщ «Зимний»

Требуется: 300—400 г говядины с косточкой, 1—1,5 кг белокочанной капусты, 3—4 картофелины, 1—2 луковицы, 1 свисла, заправка для борща, 100 г сметаны, 2—3 ст. л. рас-

тительного масла, 1/3 лимона, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, соль, перец.

Способ приготовления: Мясо хорошо промойте, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь и дайте закипеть. Затем убавьте газ и осторожно шумовкой снимите накипь. Очищенную от кожуры свеклу нарежьте мелкими кубиками и обжарьте на растительном масле. Чтобы после кипения в бульоне свекла не потеряла свой цвет, добавьте в нее при жарке лимонного сока. Очистите картофель от кожуры, тщательно промойте его и нарежьте кубиками. Выложите нарезанный картофель в кастрюлю с бульоном и дайте закипеть. Белокочанную капусту мелко нашинкуйте и добавьте в бульон. Дайте овощам провариться до готовности и добавьте заправку для борща. Спассеруйте на растительном масле мелко нарезанный лук и добавьте его в бульон. Заправьте свеклой и лавровым листом. Дайте покипеть несколько минут. Перед подачей к столу заправьте сметаной, добавьте рубленую зелень петрушки и укропа.

Заправка для борща: 1 кг помидоров, 1 кг болгарского сладкого перца, 1 кг моркови, 3—4 головки репчатого лука, зелень петрушки, 1 кг соли.

Борщ «Летний»

Требуется: 300—400 г говядины или свинины, 2 кг свежей капусты, 4—5 картофелин, 2 луковицы, 1 свекла, 3—4 моркови, 2—3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. уксуса, зелень петрушки и укропа, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления: Мясо промойте, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь, доведите до кипения, выньте мясо из кастрюли, бульон процедите через марлю или мелкое сито и поставьте на медленный огонь. Мясо отделите от костей, нарежьте кусочками и выложите в бульон. Картофель и свеклу очистите

от кожуры, нарежьте ломтиками, добавьте в бульон. Чтобы свекла после кипения в бульоне не потеряла цвет, добавьте в бульон немного уксуса или лимонного сока. Свежую капусту крупно нашинкуйте и добавьте в кастрюлю. Крупно нарезанный лук обжарьте на растительном масле до золотистого цвета, добавьте в бульон и варите до полной готовности овощей. Добавьте соль, перец по вкусу, лавровый лист. Перед подачей к столу заправьте сметаной и посыпьте зеленью петрушки и укропа.

Борщ «Украинский»

Требуется: 300—400 г свинины с косточкой, 1 кг свежей капусты, 2—3 картофелины, 1—2 луковицы, 1—2 моркови, 1 свекла, 20—30 г шпика, 100 г сметаны, зелень петрушки, лавровый лист, соль, перец.

Способ приготовления: Мясо промойте и выложите в широкую кастрюлю, поставьте на сильный огонь и варите до кипения, затем убавьте газ и осторожно удалите накипь, оставьте вариться на медленном огне. Капусту крупно нашинкуйте и добавьте в бульон, дайте закипеть и добавьте по вкусу соль, перец. Очищенный и промытый картофель крупно нарежьте соломкой и выложите в бульон, дайте закипеть и добавьте шпик, пассерованные лук и морковь. Свеклу очистите от кожуры, крупно нарежьте соломкой, обжарьте на свином сале, а затем потушите с добавлением бульона до готовности. Заправьте свеклой и лавровым листом, добавьте зелень петрушки и снимите с огня. При подаче к столу заправьте сметаной.

Борщ «Овощной» (диетический)

Рекомендуется больным анемией, гастритом, с дисфункцией печени, желчного пузыря и т. д.

Требуется: 1—1,5 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1—2 луковицы, 1—2 моркови, 1 свекла, 1/3 лимона, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления: Все овощи нарежьте соломкой, сложите в кастрюлю, залейте кипящей водой, посолите, добавьте сок лимона, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Борщ с квашеной капустой

Требуется: 400 г говядины, 300—400 г квашеной капусты, 3—4 картофелины, 1 свисла, 1 луковица, 2 моркови, 2—3 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, лавровый лист, зелень петрушки, укропа, соль, перец.

Способ приготовления: Мясо тщательно промойте, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой и поставьте на сильный огонь. Доведите бульон до кипения, убавьте огонь и снимите шумовкой накипь. Квашеную капусту залейте теплой водой, дайте постоять, затем отожмите и выложите в мясной бульон. Картофель очистите от кожуры, промойте, нарежьте соломкой и добавьте в бульон. Очищенные и мелко нарезанные лук и морковь обжарьте на подсолнечном (растительном) масле и выложите в кастрюлю. Свеклу, очищенную от кожуры и нарезанную соломкой, потушите в мясном бульоне до готовности. Добавьте в кастрюлю лавровый лист, перец, посолите, заправьте свеклой и зеленью петрушки и укропа. Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Борщ «Атлантический»

Требуется: 1 банка рыбных консервов в масле, 1—1,5 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови, 1 свекла, лавровый лист, 2—3 ст. л. растительного масла,

соль, перец, 100 г сметаны или майонеза «Провансаль», зелень петрушки.

Способ приготовления: Налейте в кастрюлю холодной воды, доведите до кипения, посолите, добавьте очищенный и нарезанный ломтиками картофель. Нашинкуйте мелко свежую капусту и выложите в кастрюлю. Очищенный лук спассируйте на растительном масле до золотистого цвета, добавьте мелко нарезанную морковь, смешайте и жарьте на масле несколько минут. Выложите полученную смесь в кастрюлю с овощами, дайте закипеть. Свеклу очистите от кожуры, мелко нашинкуйте и выложите на разогретую сковороду, смазанную растительным маслом, добавьте кипяченой воды и тушите под закрытой крышкой до готовности. Откройте банку консервов и аккуратно выложите ее содержимое в кастрюлю с овощами, перемешайте, дайте закипеть. Положите в кастрюлю лавровый лист, добавьте перец, посолите, заправьте свеклой и зеленью петрушки. Снимите кастрюлю с огня. Борщ «Атлантический» можно подавать к столу как в холодном, так и в горячем виде, заправив сметаной или майонезом «Провансаль».

Борщок

Требуется: 400 г говядины, 1—2 моркови, 1 луковица, 1 свекла, 100 г соленых огурцов, соль, сахарный сироп, зелень петрушки, лавровый лист, пшеничные гренки.

Способ приготовления: Приготовьте бульон со специями. Натрите свеклу на крупной терке. Соленые огурцы нарежьте тоненькими ломтиками. Лук и морковь нарежьте мелкой соломкой. Приготовленные овощи выложите в мясной бульон и варите на слабом огне. Добавьте в бульон соль, сахарный сироп, процедите и прокипятите. При подаче к столу добавьте в каждую тарелку гренки и украсьте зеленью.

Борщ «Сельский»

Требуется: 300—400 г говядины с косточкой, 1 свекла с ботвой, 1 луковица, 1—2 моркови, 1 зубчик чеснока, 3—4 картофелины, 100 г сметаны, зелень укропа, соль, перец, лавровый лист, 2 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления: Промойте мясо, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь, дайте закипеть, снимите накипь и оставьте вариться на слабом огне. Спассеруйте мелко нарезанный лук, добавьте к нему нарезанную соломкой морковь, влейте немного бульона и потушите. Свеклу отделите от ботвы и натрите на крупную терку. Ботву хорошо промойте и крупно нашинкуйте. Затем обжарьте свеклу на растительном масле, выложите в сковороду нашинкованную ботву, влейте бульона и потушите. Картофель, предварительно очищенный и промытый, нарежьте кубиками. Подготовленные овощи выложите в кастрюлю с мясным бульоном. Добавьте соль, перец, лавровый лист и варите до готовности. При подаче к столу заправьте сметаной и украсьте зеленью укропа.

Борщ «Московский»

Требуется: 200 г свиных костей, 150 г мяса, 100 г ветчины, 100 г сосисок, 2 свеклы, 1 кг свежей капусты, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. л. томатной пасты, 1 ст. л. муки, 3 ст. л. маргарина, 1 ст. л. уксуса, 100 г сметаны, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления: Приготовьте мясной бульон, из свиных костей и мяса. Нарежьте овощи соломкой, спассеруйте их вместе с томатной пастой и потушите. Нашинкуйте мелко капусту и выложите ее в кастрюлю, затем добавьте тушеные овощи. Заправьте борщ перцем, солью, лавровым листом

Приготовьте свекольный настой. Для этого хорошо промытые клубни свеклы мелко нарежьте, положите в кастрюлю

с горячим бульоном (1 л на 500 г свеклы), добавьте уксус и доведите до кипения. Выдержите настой некоторое время, затем процедите. Перед подачей к столу в тарелку с борщом добавьте столовую ложку свекольного настоя, кусок прогретой вареной говядины, ветчины и сосиску, нарезанную поперек, сметану и зелень.

Борщ по-воронежски

Требуется: 200 г свиного сала (свежего или соленого), 2 свеклы, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. томатной пасты, 1 кг свежей капусты, 4 картофелины, 250 г сметаны, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления: Нарежьте сало мелкими кусочками, пожарьте на сковороде. Нашинкуйте овощи, нарежьте кубиками картофель, все посолите и пережарьте в вытопленном сале, посыпьте мукой и потушите, добавляя томатную пасту. Затем сложите все в кастрюлю, добавьте нашинкованную капусту, влейте воду и сметану, посолите, поперчите, добавьте лавровый лист и варите до готовности.

Борщ с фасолью

Требуется: 200 г белых грибов, 500 г свежей капусты, 2 свеклы, 200 г фасоли, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. маргарина, 50 г сметаны, 1 ч. л. сахара, 2 ст. л. уксуса, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Белые грибы промойте, нарежьте, ошпарьте и варите на медленном огне. Переберите фасоль, промойте, залейте холодной водой и варите на слабом огне в закрытой посуде до готовности. Свеклу и морковь нарежьте ломтиками, лук нашинкуйте и все вместе спассеруйте с маргарином, добавьте томатную пасту и потушите. Нарежьте капусту в форме шашек. В кипящий грибной бульон

выложите капусту и тушеные овощи, затем добавьте лавровый лист, соль, перец, фасоль и варите до готовности. По окончании варки добавьте сахар и уксус. При подаче к столу украсьте зеленью и заправьте сметаной.

Борщ «Карасик»

Требуется: 800 г карасей, 1 морковь, 1 луковица, 1 кг свежей капусты, 2 свеклы, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. муки, соль, 1 ст. л. уксуса, перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Приготовьте и процедите пряный отвар. В кипящий отвар положите нашинкованную крупными кусками капусту и нашинкованную свеклу. Хорошо проварите овощи. Обжарьте на растительном масле мелко нашинкованную луковицу, перед окончанием жаренья посыпьте лук мукой. Добавьте лук в отвар, уксус и прокипятите. Карасей посолите, обваляйте в муке или сухарях, обжарьте с обеих сторон. Опустите их в борщ и вскипятите один раз. Подайте борщ, положив в каждую тарелку рыбу и посыпав зеленью петрушки и укропа.

Борщ «Птичий двор»

Требуется: 300—400 г мяса птицы (курицы, утки, индюшки, индейки), 1 луковица, 1 морковь, 1 свекла, 0,5—1 кг свежей капусты, 2 ст. л. сливочного масла, 1/3 лимона, 100 г сметаны, зелень укропа, лавровый лист, соль, перец, 3—4 картофелины.

