



**Елена Маслякова**

# Твоя кофейня

## Аннотация

Кофе – один из древнейших напитков, который еще с древних времен пользовался и пользуется по сей день огромной любовью миллионов людей любого возраста и национальности. Но для того чтобы действительно познать истинный вкус этого напитка, нужно уметь его готовить, соблюдая все необходимые для этого «ритуала» условия. Эта книга откроет вам множество секретов хранения и приготовления кофе. Воспользовавшись ими хотя бы один раз, вы уже не сможете отказаться от этого напитка, покоровшего сердца большинства людей нашей планеты.

Елена Владимировна Маслякова

Введение

Глава 1.

Глава 2

Глава 3

Способы приготовления кофе

Глава 4

Глава 5

Эспрессо-соло

Эспрессо-допио

Эспрессо-допио с коньяком

Эспрессо-допио с орехами

Эспрессо кон пана

Эспрессо кон пана с ромом

Эспрессо кон пана с орехами

Кофе американо

Кофе американо с виски

Кофе американо с мускатом

Маччиато

Маччиато с ликером

Маччиато с мадерой

Мокко с черным шоколадом

Мокко с белым шоколадом

Мокко коньячный

Мексиканский мокко с корицей

Мексиканский мокко с коньяком

Мексиканский мокко терпкий

Мокко со специями и лимоном

Мокко со специями и коньяком

Мокко со специями винный

Мокко со специями и горьким шоколадом

Кофе кон лече

Кофе кон лече с красным вином  
Ристретто  
Ристретто с водкой  
Борджиа  
Борджиа с белым вином  
Перл-кафе  
Перл-кафе с бальзамом  
Кофе с чесноком

#### Глава 6

Классический рецепт

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Капучино пряный

Капучино с мороженым

Капучино охлажденный

Капучино шоколадный

Капучино белый

Капучино с коньяком

Капучино жгучий

Капучино с карамелью

Капучино пьяный

Капучино горький

Капучино любимый

#### Глава 7

Стандартный кофе

Черный кофе одинарной крепости

Черный кофе двойной крепости

Мраморный кофе

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с лимоном

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с какао

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе с чаем

Кофе с чаем и сгущенным молоком

Кофе с чаем – классический способ приготовления

Кофе с шоколадом

Кофе с горьким шоколадом

Кофе с шоколадом по-бразильски

Мокко-актив

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе с молоком

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе «Амаретто»

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-московски

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-парижски

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе по-славянски

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-ливански

Вариант 1

Вариант 2

Рождественский кофе

Кофе «Валерия»

Молочный кофе «Жулия»

Кофе «Бодрость»

Молочно-шоколадный кофе со сливками

## Глава 8

«Черная красавица» (с ромом)

Вариант 1

Вариант 2

Samba 1

Samba 2

Навсегда 1 (кофейный ликер и галиано)

Навсегда 2 (кофейный ликер, галиано, кокос и орехи)

Кофейный пунш с яйцом

Кофейный пунш с яйцом и мороженым

Огненный кофейный пунш

Огненный кофейный пунш с кокосовым молоком и шоколадом

Глинтвейн-мокко

Глинтвейн-мокко с фруктами

Фруктовая пена

Мятный крем

Тостадо с карамельным кремом

Карамельный крем

Кофе с коньяком

Ароматный

Кофелад

Коктейль-мокко  
Кофелад с коньяком  
Кофелад изысканный  
Коктейль «Русский черный»  
Коктейль «Бразил»

Вариант 1

Вариант 2

#### Глава 9

«Сахарная голова с содовой»

«Сахарная голова со льдом»

Коктейль фруктово-кофейный

Вариант 1

Вариант 2

Коктейль кофейно-фруктовый со специями

В этот напиток можно также добавить немного ванили или ванильного сахара, а стручок ванили использовать для украшения – насадить на край бокала. Другой вариант ароматизации напитка – мята и киви: на шпажки нанижите кружочки очищенного киви, украсьте веточками мяты – и, помешивая коктейль, вы будете вдыхать приятный аромат.