Способ приготовления: Разделите тушку птицы, промойте, выложите в глубокую кастрюлю, залейте водой, поставьте на сильный огонь, доведите до кипения, посолите, оставьте вариться на медленном огне. Когда мясо птицы бу-

дет почти готово, выньте его из кастрюли, отделите мясо от костей. Мелко нарезанный лук спассеруйте в масле, добавьте мелко нарезанную морковь, влейте немного бульона и потушите. Свеклу сварите или испеките в духовке, затем очистите от кожуры и натрите на крупной терке. Нашинкуйте мелко капусту, нарежьте кубиками картофель. Заложите капусту и картофель в бульон. За несколько минут до снятия с огня заправьте бульон тушеными овощами и свеклой, добавьте сок лимона, выложите филе мяса птицы. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист. При подаче к столу заправьте сметаной, украсьте зеленью укропа.

Борщ «Дачный»

Требуется: 6—7 картофелин, 2 моркови, 1—2 луковицы, 300 г свекольной ботвы, 200 г свежего гороха, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, 2—3 яйца, соль, зелень петрушки, укропа.

Способ приготовления: Вскипятите воду, положите туда мелко порезанную свекольную ботву, дайте закипеть, затем добавьте нарезанный кубиками картофель. Спассеруйте мелко нарезанные лук и морковь и варите до готовности. За несколько минут до окончания варки посолите, заправьте хорошо взбитыми яйцами. Перед подачей к столу заправьте борщ сметаной и украсьте зеленью.

Борщ «Праздничный»

Требуется: 50 г белых сушеных грибов, 150—200 г вареного чернослива, 3—4 шт. вареной или печеной свеклы, 4—5 картофелин, 1—2 моркови, 2 луковицы, 4 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. сахара, 1 ст. л. уксуса, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа или петрушки, 100 г сметаны.

Способ приготовления: Замочите грибы в воде на час, затем хорошо промойте холодной водой и сварите их в большом количестве воды. Процедите отвар, а грибы нарежьте соломкой. Добавьте нарезанный кубиками картофель, дайте закипеть, затем заправьте спассерованными с томатной пастой овощами. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист, уксус и сахар. Перед снятием с огня выложите в кастрюлю нарезанные соломкой грибы. Отдельно сварите чернослив и отделите его от косточек. Перед подачей к столу добавьте в каждую тарелку чернослив, заправьте сметаной и украсьте зеленью.

Борщ «Саяны»

Требуется: 350—400 г мясного фарша, 300—400 г свежей капусты, 3—4 картофелины, 4—5 ст. л. томатной пасты, 2—3 вареные свеклы, 3—4 зубчика чеснока, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки или укропа, 2—3 ст. л. кулинарного жира.

Способ приготовления: Вскипятите воду, подсолите, добавьте нашинкованную капусту, через несколько минут — нарезанный соломкой картофель. Спассеруйте в жире крупно нарезанные лук и морковь, добавьте томатную пасту и потушите. Свеклу нарежьте соломкой и добавьте в кастрюлю. Заправьте борщ тушеными овощами, добавьте перец, соль, лавровый лист. За несколько минут до готовности выложите в борщ сделанные из готового фарша фрикадельки. Перед подачей к столу обильно посыпьте зеленью.

Борщ «Сахалинский»

Требуется: 400—450 г говядины с косточкой, 3—4 свеклы, 400 г морской капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1/3 лимона, 3—4 ст. л. растительного масла, 150 г сметаны, зелень петрушки.

Способ приготовления: Промойте мясо, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой и варите на медленном огне до полуготовности. Спассеруйте в растительном масле нарезанные соломкой лук, морковь и свеклу. Затем влейте воды и потушите. Морскую капусту добавьте к овощам и потушите до мягкости. Заправьте бульон овощами, посолите, поперчите, добавьте лавровый лист. Перед подачей к столу заправьте сметаной и украсьте зеленью.

Борщ «Снежный»

Требуется: 700 г свеклы, корни петрушки и сельдерея, 200 г сметаны, 2 ст. л. молока, 1—2 ст. л. муки, 4—5 картофелин, 2—3 зубчика чеснока, 4—5 яиц, 1—2 ст. свекольного кваса, соль, перец.

Способ приготовления: Овощи вымойте, нарежьте тонкими ломтиками, залейте горячей водой, посолите и варите до мягкости. Обжарьте муку, затем разведите в небольшом количестве молока и влейте в бульон. После закипания влейте свекольный квас, заправьте сахаром и чесноком, растертым с солью. Перемешайте со сметаной. Подайте отдельно в качестве гарнира отварной картофель или сваренные вкрутую яйца.

Свекольник по-немецки

Требуется: 200—300 г говяжьих костей, 2—3 свеклы, 2—3 моркови, 1—2 луковицы, 2 ст. л. кулинарного жира, 3—4 ст. л. томатной пасты, 3 ч. л. муки, 300—400 г колбасок (сосисок или сарделек), соль, перец, лавровый лист, зелень укропа, 1/2 лимона.

Способ приготовления: Приготовьте мясной бульон из говяжьих косточек. Сварите целиком свеклу, затем натрите ее на крупной терке, положите в бульон. Затем добавьте

пассерованные с томатной пастой лук и морковь, разведенную водой муку и нарезанные кружками колбаски. Проварите все несколько минут, а затем добавьте сок лимона. Перед подачей к столу обильно украсьте зеленью.

Свекольник «Яблочко»

Требуется: 1—2 свеклы, 4—5 картофелин, 4 ст. л. сливочного масла, 2 луковицы, 2—3 моркови, 2 яблока, 2—3 ст. л. муки, 3—4 ст. л. томатной пасты, 200 г сметаны, зелень петрушки, сахар, соль.

Способ приготовления: Нарезьте соломкой картофель и опустите в кипящую воду, добавьте соль, сахар, мелко нарезанный, пассерованный в масле лук и натертую на крупной терке морковь. Когда картофель сварится до готовности, выложите в овощной бульон натертую на крупной терке печеную свеклу и мелко нарезанное яблоко. Доведите до кипения и заправьте томатной пастой. Перед подачей к столу положите в каждую тарелку ложку сметаны и обильно посыпьте зеленью петрушки.

Борщ «Полтава»

Требуется: 800 г мяса птицы, 500 г белокочанной капусты, 80—90 г свиного сала, 2—3 свеклы, 3 ст. л. томатной пасты, 6—8 картофелин, 200—300 г муки, 2 яйца, 1—2 луковицы, 2 моркови, перец, соль, лавровый лист, 1 ст. л. сахара, 100 г сметаны.

Способ приготовления: Обработайте мясо птицы, залейте холодной водой, варите на слабом огне до готовности. Крупно нашинкуйте капусту, выложите ее в кастрюлю с мясом. Затем спассеруйте на сале лук с мукой, морковь и свеклу, добавьте томатную пасту, сахар, потушите и заправьте бульон. Положите в кипящий борщ нарезанный кубиками

картофель, добавьте по вкусу соль, перец, лавровый лист. Приготовьте тесто для галушек. Смешайте яйцо, стакан бульона, муку, добавьте соль, перец. В готовый борщ столовой ложкой опустите галушки. Борщ снимите с огня, когда галушки будут готовы. Перед подачей к столу заправьте борщ сметаной.

Борщ «Потрошки»

Требуется: 800—900 г потрохов, 1—2 свеклы, 5—6 картофелин, 200 г кулинарного жира, 2 луковицы, 2 моркови, 700 г хлебного кваса, 2—3 ст. л. томатной пасты, 100 г сметаны, зелень петрушки или укропа, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления: Сварите потроха в глубокой кастрюле с половиной овощей. Процедите бульон и порежьте потроха. Нарезьте свеклу соломкой, добавьте томатную пасту, хлебный квас, соль и тушите до готовности. Нашинкованные лук и морковь слегка обжарьте в жире. Выложите в бульон нарезанные капусту и картофель, дайте закипеть, добавьте тушеную свеклу и пассерованные овощи, соль, перец, лавровый лист и варите до готовности. Перед подачей к столу заправьте сметаной и положите в каждую тарелку потроха, обильно посыпьте зеленью.

Борщ «Ветчинный»

Требуется: 400—500 г вареной ветчины, 2—3 свеклы, 400 г свежей капусты, 2—3 моркови, 2 луковицы, 3—4 ст. л. томатной пасты, 3 ст. л. уксуса, 3—4 ст. л. сахара, 3 ст. л. сливочного масла, 150 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Нарезанные соломкой свеклу, морковь, лук, томатную пасту, коренья петрушки, уксус,

сахар, соль тушите, помешивая, в небольшом количестве воды с маслом. Через несколько минут добавьте в овощи нашинкованную капусту, потушите. Выложите тушеные овощи в кастрюлю с кипящей водой, добавьте соль, перец, лавровый лист и варите до готовности. Перед подачей к столу заправьте сметаной и украсьте зеленью, в каждую тарелку положите вареную ветчину.

Свекольник «Лимончик»

Требуется: 3—4 свеклы, 2 ст. л. кулинарного жира, 2—3 ст. л. муки, 2 л. мясного бульона, 1—2 лимона, зелень петрушки.

Способ приготовления: Очистите свеклу от кожуры, нарежьте соломкой, обжарьте в жире и добавьте муку. Затем влейте бульон и варите до готовности свеклы. Процедите бульон, свеклу протрите через сито и добавьте лимонный сок. Перед подачей к столу украсьте зеленью петрушки.

Борщ «Киевский»

Требуется: 3—4 свеклы, 4—5 картофелин, 400—500 г свежей капусты, 400 г бараньей грудинки, 400—500 г говядины, 100 г фасоли, 1 луковица, 2 моркови, 5—6 ст. л. томатной пасты, 2 свежих яблока, 300—400 г свекольного кваса, 60 г шпика, 1—2 ст. л. сахара, 150 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, чеснок, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Мясо промойте холодной водой, выложите в глубокую кастрюлю и залейте свекольным квасом. Потушите нарезанные кубиками картофель и овощи. Мелко порежьте баранью грудинку и потушите ее со свеклой и томатной пастой. Отварите фасоль. В кипящий бульон выложите нашинкованную капусту, тушеную баранину и овощи, добавьте к ним сваренную фасоль, специи и варите

до готовности. За несколько минут до окончания варки добавьте нарезанное яблоко и растертый чеснок, положите в борщ сахар и посолите. Перед подачей к столу в каждую тарелку положите кусочки говядины, бараньей грудинки, заправьте сметаной и посыпьте зеленью.



ЩИ

Основу любых щей составляют мясной бульон и овощи, пассерованные, тушеные или отварные. Обязательным считается наличие капусты и томатов, которые можно заменить томатной пастой.

Щи «Красные»

Требуется: 300—400 г говядины или свинины, 1—1,5 кг капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови, 4—5 мелких помидоров лавровый лист, соль, перец, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, 2—3 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления: Мясо хорошо промойте, положите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой и поставьте на сильный огонь. Дайте бульону закипеть, убавьте огонь, осторожно удалите накипь и оставьте вариться до готовности. Картофель очистите от кожуры, промойте и нарежьте ломтиками, добавьте в мясной бульон, подсолите. Мелко нашинкуйте свежую капусту, выложите ее в кастрюлю. Лук и морковь, очищенные от кожуры, мелко нарежьте и спассеруйте на растительном масле, добавьте мелко нарезанные помидоры, влейте немного бульона и тушите под закрытой крышкой, периодически помешивая. Добавьте в

бульон лавровый лист, перец, посолите по вкусу, осторожно помешивая, добавьте тушеные овощи, зелень петрушки и укропа. Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Щи «Зеленые»

Требуется: 300—400 г мяса говядины или свинины, 1—1,5 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови, 2—3 помидора, 200—300 г щавеля, 2 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Мясо промойте холодной водой, положите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь и доведите до кипения. Затем осторожно удалите накипь, убавьте огонь и оставьте вариться до готовности. Мелко нашинкуйте свежую капусту и выложите в мясной бульон. Очищенный и промытый картофель, морковь и помидоры нашинкуйте соломкой и добавьте в бульон, подсолите. Спассеруйте лук в растительном масле и приправьте бульон. Щавель промойте теплой водой, мелко порежьте, выложите в кастрюлю, добавьте лавровый лист, перец, соль, зелень петрушки и укропа. Дайте несколько минут прокипеть и подайте к столу.

Щи с крапивой

Требуется: 100—200 г говядины с косточкой (для навару), 3—4 картофелины, 1—2 луковицы, 1—2 моркови, 2—3 помидора, 300—400 г крапивы, 1—2 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления: Мясо промойте, выложите в кастрюлю, доведите до кипения на сильном огне, удалите накипь и варите на медленном огне. Очищенный и промытый картофель нарежьте кубиками и добавьте в подсоленный

бульон. Помидоры и морковь нарежьте мелкой соломкой и добавьте в кастрюлю. Крапиву обдайте кипятком, мелко нашинкуйте и выложите в кастрюлю. Лук мелко нарежьте и спассеруйте в растительном масле. Заправьте бульон. Добавьте лавровый лист, соль, перец по вкусу. Порежьте мелко зелень петрушки и перед снятием с огня добавьте в кастрюлю. Подайте к столу в горячем или холодном виде.

Щипо-украински

Требуется: 300—400 г свиных ребер, 1—1,5 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1—2 луковицы, 1—2 моркови, 20—30 г шпика, 2—3 ст. л. томатной пасты, 2—3 ст. л. растительного масла или свиного сала, 100 г сметаны, лавровый лист, зелень петрушки, соль, перец.

Способ приготовления: Свиные ребра промойте и обжарьте до румяной корочки на растительном масле или свином сале, затем добавьте мелко нарезанный лук и корни петрушки, накройте сковороду крышкой. Выложите мясо в кастрюлю и залейте холодной водой, поставьте вариться на медленный огонь. Очищенный и промытый картофель нарежьте соломкой и добавьте в кипящий мясной бульон. Мелко нашинкуйте капусту и выложите в кастрюлю. Лук, мелко нарезанный, спассеруйте на растительном масле, добавьте нарезанную соломкой морковь, обжарьте, заправьте томатной пастой, влейте немного бульона и хорошо потушите. Бульон посолите, поперчите по вкусу, добавьте шпик, лавровый лист и заправьте тушеными овощами. Дайте закипеть и добавьте крупно нашинкованную зелень. Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Щи по-русски с квашеной капустой

Требуется: 300—400 г говядины, 300—400 г квашеной капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови,

2—3 ст. л. растительного масла, лавровый лист, перец, соль, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Мясо промойте, выложите в кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения на сильном огне, осторожно удалите накипь и оставьте вариться на медленном огне. Квашеную капусту залейте теплой водой, дайте постоять, затем отожмите и выложите в мясной бульон. Очищенный и промытый картофель нарежьте соломкой и добавьте в бульон. Мелко нарезанный лук спассеруйте на растительном масле, добавьте нашинкованную соломкой морковь, немного обжарьте, заправьте томатной пастой, влейте мясного бульона и потушите, периодически помешивая. Заправьте бульон тушеными овощами, добавьте перец, лавровый лист, подсолите. В конце варки заправьте крупно порезанной зеленью петрушки. Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Щи «Рыбные»

Требуется: 1 банка рыбных консервов в томате, 1—1,5 кг свежей капусты, 3—4 картофелины, 1 луковица, 1—2 моркови, 1—2 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления: Налейте в кастрюлю холодной воды, доведите до кипения, подсолите, добавьте нарезанный кубиками, предварительно очищенный и промытый картофель. Нашинкуйте мелко свежую капусту, добавьте к картофелю. Спассеруйте мелко нарезанный лук на растительном масле, добавьте нашинкованную соломкой морковь, обжарьте немного, влейте воды и потушите. Заправьте овощной бульон тушеными луком и морковью. Дайте закипеть. В кипящий бульон выложите рыбные консервы, положите лавровый лист, добавьте перец, соль по вкусу, а также крупно порезанную зелень петрушки. Накройте кастрюлю крышкой

и снимите с огня. Рыбные щи можно подавать к столу как в горячем, так и в холодном виде.

Щи по-болгарски

Требуется: 200—300 г говядины с косточкой для навару, 1—1,5 кг капусты, 2—3 картофелины, 1—2 луковицы, 5—6 помидоров, 2—3 моркови, 2—3 сладкого болгарского перца, 1 стак. муки, 2—3 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Мясо промойте и выложите в кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения на сильном огне, удалите накипь и оставьте вариться на медленном огне. Затем выньте мясо, отделите от кости, измельчите, дайте остыть. Мелко нашинкуйте свежую капусту. Выложите капусту в мясной бульон, затем добавьте нарезанный кубиками, предварительно очищенный и промытый картофель, посолите. Сладкий болгарский перец нарежьте мелкой соломкой и выложите в бульон. Помидоры прокрутите через мясорубку и полученную массу смешайте с бульоном. Спассеруйте лук, добавьте в него нарезанную соломкой морковь, немного обжарьте и выложите в бульон. Муку разведите в воде и добавьте в бульон. Положите измельченное мясо, перец, лавровый лист. Дайте прокипеть. Заправьте зеленью петрушки. Подавайте к столу горячими.

Щи «Грибные»

Требуется: 50—100 г сушеных грибов, 100—200 г квашеной капусты, 1 луковица, 2 ст. л. растительного масла, зелень петрушки, 2—3 картофелины, перец, соль, 2 ст. л. томатной пасты.

Способ приготовления: Грибы залейте горячей водой и поставьте на несколько минут отмокать. Квашеную капусту

залейте теплой водой, отожмите. Сложите в кастрюлю и залейте кипящей водой, положите томатную пасту, закройте крышкой и тушите на медленном огне. Спассеруйте мелко нарезанный лук на растительном масле, добавьте отжатые, мелко нарезанные грибы. Переложите в кастрюлю с капустой, влейте еще воды и оставьте вариться на медленном огне. Очищенный, промытый картофель порежьте кубиками и добавьте к капусте с грибами, варите на медленном огне до готовности. Положите перец, соль, крупно нарезанную зелень петрушки, снимите с огня.

Щи «Поморские»

Требуется: 500 г рыбного филе, 1 кг свежей капусты, 50 г шпика, 1 луковица, 2 ст. л. томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа.

Способ приготовления: Положите в кипящую воду мелко нарезанный пассерованный со шпиком репчатый лук, затем нашинкованную капусту, чуть позже добавьте кусочки рыбного филе. Варите до готовности рыбного филе при закрытой крышке на слабом огне. Затем добавьте пассерованную томатную пасту, соль, перец, лавровый лист. Перед подачей обильно посыпьте зеленью укропа.

Щи «Крестьянские»

Требуется: 500 г рыбного филе, по 300 г щавеля и шпината, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. л. муки, 2 ст. л. растительного масла, 2 яйца, соль, перец горошком, лавровый лист, зеленый лук.

Способ приготовления: Переберите и тщательно промойте листья шпината и щавеля, отварите и вместе с отваром протрите через сито. Слегка обжарьте мелко нашинкованный лук и морковь, за несколько минут до окончания

жаренья посыпьте мукой. Разведите овощи горячей водой в нужной для супа пропорции. Добавьте пюре щавеля и шпината, лавровый лист, зелень, перец горошком, соль. Все прокипятите несколько минут. Нарезанное некрупными кусками филе рыбы посолите, поперчите, обваляйте предварительно каждый кусок в муке и обжарьте. Перед подачей к столу положите в каждую тарелку кусок рыбы, по половинке сваренного вкрутую яйца и нарезанный зеленый лук.

Щи с фасолью

Требуется: 300—400 г мяса с косточкой, 300—400 г белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа или петрушки.

Способ приготовления: Промойте мясо, выложите в глубокую кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения, осторожно удалите накипь и варите на медленном огне. Когда мясо будет почти готово, добавьте в бульон предварительно промытую фасоль, подсолите. Мелко нашинкованную капусту выложите в кастрюлю и дайте закипеть. Спассеруйте мелко нарезанный лук, добавьте к нему нашинкованную соломкой морковь и томатную пасту, влейте немного бульона и хорошо потушите, периодически помешивая. Заправьте тушеными овощами бульон, добавьте соль, перец, лавровый лист. Перед подачей к столу посыпьте зеленью.

Щи «Советские»

Требуется: 1 банка свиной или говяжьей тушенки, 1—2 луковицы, 1—2 моркови, 300—500 г свежей капусты, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. кулинарного жира или маргарина, 2—3 картофелины, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа.

Способ приготовления: Вскипятите воду, подсолите ее и поставьте на слабый огонь. Нарезьте кубиками картофель и выложите его в кастрюлю. Добавьте мелко нашинкованную капусту. Спассеруйте на жире мелко нарезанные лук и морковь, добавьте томатную пасту, немного потушите. Выложите в кастрюлю с овощами содержимое консервной банки, перемешайте и дайте закипеть. Затем заправьте тушеными овощами, добавьте соль, перец, лавровый лист. Перед подачей к столу украсьте зеленью укропа.

Щи «Скандинавские»

Требуется: 500 г баранины, 500—600 г свежей капусты, 40 г шпика, 1—2 луковицы, 4—5 картофелин, 200 г копченой колбасы, 2—3 зубчика чеснока, 2—3 ст. л. томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, 150 г сметаны.

Способ приготовления: Нашинкуйте капусту, смешайте ее со шпиком и, выложив в сковороду, поставьте в духовку на несколько минут. Приготовьте из баранины крепкий бульон, заправьте его пассерованным луком и морковью, добавьте тушеную со шпиком капусту и дайте некоторое время повариться. Затем добавьте в кастрюлю нарезанный соломкой картофель и мелко нарезанную копченую колбасу, соль, перец, лавровый лист. Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Щи «Поволжские»

Требуется: 500 г говядины с косточкой, 50 г сухих белых грибов, 60—70 г соленых грибов, 300 г квашеной капусты, 1—2 моркови, 1—2 луковицы, 1 репа, 3—4 картофелины, 3—4 зубчика чеснока, 2 ст. л. сливок, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа, 150 г сметаны, 2—3 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления: Залейте мясо, нарезанный лук, половину моркови и репы холодной водой и варите на медленном огне до готовности, посолите, процедите через мелкое сито. Сваренные овощи можно выкинуть. Потушите квашеную капусту в растительном масле до мягкости и добавьте в бульон. Очищенный картофель и промытые сухие грибы положите в кастрюльку и отварите, после чего грибы выньте и порежьте. Выложите грибы и картофель в бульон с капустой, добавьте мелко нарезанный лук и оставшуюся часть овощей, нарезанных соломкой, положите лавровый лист и перец. Готовые щи заправьте растертым чесноком и мелко нарезанным укропом. Перед подачей к столу добавьте в каждую тарелку сметану и соленые грибы.

Щи «Геркулес»

Требуется: 300—400 г говядины с косточкой, 4—5 ст. л. овсяной крупы, 600 г квашеной капусты, 5—6 картофелин, 2 моркови, 2 луковицы, 3—4 ст. л. растительного масла, 4—5 ст. л. томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки, 100—150 г сметаны.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из говядины, квашеную капусту потушите в растительном масле. Отварите до полуготовности крупу. Затем выложите капусту и крупу в кипящий бульон, дайте прокипеть, добавьте пассерованные в томатной пасте лук и морковь, посолите, положите лавровый лист, перец и варите до готовности. Готовые щи заправьте сметаной и украсьте зеленью петрушки.

Щи «Городские»

Требуется: 300 г копченой свинины, 500 г зеленых капустных листьев, 150 г перловой крупы, 1 луковица, 1 ст. л. кулинарного жира, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Залейте холодной водой копченую свинину, добавьте перловую крупу, варите на медленном огне. Обдайте кипятком нашинкованные капустные листья и вместе с пассерованным в жире луком добавьте в бульон с крупой. Посолите, положите перец и лавровый лист. Перед подачей к столу заправьте сметаной и посыпьте зеленью укропа.

Щи «Заячьи»

Требуется: 700 г белокочанной капусты, 300 г костей для бульона, 5—6 г картофелин, 2 луковицы, 2—3 моркови, 2 ст. л. муки, 3—4 ст. л. жира, 5 ст. л. томатной пасты, 1/3 лимона, соль, перец, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Приготовьте крепкий бульон, затем добавьте нарезанную кружками морковь и картофель. Нашинкованную капусту и мелко нарезанный лук сложите в отдельную посуду и варите до готовности. Положите в процеженный бульон капусту, лук, сваренные в бульоне морковь и картофель, посолите, добавьте перец и заправьте томатной пастой. Доведите щи до кипения. Перед подачей к столу заправьте щи сметаной и украсьте зеленью.

Щи «Венгерские»

Требуется: 700 г квашеной капусты, 200 г вареной колбасы, 300 г копченой грудинки, 150 г копченого сала, 3—4 луковицы, соль, перец, 4 зубчика чеснока, зелень укропа, 150—200 г сметаны.

Способ приготовления: Залейте квашеную капусту и копченую грудинку холодной водой и варите до готовности. Затем выньте грудинку из кастрюли, добавьте нарезанный лук, растертый чеснок и укроп, посолите. Пожарьте мелко нарезанное сало с кружками колбасы. Щи посолите, поперчите.

Выложите обжаренное сало и колбасу в кастрюлю. Перед подачей к столу заправьте сметаной и добавьте в каждую тарелку по кусочку грудинки.

Щи «Кислинка»

Требуется: 500 г свинины, 500—600 г квашеной капусты, 2—3 ст. л. пшеничной крупы, 1—2 луковицы, 2 моркови, 2 ст. л. растительного масла, 2—3 ст. л. томатной пасты, зеленый лук, перец.

Способ приготовления: Квашеную капусту промойте, если она сильно соленая, залейте ее на полчаса холодной водой. Затем сложите капусту в глубокую кастрюлю, положите туда промытую свинину и крупу. Когда мясо размягчится, добавьте в кастрюлю пассерованные лук и морковь, томатную пасту и варите несколько минут. Перед подачей к столу посыпьте рубленой зеленью, подайте со сметаной и кусочками мяса.

Щи «Стенные»

Требуется: 500 г баранины, 500—600 г свежей капусты, 3—4 картофелины, 1—2 моркови, 1 луковица, 3—4 свежих помидора, зелень петрушки и укропа, соль, перец, лавровый лист, 2 ст. л. кулинарного жира, 100 г сметаны.

Способ приготовления: Приготовьте крепкий бульон из баранины. В бульон положите нарезанную крупно капусту, через несколько минут добавьте пассерованные в жире овощи, нарезанный кубиками картофель. Положите соль, перец, лавровый лист по вкусу. За несколько минут перед снятием с огня положите в щи нарезанные кружочками помидоры. Перед подачей к столу заправьте сметаной и обильно украсьте зеленью.

Щи «Полевые»

Требуется: 800 г свиных ребер, 500 г квашеной капусты, 2 моркови, 1—2 луковицы, 4—5 ст. л. ячневой крупы, 150—200 г сметаны, 2—3 ст. л. томатной пасты, зелень петрушки или укропа, 3 ст. л. жира, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления: За три часа до приготовления натрите мясо солью. Затем положите мясо, нарезанную капусту, пассерованный лук, морковь и промытую крупу в кастрюлю с холодной водой и варите до мягкости. Выньте из супа мясо и отделите его от костей, нарежьте кусочками и положите обратно в суп. Заправьте щи томатной пастой, посолите, добавьте перец, лавровый лист. Перед подачей к столу заправьте сметаной и обильно посыпьте зеленью.

Щи «Деликатесные»

Требуется: 500—600 г свиных копченых ребер, 400—500 г квашеной капусты, 200 г фасоли, 5—6 картофелин, 2 ст. л. жира, 2—3 ст. л. муки, 2 луковицы, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа.

Способ приготовления: Отварите мелко нашинкованную капусту до мягкости и добавьте нарезанный лук. Замоченную в кипяченой воде фасоль сварите в этой же воде, а затем протрите и добавьте к капусте. В бульоне от фасоли сварите свиные ребрышки, добавьте картофель, нарезанный кубиками, чеснок и перец. Мясо с ребрышек нарежьте тонкими полосками и вместе с бульоном добавьте к капусте. Приготовьте заправку из жира, муки и томатной пасты. При подаче к столу заправьте сметаной и посыпьте укропом.

Щи «Праздничные»

Требуется: 700—800 г осетрины, 4—5 картофелин, 800 г свежей капусты, 1 репа, 2 моркови, 1—2 луковицы, 3—4 ст. л.

томатной пасты, 3 ст. л. кулинарного жира, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Ошпарьте рыбу, очистите и хорошо промойте ее, затем опустите в кипяток и варите до готовности. Ошпаренные и очищенные головы без жабр и глаз, а также хвосты и плавники положите в кастрюлю, залейте холодной водой и сварите бульон. Снятую с вареных голов мякоть соедините с кусками вареной рыбы. Нарежьте капусту и положите ее в рыбный бульон, затем добавьте нарезанный соломкой картофель, лавровый лист, перец, соль. Овощи нарежьте соломкой и спассеруйте в жире с томатной пастой, выложите в кастрюлю с капустой и картофелем. Кусочки рыбы выложите в горшочки и залейте щами, заправьте сметаной и украсьте зеленью петрушки.



СОЛЯНКИ

Основу любой солянки составляют соленые огурцы и несколько видов мяса. Но также существуют рецепты рыбных и овощных солянок.

Солянка «Грибная»

Требуется: 1 ст. соленых грибов, 100 г сушеных грибов, 1 ст. нашинкованной квашеной капусты, 1 морковь, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, зелень и корень петрушки, соль, перец.

Способ приготовления: Сушеные грибы замочите в теплой воде и дайте постоять. Затем отожмите, мелко нашинкуйте и варите на медленном огне. Затем добавьте соленые грибы, квашеную капусту, нарезанную ломтиками морковь,

варите до готовности. Затем влейте растительное масло, мелко нарезанные корни петрушки, соль и перец по вкусу. Перед подачей к столу заправьте сметаной и украсьте зеленью петрушки.

Солянка «Мясная»

Требуется: 200—300 г свинины, 100—200 г говядины, 1 ст. соленых грибов, 1 ст. нашинкованной квашеной капусты, 1 морковь, 1 луковица, зелень петрушки, соль, перец, 100 г сметаны.

Способ приготовления: Промойте мясо, выложите в кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения, удалите накипь, варите на сильном огне. Готовое мясо выньте из кастрюли и слегка обжарьте на растительном масле. Залейте обжаренное мясо бульоном, добавьте спассерованные лук и морковь, нарезанные вдоль соленые грибы и квашеную капусту. Подсолите, поперчите, добавьте лавровый лист. Подавайте к столу со сметаной и зеленью петрушки.

Солянка «Степная»

Требуется: 300 г телятины, 100 г куриного филе или ветчины, 50 г сервелата или копченого бекона, 2 моркови, 2 луковицы, 3—4 картофелины, 30—40 г сала, 50 г водки, лавровый лист, соль, перец, зелень.

Способ приготовления: Спассеруйте мелко нарезанные лук и морковь в кусочках сала. Добавьте воды и доведите до кипения, посолите, поперчите бульон по вкусу. Нарежьте картофель кубиками и выложите в бульон. Удалите из бульона сало и добавьте нарезанное кусочками средней величины мясо, филе птицы, сервелат. Добавьте в бульон лавровый лист и выдержите на огне до готовности. Перед снятием с огня добавьте в солянку 50 г водки. Последним штрихом для прида-

ния блюду пикантности будет головешка. Выньте головешку из огня и потушите ее в солянке.

Солянка «Солдатская»

Требуется: 100 г соленых огурцов, 100—150 г квашеной капусты, 300—400 г жирного мяса (говядины, свинины, баранины), 50 г перловой крупы, 50—100 г свежих огурцов, 100 г соленых грибов, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст. л. сала или растительного масла, соль, перец, зелень.

Способ приготовления: Лук мелко нашинкуйте, добавьте нарезанную соломкой морковь, спассеруйте в масле или растительном масле. Выложите спассерованные лук и морковь в глубокую посуду, влейте воды, добавьте нарезанных соломкой соленых огурцов, дайте закипеть. Затем выложите в кастрюлю мясо, нарезанное кусочками средней величины поперек волокон. Бульон посолите, поперчите, добавьте лавровый лист. Дайте бульону закипеть, затем выложите в кастрюлю нашинкованную квашеную капусту, соленые грибы и перловую крупу. Спустя несколько минут добавьте нарезанные соломкой свежие огурцы. Перед подачей к столу украсьте зеленью.

Солянка «Волжская»

Требуется: 500 г свежей стерляди, 100 г соленых огурцов, 2—3 помидора, 2 луковицы, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки, 2 ст. л. томатной пасты, маслины.

Способ приготовления: Разделайте рыбу, удалите кости. Из головы и костей приготовьте слабосоленый бульон. Спассеруйте мелко нарезанный лук, добавьте томатную пасту, затем выложите филе рыбы, нарезанное крупными кусками. Далее добавьте в кастрюлю нарезанные соломкой огурцы,

помидоры, лавровый лист, перец, соль. Перед подачей к столу добавьте к каждой порции маслины, украсьте зеленью петрушки.

Солянка «Пикантная»

Требуется: 500 г жирного мяса, 250 г мясных продуктов (колбаса, сосиски, ветчина), 2 луковицы, 2 ст. л. томатной пасты, 100 г сметаны, 1/4 лимона, 150—200 г соленых огурцов, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Приготовьте из жирного мяса крепкий бульон. Обжарьте в растительном масле мясные продукты. Залейте обжаренные мясные продукты бульоном. Добавьте спассерованный в растительном масле с добавлением томатной пасты лук. Нарезьте соломкой соленые огурцы и выложите в кастрюлю. Добавьте лавровый лист, соль, перец. Подавайте к столу со сметаной, лимоном, зеленью.

Солянка «Морская»

Требуется: 400—500 г филе любой морской рыбы, 2 луковицы, 1—2 моркови, 2 ст. л. томатной пасты, 100 г сметаны, 1/4 лимона, 150—200 г соленых огурцов, 50—100 г морской капусты, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления: Промойте филе рыбы, приготовьте из него слабосоленый бульон. Выньте рыбное филе из бульона, слегка обжарьте. Спассеруйте крупно нарезанные лук и морковь с добавлением томатной пасты. Залейте обжаренное филе рыбы бульоном, добавьте лук и морковь, крупно нарезанные соленые огурцы и морскую капусту. Через несколько минут добавьте лавровый лист, соль, перец. Подавайте к столу со сметаной или лимоном без кожуры, украсьте зеленью.

Солянка «Дальневосточная»

Требуется: 600—800 г любой дальневосточной рыбы, 2 луковицы, 50 г соленых огурцов, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. сливочного масла, лавровый лист, перец горошком, 1/2 лимона, соль, маслины или оливки, зелень петрушки.

Способ приготовления: Нарезьте рыбу крупными кусками, залейте холодной водой, доведите до кипения, удалите накипь, посолите и варите на слабом огне. Затем осторожно извлеките рыбу из бульона. Нашинкованный тонкими ломтиками репчатый лук слегка обжарьте на сливочном масле, через несколько минут добавьте томатную пасту. Очистите соленые огурцы от кожуры и порежьте их тонкими ломтиками. Опустите в кипящий бульон подготовленные овощи и специи, затем выложите рыбное филе, доведите до кипения и снимите с огня. При подаче в каждую тарелку положите кусок рыбы, несколько кружочков очищенного от кожуры лимона и несколько маслин или оливок, украсьте зеленью петрушки.

Солянка «Осенняя»

Требуется: 500 г мяса, 300 г вареных или жареных мясных продуктов (ветчины, сосисок, копченой или полукопченой колбасы или других продуктов), 2 луковицы, 150 г соленых огурцов, 100—150 г соленых грибов, 50—100 г свежих или сушеных грибов, 2 ст. л. томатной пасты, 3 ст. л. сливочного масла, 100 г сметаны, 1/4 лимона, соль, перец, лавровый лист, маслины, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления: Приготовьте крепкий мясной бульон, процедите его через марлю или мелкое сито. Мясные продукты слегка обжарьте на сливочном масле. Лук нарежьте тонкой соломкой, слегка обжарьте на сливочном масле и потушите его с томатной пастой. Свежие грибы нарежьте вдоль и немного обжарьте на сливочном масле. Очистите

соленые огурцы от кожицы, мелко нарежьте. Выложите в глубокую кастрюлю обжаренные мясные продукты, добавьте приготовленные овощи и грибы, выложите соленые грибы, залейте бульоном, посолите, поперчите, приправьте лавровым листом и проварите все при слабом кипении несколько минут. При подаче положите в каждую тарелку ломтик лимона, очищенный от кожуры, маслины, зелень петрушки и укропа.

Солянка «Донская»

Требуется: 300 г осетрины, 1 морковь, 1 луковица, 100 г соленых огурцов, 100 г помидоров, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 лимона, зелень петрушки, маслины или оливки, корни петрушки.

Способ приготовления: Нарежьте морковь и петрушку тонкими ломтиками, лук нашинкуйте и спассеруйте. В кипящий бульон выложите спассерованные корни, доведите до кипения. Заложите мелко нарезанные соленые огурцы, маслины или оливки, рыбу, разделенную на порционные кусочки, и доведите до готовности. В конце варки добавьте помидоры, нарезанные кружочками. Солянку подайте к столу с лимоном, посыпав зеленью петрушки.

Солянка по-русски

Требуется: 100 г говядины, 50—100 г вареной ветчины, 50—70 г почек, 50 г сосисок, 1 луковица, 100 г соленых огурцов, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. сливочного масла, 1/3 лимона, маслины или оливки, зелень петрушки, 100 г сметаны.

Способ приготовления: Мелко нашинкованный лук спассеруйте с томатной пастой и сливочным маслом. Очистите соленые огурцы от кожицы и нарежьте соломкой, слегка обжарьте. Нарежьте вареное мясо, язык, почки тонкими

ломтиками. Так же нарежьте ветчину и сосиски. Выложите в кастрюлю набор мясных продуктов, спассерованный лук, огурцы, маслины или оливки, залейте бульоном, доведите до кипения и варите на слабом огне несколько минут. Перед подачей к столу положите в солянку кружочки очищенного от кожицы лимона и посыпьте зеленью. Отдельно подайте сметану.

Солянка по-казахски

Требуется: 150 г говядины, 50 г бараньей колбасы, 50 г копченой баранины, 50—70 г говяжьего языка, 100—150 г соленых огурцов, 1 луковица, 2 ст. л. топленого масла, 2 ст. л. томатной пасты, зелень петрушки и укропа, 100 г сметаны, лавровый лист.

Способ приготовления: Спассеруйте нашинкованный лук на топленом масле, добавьте томатную пасту и потушите. Разрежьте соленые огурцы вдоль на 4 части, удалите семечки и нарежьте тонкими ломтиками, затем залейте крепким бульоном и отварите. Нарежьте отварное мясо и язык, а также баранью колбасу и копченую баранину тонкими ломтиками. При подаче выложите в кипящий бульон огурцы, лук с томатом, мясопродукты, черный перец горошком, лавровый лист, прокипятите и доведите до готовности. Подайте к столу со сметаной и рубленой зеленью укропа и петрушки.

Солянка «Бобовая»

Требуется: 150 г мяса, 50 г ветчины, 50—100 г вареного языка, 50—100 г копченой колбасы, 2 луковицы, 100—150 г соленых огурцов, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны или майонеза «Провансаль», 1/4 лимона, соль, перец, зелень петрушки, 100—150 г фасоли.

Способ приготовления: Мелко нашинкованный лук слегка поджарьте на растительном масле, добавьте томатной пасты и потушите несколько минут на медленном огне. Очистите соленые огурцы от кожицы и семян, мелко нарежьте их, добавьте поджаренный лук, залейте все предварительно сваренным бульоном, вскипятите на слабом огне. Фасоль переберите, промойте, залейте холодной водой и варите на слабом огне до готовности в закрытой посуде. Готовую фасоль процедите. Мясные продукты слегка обжарьте, предварительно нарезав тонкими кусочками, и выложите в бульон. Все проварите при слабом кипении несколько минут. Перед снятием с огня добавьте сваренную фасоль, соль, перец. При подаче к столу заправьте солянку сметаной или майонезом «Провансаль», украсьте зеленью петрушки, добавьте лимон.

Солянка «На скорую руку»

Требуется: 50 г свиного сала (свежее или соленое), 50—70 г ветчины, 50—70 г копченой колбасы, 50—70 г сосисок, 1 луковица, 1 морковь, 50—100 г соленых огурцов, 2 ст. л. томатной пасты или 3—5 помидоров, 2 ст. л. растительного масла, соль, зелень петрушки, 50 г сметаны.

Способ приготовления: Нарежьте сало мелкими кусочками, выложите на разогретую сковородку, затем на вытопленном сале обжарьте предварительно нарезанные тонкими кусочками мясопродукты. Спассеруйте на растительном масле мелко нарезанный лук, добавьте томатную пасту или мелко нашинкованные помидоры и нарезанную соломкой морковь, влейте немного воды и потушите. Очистите огурцы от кожуры и нарежьте соломкой. вскипятите воду, выложите мясопродукты, посолите, добавьте тушеные овощи и нарезанные соленые огурцы. Проварите все несколько минут на медленном огне. При подаче к столу заправьте сметаной, украсьте петрушкой.

Солянка-французски

Требуется: 600—700 г свежих шампиньонов, 5—6 соленых огурцов, 2—3 луковицы, 100 г маслин, 3 ст. л. томатной пасты, 150 г сметаны, лимон, зелень петрушки и укропа, соль, перец.

Способ приготовления: Промойте холодной водой шампиньоны, залейте их водой и варите до готовности. Затем отвар процедите. Спассеруйте нарезанный лук в растительном масле, добавьте томатную пасту. Отваренные грибы, пассерованный лук и нарезанные соломкой огурцы положите в процеженный бульон, добавьте соль, перец и варите несколько минут. Перед подачей к столу украсьте долькой лимона и заправьте сметаной.



БУЛЬОНЫ

Чаще всего бульоны и супы варят из курицы, иногда из индейки. Гусь и утка очень жирные, поэтому они больше подходят для жареных, тушеных и запеченных блюд. Для того чтобы бульон получился вкусным и наваристым, положите порезанную на куски домашнюю птицу в кастрюлю и залейте холодной водой. Доведите воду до кипения, затем продолжайте варить на слабом огне, иначе бульон помутнеет. Прозрачность бульона зависит также от того, как тщательно вы будете снимать пену.

Бульон «Радость жизни»

Требуется: 500 г птицы, 2 л воды, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. л. сливочного масла, зелень петрушки и сельдерея, перец, 200 г тертого сыра, лавровый лист, соль.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный бульон из птицы, добавьте соль, перец.

Мясо птицы отделите от костей, порежьте небольшими кусочками, разложите по тарелкам.

Макаронны отварите отдельно, чтобы бульон не потерял прозрачности. Корень сельдерея и морковь порежьте кубиками, помидоры — дольками.

Положите в тарелки сырые овощи, макароны. Залейте все бульоном. Добавьте порубленную зелень укропа и петрушки.

Бульон «Вдохновение»

Требуется: 400 г птицы, 200 г моркови, 1 лимон, 100 г картофеля, 3 зубчика чеснока, 2 крупные луковицы, 1 ст. л. сливочного масла, зелень, соль по вкусу.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из птицы, процедите его. Отварите картофель целиком, разомните его с мелко порезанным чесноком. Подогрейте бульон, положите в него полученную массу и обжаренные до золотистого цвета в масле лук, морковь. Добавьте зелень, соль.

Бульон «Причуда»

Требуется: 400 г птицы, 2 луковицы, 1 морковь, 2 л воды, зелень укропа, 4 желтка яйца (на 4 порции), соль.

Способ приготовления: Приготовьте из птицы бульон, периодически снимая пену и жир. Процедите его. Мелко порежьте лук, морковь, зелень укропа. Разложите по бульонным чашкам овощи, зелень, сырой желток. Залейте охлажденным до 80 градусов бульоном.

Бульон «Дар судьбы»

Требуется: 200—300 г птицы, 1 луковица, 2—3 картофелины, 1 морковь, зелень петрушки, 1/2 ст. сметаны, соль, 20 г хрена.

Способ приготовления: Разделите курицу (или другую птицу) на 4 части и залейте холодной водой. Доведите до кипения, снимите пену и варите бульон еще 1 час на слабом огне. Положите мелко порезанные морковь, картофель, лук, добавьте тертый хрен, посолите и доведите до готовности.

Подайте к столу с рубленой зеленью, заправьте сметаной.

«Утренний» бульон

Требуется: 500 г индейки, 2,5 л воды, 2 моркови, 2 головки репчатого лука, 1 ст. л. сливочного масла, 3 яйца, 1/3 стакана молока, зелень, соль.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный бульон из индейки. Мелко нарежьте морковь, лук и положите в бульон. Посолите, добавьте зелень.

Приготовьте омлет, нарежьте довольно крупными ромбиками, положите в каждую тарелку по одному кусочку и залейте бульоном. Подайте к столу с соленым печеньем.

Бульон «Маленький Китай»

Требуется: 500 г птицы, 2,5 л воды, 70 г риса, 1/2 лимона, лавровый лист, соль, зелень укропа, лук-порей, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления: Порежьте птицу на кусочки и поджарьте их в масле до образования золотистой корочки. Предварительно посолите каждый кусочек и смажьте лимонным соком. Опустите обжаренные кусочки птицы в кипящий бульон. Положите лавровый лист, соль, отдельно отваренный рис, зелень. Подайте к столу со сметаной или майонезом.

Бульон «Свежесть»

Требуется: 1/2 курицы, 2 моркови, 1 луковица, 2 картофелины, 1/2 ст. фасоли, 1 яйцо, зелень киндзы, сушеная мята, соль по вкусу, 2,5 л воды.

Способ приготовления: Залейте курицу холодной водой, доведите до кипения. Положите фасоль. Мелко нарежьте овощи и добавьте в бульон в следующем порядке: морковь, картофель, лук. За 10 минут до готовности возьмите 1/2 ст. бульона, охладите его, размешайте с сырым яйцом и медленно вливайте полученную смесь в бульон, помешивая его ложкой. Добавьте измельченную зелень киндзы, соль.

Подавая к столу, посыпьте бульон сушеной мятой.

Грибной бульон «Запах леса»

Требуется: 400 г птицы, 2,5 л воды, 50 г свежих грибов, 1 морковь, 1 луковица, лавровый лист, сельдерей, петрушка, соль, 2 ст. л. сливочного масла, перец, 100 г картофеля.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из птицы. Процедите его. Нарежьте картофель и морковь кубиками, положите в бульон. На сливочном масле обжарьте мелко порезанный лук и натертую на терке морковь. Добавьте в бульон. Положите лавровый лист, соль.

Грибы отварите отдельно.

Перед тем как подавать бульон, положите порезанные на мелкие кусочки мясо птицы, вареные грибы, зелень.

Бульон «Восторгдуши»

Требуется: 600 г птицы, 200 г куриной печени, 1 морковь, 1 луковица, зелень, соль, 1 ст. л. сливочного масла, 2 л воды, 2 ст. л. сметаны, перец.

Способ приготовления: Влейте в кастрюлю 2 л холодной воды, добавьте птицу, разрезанную на куски. Затем (после закипания воды) убавьте огонь и положите куриную печень, тщательно промытую заранее. Зелень свяжите ниткой и положите в бульон, когда он почти готов. Выньте через несколько минут.

Обжарьте лук и морковь на сливочном масле, положите в бульон. Добавьте соль по вкусу.

Когда куриная печень будет готова, выньте ее из бульона, охладите, дважды пропустите через мясорубку, чтобы паштет получился воздушным. Добавьте немного бульона и сливочного масла, посолите, поперчите, разомните желток вареного яйца и положите в паштет. Тщательно все перемешайте.

Разрежьте булку тонкими ломтиками, намажьте их паштетом. Подайте к бульону.

«Балагур» с клецками

Требуется: 300 г птицы, 2,5 л воды, 1 луковица, 1 картофелина, 1 морковь, 5 горошин перца, лавровый лист, зелень укропа, соль, 1 ст. л. сливочного масла.

Для клецек: 4 ст. л. муки, 1 ст. л. сливочного масла, 1 яйцо, 1 ст. л. молока, немного соли.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный бульон. Положите картофель и клецки в кипящий бульон. За 10 минут до готовности добавьте обжаренные на масле морковь, лук, затем положите лавровый лист, душистый перец, зелень, посолите.

Для приготовления клецек возьмите муку, немного молока, сливочного масла, 1 яйцо, чуть-чуть соли и замесите тесто, по густоте напоминающее сметану. Захватывайте понемногу краем горячей ложки тесто и опускайте в кипящий бульон. Не забудьте после этого накрыть бульон крышкой на 3—4 минуты.

Разлейте бульон по тарелкам и засыпьте рубленой зеленью, заправьте сметаной.



СУПЫ

Суп «Молдаваночка»

Требуется: 1/2 курицы, 100 г риса, 1 морковь, 2 луковицы, 2 ст. л. топленого масла, 1/2 ст. кваса хлебного, зелень петрушки, 2 картофелины, 1,5 л воды, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления: Порежьте курицу кусочками, положите в кастрюлю и залейте холодной водой. Доведите до кипения и варите на слабом огне 1—1,5 часа. Не забудьте снимать пену. Положите в бульон порезанный кубиками картофель. За 15 минут до готовности добавьте обжаренные в топленом масле лук, морковь. За 5 минут до готовности супа влейте квас, посолите, поперчите. Посыпьте рубленой зеленью.

Суп «Отрада»

Требуется: 1/2 курицы, 100 г картофеля, 2 луковицы, 1 морковь, 300 г свежей рыбы, перец, зелень сельдерея.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный куриный бульон, процедите его. Достаньте из бульона курицу — ее вы можете использовать при приготовлении салата «Оливье». В бульон положите порезанную на кусочки рыбу и варите до готовности. Добавьте соль, перец.

Разложите по тарелкам мелко нарезанные лук, морковь, зелень, кусочки рыбы. Залейте бульоном.

Суп с потрохами

Требуется: 300—350 г потрохов кур или гуся, 100 г лапши, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, 2—3 картофелины, 2 ст. л. сливочного масла, 100 г репы, 2 зубчика чеснока, 2 гвоздики, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из потрохов, процедите его. Положите порезанный картофель, лапшу, репу, пассерованный лук, морковь, гвоздику. Посолите. Добавьте измельченный чеснок, рубленую зелень петрушки.

Суп «Луковый»

Требуется: 400 г птицы, 4 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. муки, 100 г сыра, лавровый лист, соль, зелень сельдерея и петрушки.

Способ приготовления: Залейте птицу холодной водой, доведите до кипения и варите до готовности. На сковороде растопите сливочное масло и обжарьте лук до золотистого цвета. Добавьте 1 ст. л. муки и тоже обжарьте ее, постоянно помешивая. Положите в бульон. За несколько минут до готовности положите лавровый лист, посолите. Подайте к столу с тертым сыром, рубленой зеленью сельдерея и петрушки.

Суп «Любовная песнь пастуха»

Требуется: 600 г птицы, 1/4 часть вилка свежей капусты, 1 морковь, 4 картофелины, 3 лавровых листа, 2 луковицы средней величины, 1/2 кг помидоров, 2 ст. л. сливочного масла, 1/2 ст. сметаны, соль, перец, 2,5 л воды.

Способ приготовления: Залейте птицу 2,5 л холодной воды, сварите бульон, положите в него морковь целиком. Очистите картофель и порежьте его кубиками, добавьте в бульон.

Помидоры очистите от кожицы. Для этого опустите их на 1—2 минуты в горячую воду. Разомните в отдельной посуде очищенные помидоры.

Растопите сливочное масло на сковороде, обжарьте до золотистого цвета лук, затем положите туда полученную томатную пасту и 1/2 ст. бульона, потушите их до готовности.

Положите в бульон мелко нарезанную капусту за 25 минут до конца варки, через 10 минут добавьте тушеные помидоры. Посолите, поперчите, положите лавровый лист, рубленую зелень.

Перед подачей к столу заправьте сметаной.

Суп «Зов природы»

Требуется: 1/2 курицы, 1 луковица, 2 картофелины, 2 зубчика чеснока, 30 г пшена, 1 ст. л. сливочного масла, лавровый лист, соль по вкусу.

Способ приготовления: Приготовьте бульон. Положите в него промытое в холодной воде пшено и порезанный дольками картофель. Лук обжарьте в масле, добавьте в бульон. Положите лавровый лист, соль, доведите до готовности.

Подайте к столу с рубленой зеленью и тертым чесноком

Суп «Атлет»

Требуется: 400 г птицы, 2,5 л воды, 2 луковицы, 50 г картофеля, 60 г гороха, зелень укропа, 1 ст. л. сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления: Порезьте птицу на куски, залейте холодной водой, доведите до кипения и варите на медленном огне до готовности.

Положите горох, мелко порезанный картофель. Обжарьте лук на сливочном масле и положите в бульон. Добавьте соль, перец по вкусу, зелень.

Суп «Пингвин»

Требуется: 400 г птицы (гуся или курицы), 2 л воды, 1/2 ст. гороха, 1/2 ст. сметаны, 60 г вермишели, 2 картофелины, 2 луковицы, 1 ст. л. топленого масла, 1 ст. л. томатной пасты,

2 дольки чеснока, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный бульон. Положите порезанный кубиками картофель, горох. Отдельно отварите вермишель и добавьте в бульон. На разогретом топленом масле обжарьте лук и томатную пасту, положите в бульон.

Подавая к столу, заправьте порубленной зеленью и измельченным чесноком.

Суп «Сельская идиллия»

Требуется: 400 г птицы, 3 картофелины, 2 луковицы, 1 морковь, 1/3 ст. перловой крупы, 50 г свиного сала, 2 лавровых листа, 2 л воды, 30 г репы, зелень петрушки, лук-порей, перец черный молотый.

Способ приготовления: Порезьте птицу на кусочки, залейте холодной водой и доведите до кипения. Заранее замоченную перловую крупу промойте, залейте кипятком, распаривайте 40—60 минут и положите в бульон. Порезьте овощи и добавьте их в бульон в следующем порядке: сначала морковь, потом репу.

Растопите мелко порезанное свиное сало на сковороде, обжарьте лук и положите в бульон.

Добавьте лавровый лист, перец, соль, рубленую зелень.

Суп-пюре «Душанараспашку»

Требуется: 400 г птицы, 150 г куриной печени, 1 крупная луковица, лавровый лист, перец, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ст. молока, 1 яичный желток, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления: Сварите бульон из птицы, процедите его.

На сковороде обжарьте на сливочном масле тщательно промытую и нарезанную печенку, лук до золотистой корочки. Добавьте $\frac{2}{3}$ стакана бульона и потушите на медленном огне, пока печень не станет мягкой. Затем дважды пропустите все через мясорубку и смешайте с молоком. Потихоньку влейте полученную смесь в бульон, постоянно помешивая его. Доведите бульон до кипения, добавьте соль, лавровый лист, перец, взбитый с $\frac{1}{2}$ стакана бульона яичный желток.

Суп подайте с белыми сухариками.

Суп-пюре «Снега Альп»

Требуется: 500 г птицы, 10 картофеля, 1 луковица, 1 ст. л. сливочного масла, 3 л воды, 1 яичный желток, $\frac{1}{2}$ ст. сметаны, соль.

Способ приготовления: Залейте птицу холодной водой. Приготовьте бульон, процедите его. Отварите отдельно нарезанный картофель и морковь. Протрите овощи на мелкой терке, затем через сито и добавьте в бульон. Мясо птицы выньте.

На сливочном масле с добавлением 2 ст. л. бульона поджарьте муку, постоянно помешивая, иначе она подгорит. Влейте в бульон. За 3 минуты до готовности положите лавровый лист, перец. После охлаждения бульона до 75—80 градусов добавьте взбитый яичный желток с добавлением бульона. В посуду положите мелко нарезанный лук, рубленую зелень, мясо птицы.

Разлейте суп по тарелкам, заправьте сметаной.

Суп-пюре «Стрелы Амура»

Требуется: Половина курицы, 600 г помидоров, 1 луковица, 1 морковь, лавровый лист, перец, 1 ст. л. сливочного масла, $\frac{1}{2}$ л. воды, соль, $\frac{1}{2}$ ст. макарон, зелень петрушки, $\frac{1}{2}$ ст. сметаны.

Способ приготовления: Разделите курицу на кусочки, залейте холодной водой. Доведите до кипения, снимите пену и варите на слабом огне около часа.

Очищенные от шкурки помидоры порежьте и тушите, предварительно добавив 1 ст. бульона.

Отдельно поджарьте на сливочном масле лук, морковь, добавьте к помидорам. Затем протрите все через сито и положите в бульон. За 10 минут до готовности добавьте лавровый лист, соль, перец.

Положите в тарелки отдельно отваренные макароны, куриное мясо, зелень петрушки. Заправьте суп сметаной.

«Сибирское здоровье»

Требуется: 700 г птицы (лучше курятины), $\frac{1}{2}$ кг. муки, 1 яйцо, соль, перец, $\frac{1}{2}$ ст. сметаны или $\frac{1}{3}$ ст. майонеза, 2 л воды, сливочное масло.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из 300 г птицы, процедите его. Достаньте птицу, освободите ее от шкурки и костей, порежьте кусочками. Прокрутите через мясорубку оставшуюся сырую курятину, 1 луковицу, вымоченную в молоке мякоть хлеба. Фарш посолите немного, добавьте перца по вкусу.

Для приготовления теста возьмите $\frac{1}{2}$ кг муки, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана воды. Все тщательно перемешайте. Месите тесто, по необходимости добавляя муку. Тесто нарежьте мелкими квадратиками или ромбиками, налепите пельмени.

Отварите пельмени отдельно в подсоленной воде, чтобы бульон оставался прозрачным; залейте пельмени горячим бульоном, добавьте рубленую зелень, сметану или майонез, сливочное масло по вкусу.

Суп «Хорошее настроение»

Требуется: 300 г индейки или курицы, 100 г картофеля, 100 г лука репчатого, 50 г сухих грибов, лавровый лист, 1 яйцо, 1 ст. л. сливочного масла, зелень, соль.

Способ приготовления: Замочите грибы в холодной воде. Мелко нарежьте картофель, лук.

Положите в кастрюлю индейку, грибы и лавровый лист, залейте холодной водой и варите 50 минут. Добавьте нарезанный кубиками картофель. За 10 минут до конца варки положите в бульон спассерованный лук. Посолите. Подайте к столу с рубленой зеленью и измельченным вареным яйцом.

Суп «Ленивый»

Требуется: 600 г птицы, 4 картофелины, 1 луковица, 2 л воды, 2 крупных помидора, 1 корень петрушки, 1 ст. л. топленого масла, 100 г сыра, 0,2 г шафрана, перец, соль.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный бульон, процедите его. Положите мелко нарезанный картофель.

Обжарьте в топленом масле измельченные лук, корень петрушки, помидоры, с добавлением шафрана. Положите все в бульон. Посолите, поперчите. Подайте к столу с рубленой зеленью и тертым сыром.

Суп «Райскоенаслаждение»

Требуется: 500 г птицы, 1 морковь, 1 луковица, 1/2 ст. риса, 2 лимона, лавровый лист, перец, соль, 1/2 ст. сметаны.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из птицы, снимая жир и пену. Положите целиком морковь. Измельчите лук и тоже положите в бульон.

Чтобы бульон оставался прозрачным, отварите рис отдельно или предварительно обдайте его кипятком.

За несколько минут до готовности положите рис, нарезанный ломтиками лимон, лавровый лист, перец, соль.

Сметану к бульону подайте в отдельной посуде.

Суп-пюре «Воспоминание детства»

Требуется: 500 г мяса цыплят, 1/2 моркови, 1 луковица, 1 ст. молока, 2 ст. л. муки, 2 ст. л. сливочного масла, 1/2 л воды, 1/2 ст. сметаны, 20 г шпината, зелень лука, соль.

Способ приготовления: Сварите прозрачный бульон, процедите его. Положите 1 луковицу и 1/2 моркови целиком. Посолите.

Достаньте готовую птицу из бульона, отделите от костей, порежьте на кусочки и прокрутите через мясорубку. Влейте в полученную массу 1/2 ст. охлажденного бульона, 1 ст. молока, 2 ст. л. муки и 2 ст. л. масла и мешайте до образования однородной массы. Полученную смесь постепенно вливайте в бульон, постоянно помешивая.

Положите в тарелки измельченный лук, нарезанный соломкой шпинат, залейте бульоном, заправьте сметаной.

Подавайте с пирожками или гренками.

Суп «Цыплячье нежности»

Требуется: Небольшой цыпленок, 2,5 л воды, 1/2 ст. сметаны, перец, соль, 3 ст. л. арахиса, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления: Приготовьте бульон из цыпленка, процедите его, посолите.

Достаньте готового цыпленка, порежьте на кусочки, прокрутите через мясорубку. Полученную массу размешайте со сметаной и маслом с добавлением небольшого количества бульона

Опустите полученное в суп, размешайте, потушите огонь и дайте настояться 5—10 минут.

Разлейте суп по тарелкам, поперчите и посыпьте толченым жареным арахисом.

Суп «Экзотический»

Требуется: 500 г птицы, 1,5—2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 300 г шампиньонов, 2 ст. л. сливочного масла, зелень укропа и петрушки, соль.

Суп «Эврика»

Требуется: 500 г птицы, 1,5–2 л воды, 3 шт. репчатого лука, 1 морковь, 1 сладкий перец, мускатный орех, тмин, перец черный молотый, соль, 3 помидора, 2 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления: Приготовьте бульон, процедите его. Мелко порезанную морковь, лук, сладкий перец обжарьте в сливочном масле. Добавьте тмин, измельченный мускатный орех, черный перец, влейте 1/2 ст. бульона и потушите 10 минут. Положите все в суп, посолите. Добавьте очищенные от шкурок и порезанные дольками помидоры. Разлейте по тарелкам.

Отваренный заранее рис подайте в отдельной посуде.

Суп «Удивление»

Требуется: 400 г птицы, 3 картофелины, зелень петрушки, 200 г баклажанов, 100 г кабачков, 100 г свежих грибов, 3 зубчика чеснока, 2,5–3 л воды, 2 ст. л. томатной пасты, 50 г грецких орехов, 100 г сыра, 1 ст. л. муки и сливочного масла.

Способ приготовления: Приготовьте бульон, снимая пену и лишний жир. Положите в бульон нарезанные грибы, кабачки, картофель, баклажаны и варите до готовности. Обжарьте в масле муку, добавьте томатную пасту. Через 2–3 минуты положите полученный соус в суп. Разлейте по тарелкам.

Подайте с измельченным чесноком, тертыми грецкими орехами и сыром. Посыпьте рубленой зеленью петрушки.

Суп «Дружеский привет»

Требуется: 500 г куриного мяса, 2 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 огурец, 100–150 г картофеля, 1 яйцо, 2 ст. л. муки, соль, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. молока.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный куриный бульон. Отдельно отварите картофель.

Способ приготовления: Приготовьте прозрачный куриный бульон. Очистите яблоки от шкурки и сердцевин, мелко порежьте. Измельчите лук.

Обжарьте на разогретой сковороде лук и яблоки, положите в бульон. За 15 минут до готовности добавьте зеленый горошек.

Перед подачей к столу заправьте суп сливками. Посолите, поперчите.

Суп «Ароматный»

Требуется: 300 г птицы, 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 300 г шампиньонов, 2 ст. л. сливочного масла, зелень укропа и петрушки, соль.

Способ приготовления: Приготовьте бульон, процедите его. Мелко порежьте лук, грибы. Потрите на мелкой терке морковь.

Растопите на сковороде сливочное масло. Обжарьте грибы и овощи. Добавьте 1 ст. бульона и потушите 30–40 минут. Положите все в суп вместе с рубленой зеленью укропа и петрушки.

В тарелки добавьте по ломтику лимона.

Суп «Деревенский праздник»

Требуется: 400 г гусиных потрохов, 2,5 л воды, 3 картофелины, 3 луковицы, 2 моркови, 1 ст. сливок, 1/2 ст. риса, 2 ст. л. сливочного масла, зелень укропа, перец, соль, 1/2 кг сосисок.

Способ приготовления: Положите гусиные потроха в холодную воду и варите до готовности. Порежьте картофель и положите в суп.

Измельчите лук, морковь, обжарьте на сливочном масле и опустите в суп вместе с отваренным отдельно рисом и поварите 5 минут. Посолите, поперчите. Заправьте суп сливками. Добавьте порезанные сосиски, зелень.

Перемешайте сливочное масло, молоко, яйцо, муку и размятый картофель до образования однородной массы, посолите. Скатайте картофельные шарики, обваляйте их в муке, слегка обжарьте в сливочном масле до образования румяной корочки, опустите в суп за несколько минут до готовности.

Разложите по тарелкам нарезанные огурец, лук, морковь, залейте бульоном с картофельными шариками.

Суп «Мечта»

Требуется: 300 г птицы, 2 л воды, 1 морковь, 2 луковицы, корень петрушки и корень сельдерея, 1/2 лимона, желток одного яйца, соль, 100 г вермишели, огурец, зеленый горошек, 1 ст. л. сливочного масла, 50 г чернослива.

Способ приготовления: Сварите бульон, процедите его. Обжарьте в сливочном масле измельченный корень петрушки, корень сельдерея, лук, морковь. Положите в бульон.

Добавьте размешанный с соком половины лимона яичный желток, чернослив. Суп посолите.

Положите в тарелки зеленый горошек, готовую вермишель, порезанный огурец и залейте супом.

Суп «Царский»

Требуется: 400 г мяса курицы, 2 л воды, 100 г цветной капусты, 50 г лука-порея, 1 морковь, 4 ст. л. сливок, соль, зелень мяты, зелень киндзы, 2 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления: Приготовьте куриный бульон. Порежьте цветную капусту, лук-порей, потрите морковь на терке. Обжарьте все на сливочном масле. Положите в бульон, посолите.

Заправьте суп сливками. Посыпьте измельченной зеленью мяты и киндзы.



СУПЫ В ГЛИНЯНЫХ ГОРШОЧКАХ

«Фрикадельки-поплавки»

Требуется: 0,5 л говяжьего бульона, 200 г говядины или свинины, 2 луковицы, $\frac{3}{4}$ ст. риса, 2 ст. л. томата, 1—2 зубчика чеснока, соль, перец, зелень.

Способ приготовления: Мясо и лук пропустите через мясорубку, добавьте промытый рис, томат, измельченный чеснок, посолите, поперчите, сформируйте небольшие шарики и положите их в горшочки из расчета 4—5 на одну порцию, залейте кипящим бульоном и поставьте в заранее разогретую духовку. За 10 минут до готовности посыпьте зеленью.

Бульон с куриными «облачками»

Требуется: 1 л куриного бульона, 400 г мякоти курицы, 2 яйца, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления: Мякоть курицы с луком проверните через мясорубку 2 раза, прибавьте яичные желтки, посолите. Яичные белки взбейте, перемешайте с нарезанной зеленью. Доведите до кипения бульон, перелейте в горшочки. Смоченной в воде чайной ложкой берите небольшие кусочки фарша и быстро опускайте в бульон. Поставьте горшочки в предварительно разогретую духовку. За 5 минут до готовности введите белки с зеленью.

Суп «Красная Шапочка»

Требуется: 1 л бульона из баранины, 1 ст. риса, 5 помидоров, 4 зубчика чеснока, киндза, соль.

Способ приготовления: Замочите рис на полчаса в холодной подсоленной воде. Сварите бульон из баранины, процедите, выньте мясо. Рис промойте, залейте бульоном,

положите очищенные от кожицы и нарезанные кружками помидоры, измельченный чеснок и поставьте горшочки в духовку. Когда рис будет готов, посыпьте кинзой и мелко нарезанной бараниной.

Суп «Бабушкин»

Требуется: 1 л бульона из свинины, 200 г грибов, 1 ст. риса, 4 ст. л. сливочного масла, 2 луковицы, 1 морковь, соль.

Способ приготовления: Промытые и нарезанные грибы обжарьте на сливочном масле с луком и морковью, отдельно обжарьте промытый и обсушенный рис, пока он не станет прозрачным; выложите рис и грибы в горшочки, залейте горячим бульоном, поставьте горшочки в духовку и варите до готовности риса. За несколько минут до подачи к столу посыпьте зеленью петрушки.

Суп «Деревенский»

Требуется: 1 л куриного бульона, 7 шт. картофеля, 300 г грибов, 1 луковица, 1 морковь, 4 ст. л. растительного масла, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль, черный перец горошком.

Способ приготовления: Сварите бульон. Половину указанного картофеля очистите, опустите в кипящий бульон и варите до готовности, выньте и разомните до состояния пюре. Лук и морковь нашинкуйте, обжарьте в растительном масле, добавьте промытые и нарезанные грибы и обжарьте их. Полученную массу сложите в горшочки, туда же нарежьте кубиками оставшийся картофель, залейте бульоном с разведенным в нем пюре, добавьте лавровый лист, черный перец горошком и поставьте в духовку. Когда картофель будет почти готов, всыпьте зелень.

«Гороховая карусель»

Требуется: 4 ст. гороха, 4 луковицы, 4 крупных моркови, 4 небольших репки, 200 г тыквы, 200 г соленого сала, $\frac{1}{2}$ ст. растительного масла, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления: Горох замочите на 1—1,5 часа. Лук обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Остальные овощи нарежьте мелкими кубиками, а сало — пластинками. Равномерно смешайте в горшочках все ингредиенты, посолите, положите перец горошком, залейте кипятком и поставьте в духовку.

Суп «Красные монетки»

Требуется: 1 л бульона, 6 шт. сосисок, 200 г фигурных макарон, 100 г зеленого лука, 50 г маргарина, соль.

Способ приготовления: Сосиски нарежьте кружочками и обжарьте с зеленым луком. Макароны засыпьте в горшочки, выложите сверху сосиски, залейте горячим бульоном, посолите по вкусу и поставьте в духовку.

Бульон с «бантиками»

Требуется: 1 литр бульона из бараньих костей, 2 ст. муки, 4 ст. ложки томатной пасты, 2 головки чеснока, киндза, соль.

Способ приготовления: Сварите бульон. Выньте кости и процедите. Муку посолите, разведите теплой кипяченой водой и сделайте крутое пресное тесто. Дайте ему полчаса постоять. Потом тонко раскатайте, нарежьте ромбиками и посередине защипните. Томат-пасту разведите водой и проварите вместе с толченым чесноком. «Бантики» сложите в горшочки, залейте горячим бульоном, заправьте томатом с чесноком и поставьте ненадолго в духовку. Перед подачей к столу посыпьте мелко нарезанной кинзой.

Бульон «Нептун»

Требуется: 1 л бульона из жирной свинины, 700 г цветной капусты, 3 яйца, 1 луковица, 1 морковь, зелень, соль.

Способ приготовления: Цветную капусту мелко порежьте и смешайте со слегка взбитыми яйцами, посолите и прибавьте растертую зелень. Горячий бульон влейте в горшочки, осторожно введите яичную массу, добавьте нарезанные соломкой лук и морковь, поставьте в нагретую духовку и варите 10—15 минут.

Бульон «Грибная фантазия»

Требуется: 1 литр бульона, 500 г грибов, 250 г муки, 100 г сметаны, 1 яйцо, 1 луковица, 50 г сливочного маргарина, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления: Грибы мелко порубите и потушите с луком. Муку разведите водой, введите яйцо, сметану, соль и сделайте полужидкое тесто. Осторожно введите в него тушеные грибы и хорошо перемешайте. Налейте в горшочки горячий бульон, а в него — струйкой, осторожно помешивая, грибную массу. Посыпьте сверху зеленью петрушки и поставьте в разогретую духовку.

«Царица полей»

Требуется: 1 кг свинины, 4 початка кукурузы, 1 луковица, 1 морковь, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления: Свинину порежьте небольшими кусочками, зерна кукурузы отделите от початков, сложите мясо с кукурузой в горшочки, залейте холодной водой и поставьте в духовку. Когда вода в горшочках закипит, киньте мелко нарезанные лук и морковь, посолите. За 5 минут до готовности посыпьте нарезанной зеленью петрушки.

Лапша «Домашняя»

Требуется: 1/2 курицы, 400 г муки, 1 яйцо, зелень петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления: Курицу отварите до готовности, слейте бульон. Муку посолите, смешайте с яйцом и водой, замесите крутое пресное тесто, 30 минут дайте постоять. Затем тонко раскатайте, сверните тесто в трубочку и тонко нарежьте. Бульон подогрейте, залейте в горшочки, всыпьте лапшу, поставьте в духовку и варите до готовности лапши. Перед подачей к столу положите в каждый горшочек кусочек курицы и посыпьте зеленью.

«Листонад»

Требуется: 0,5 кг мяса, 2 ст. гороха, 1 яйцо, 50 г муки, 4 ст. л. растительного масла, 1 луковица, зелень, черный перец.

Способ приготовления: Мясо нарежьте кусочками, положите в горшочки, залейте холодной водой и поставьте в духовку. Лук мелко порежьте и обжарьте в растительном масле. Горох разварите в небольшом количестве воды, слейте ее, хорошо разомните, остудите, смешайте с мукой, вбейте яйцо, посолите, поперчите, добавьте жареный лук и сформируйте небольшие клецки. Когда мясо в горшочках будет готово, опустите в них клецки и поставьте в духовку на 5 минут.

«Поляна»

Требуется: 1/2 курицы, 500 г зеленой фасоли, 1/2 ст. оливкового масла, 2 яйца, 1 луковица, 1 морковь, зелень, соль.

Способ приготовления: Курицу отделите от костей, порежьте кусочками, положите в горшочки, залейте холодной водой, посолите и поставьте в духовку. Стручки зеленой фасоли порежьте на 2—3 части. Лук и морковь мелко порежьте, обжарьте в оливковом масле, всыпьте зеленую фасоль,

обжарьте вместе с ней. Выложите в тарелку, охладите, посолите, вбейте яйца. Когда курица в горшочках будет готова, введите фасолево-яичную массу, добавьте зелень и держите в духовке еще 15 минут.

«Грибница»

Требуется: 700 г сушеных белых грибов, 150 г муки, 1/2 ст. растительного масла, 3 соленых огурца, 2 луковицы, 4 картофелины, лавровый лист, зелень, соль.

Способ приготовления: Тщательно промойте теплой водой сушеные грибы и замочите их в холодной воде на 2 часа. Потом переложите в горшочки, залейте этой же водой и поставьте в разогретую духовку.

Через 1 час добавьте нарезанный кубиками картофель. Лук и морковь мелко нарежьте, обжарьте в растительном масле, добавьте мелко нарезанные соленые огурцы, потушите вместе с ними, посыпьте мукой, разведите грибным бульоном, положите лавровый лист и потушите еще несколько минут. Когда картофель с грибами будет почти готов, положите в горшочки полученную массу, посыпьте зеленью и поставьте в духовку на 10 минут.

«Аристократ»

Требуется: 0,5 кг телятины, 100 г зеленого горошка, 1 луковица, 2 моркови, киндза, соль.

Способ приготовления: Нарежьте телятину узкими полосками поперек волокон, сложите в горшочки, залейте холодной водой, посолите и поставьте в духовку. Лук натрите на мелкой терке, морковь нарежьте звездочками и после закипания мяса положите в горшочки.

За 10 минут до полной готовности мяса всыпьте в горшочки зеленый горошек и положите листики киндзы.

Содержание

Борщи

Борщ по-русски	3
Борщ «Зимний»	3
Борщ «Летний»	4
Борщ «Украинский»	5
Борщ «Овощной» (диетический)	5
Борщ с квашеной капустой	6
Борщ «Атлантический»	6
Борщок	7
Борщ «Сельский»	8
Борщ «Московский»	8
Борщ по-воронежски	9
Борщ с фасолью	9
Борщ «Карасик»	10
Борщ «Птичий двор»	10
Борщ «Дачный»	11
Борщ «Праздничный»	11
Борщ «Саяны»	12
Борщ «Сахалинский»	12
Борщ «Снежный»	13
Свекольник по-немецки	13
Свекольник «Яблочко»	14
Борщ «Полтава»	14
Борщ «Потрошки»	15
Борщ «Ветчинный»	15
Свекольник «Лимончик»	16
Борщ «Киевский»	16

Щи

Щи «Красные»	17
Щи «Зеленые»	18
Щи с крапивой	18

Щи по-украински	19
Щи по-русски с квашеной капустой	19
Щи «Рыбные»	20
Щи по-болгарски	21
Щи «Грибные»	21
Щи «Поморские»	22
Щи «Крестьянские»	22
Щи с фасолью	23
Щи «Советские»	23
Щи «Скандинавские»	24
Щи «Поволжские»	24
Щи «Геркулес»	25
Щи «Городские»	25
Щи «Заячьи»	26
Щи «Венгерские»	26
Щи «Кислинка»	27
Щи «Степные»	27
Щи «Полевые»	28
Щи «Деликатесные»	28
Щи «Праздничные»	28

Солянки

Солянка «Грибная»	29
Солянка «Мясная»	30
Солянка «Степная»	30
Солянка «Солдатская»	31
Солянка «Волжская»	31
Солянка «Пикантная»	32
Солянка «Морская»	32
Солянка «Дальневосточная»	33
Солянка «Осенняя»	33
Солянка «Донская»	34
Солянка по-русски	34
Солянка по-казахски	35
Солянка «Бобовая»	35
Солянка «На скорую руку»	36
Солянка по-французски	37

Бульоны

Бульон «Радость жизни»	37
Бульон «Вдохновение»	38
Бульон «Причуда»	38
Бульон «Дар судьбы»	38
«Утренний» бульон	39
Бульон «Маленький Китай»	39
Бульон «Свежесть»	39
Грибной бульон «Запах леса»	40
Бульон «Восторг души»	40
«Балагур» с клецками	41

Супы

Суп «Молдаваночка»	42
Суп «Отрада»	42
Суп с потрохами	42
Суп «Луковый»	43
Суп «Любовная песнь пастуха»	43
Суп «Зов природы»	44
Суп «Атлет»	44
Суп «Пингвин»	44
Суп «Сельская идиллия»	45
Суп-пюре «Душа нараспашку»	45
Суп-пюре «Снега Альп»	46
Суп-пюре «Стрелы Амура»	46
«Сибирское здоровье»	47
Суп «Хорошее настроение»	47
Суп «Ленивый»	48
Суп «Райское наслаждение»	48
Суп-пюре «Воспоминание о детстве»	49
Суп «Цыплячьи нежности»	49
Суп «Экзотический»	49
Суп «Ароматный»	50
Суп «Деревенский праздник»	50
Суп «Эврика»	51
Суп «Удивление»	51

Суп «Дружеский привет»	51
Суп «Мечта»	52
Суп «Царский»	52

Супы в глиняных горшочках

«Фрикадельки-поплавки»	53
Бульон с куриными «облачками»	53
Суп «Красная Шапочка»	53
Суп «Бабушкин»	54
Суп «Деревенский»	54
«Гороховая карусель»	55
Суп «Красные монетки»	55
Бульон с «бантиками»	55
Бульон «Нептун»	56
Бульон «Грибная фантазия»	56
«Царица полей»	56
Лапша «Домашняя»	57
«Листопад»	57
«Поляна»	57
«Грибница»	58
«Аристократ»	58

*Практическое издание
Серия «Вкусно и просто»*

БОРЩИ, СУПЫ, БУЛЬОНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ

Генеральный директор издательства *С. М. Макаренков*

Редактор-составитель *Ю. Н. Николаева*
Художественное оформление: *Е. Л. Амитон*
Компьютерная верстка: *Т. М. Мосолова*
Технический редактор *Е. А. Крылова*
Корректор *И. И. Попова*

www.infanata.org

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

www.infanata.org

Подписано в печать с готовых диапозитивов 26.06.2007 г.
Формат 84×108/32. Гарнитура «LazurskiC».

Печ. л. 2,0. Тираж 10 000 экз. Заказ № 2827.

Адрес электронной почты: info@ripol.ru
Сайт в Интернете: www.ripol.ru

ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик»
109147, Москва, ул. Большая Андроньевская, д. 23

Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО «ИПП «Курск».
305007, г. Курск, ул. Энгельса, 109.
E-mail: kursk-2005@yandex.ru www.petit.ru