Кофейный крем

«Прохлада вечера»

«Сладкая мечта»

Кофейный коблер

Шоколадно-кофейное молоко

Десертный напиток

#### Глава 10

Апельсиновый кофе с орехом пекан

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с малиной

Вариант 1

Кофе с малиновым желе

Вариант 2

Кофе с боярышником

Кофе с шиповником

Кофе с яблочным соком

Вариант 1

Вариант 2

Айс-кофе с соком из вишни, клубники и черешни

Апельсиновый кофе

Совершенно летний апельсиновый кофе

Совершенно зимний апельсиновый кофе

Кофе с виноградным соком

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с гвоздикой

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с марципаном

## Глава 11

Кофе-гляссе

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Вариант 4

Вариант 5

Вариант 6

Кофейный лед

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с газированной водой

Вариант 1

Вариант 2 (для тех, кто не за рулем)

Вариант 3 (для торжественных случаев предлагаем приготовить напиток с оригинальным оформлением края фужера)

Вариант 4

Кофе с мороженым

Кофе со сливочным мороженым

Кофе с шоколадным мороженым

Кофе «Айсберг»

Холодный кофе с молоком

Кофе со сгущенным молоком

Кофе «Гейзер»

Взбитый кофе

Холодный кофе с вареньем

Вариант 1

Вариант 2

Болгарский холодный кофе

Вариант 1

Вариант 2

Холодный шоколадный кофе

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с желтком

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Вариант 4

Вариант 5

Вариант 6

Быстрый кофе-гляссе

Вариант 1

Вариант 2

Айс-кофе

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Венский холодный кофе

Миндальный кофе

Вариант 1

Вариант 2

Клубничный холодный кофе с ромом

Абрикосовый холодный кофе с коньяком

Кофе «Лимонная свежесть»

Холодный кофе с какао и мороженым

Глава 12

Классический рецепт турецкого кофе

Кофе по-восточному

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-турецки с яичным желтком

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе мокко по-турецки

Вариант 1

Вариант 2

Кофе «Араб»

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-арабски

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-мексикански

Кофе «Солнечная мексика»

Кофе по-варшавски

Кофе «Польша»

Кофе по-венски

Кофе «Австрийский»

Кофе по-египетски

Кофе по-румынски

Кофе «Голливуд»

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-явански

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Французский крем-кофе

Вариант 1

Вариант 2

Французский кофе ройал

Австралийский кофе с приправами

Вариант 1

Вариант 2

Кофе «Нью-Орлеан»

Кофе «Нью-Орлеан» с белым вином

Средиземноморский кофе

Средиземноморский кофе с ванилью

Кофе «Европа»

Кофе «Европа» с красным вином

Кофе «Европа» с лимоном

Кофе «Африка»

Кофе «Индия»

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофе «Ориент»

Кофе мокко по-арабски

Кофе по-казацки

Вариант 1

Вариант 2

Кофе по-бразильски

Вариант 1

Вариант 2

Ириш кофе

### Глава 13

Ржаной кофе

Холодный ржаной кофе

Цикориевый кофе

Вариант 1

Вариант 2

Желудевый кофе

Вариант 1

Вариант 2

Кофе «Десертный»

Кофе «Апельсиновый аромат»

Кофе «Фруктовый рай»

Нежный молочный кофе с бананами

Медовый кофе с чесноком

Кисломолочный кофе

Кофе с черным перцем

### Глава 14

Шоколадный мятный кофе

Вариант 1



Вариант 2  
Кофе со смородиной

Вариант 1

Вариант 2

Мускатный кофе

Вариант 1

Вариант 2

Кофе с орехами

Кофе со сливками

Вариант 1

Вариант 2

Способ приготовления. Измельчите кофе, предварительно тщательно обжарив его, залейте горячей водой и сварите, как и в первом варианте.

## Глава 15

Стандартные

Вариант 1

Вариант 2

Холодный кофейный настой

Вариант 1

Вариант 2

Кофейный сироп

Мятный кофейный сироп

Кофейный холодный напиток

Ореховый сироп

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Малиновый кофейный сироп

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофейный сироп с ромом

Вариант 1

Вариант 2

Вариант 3

Кофейный сироп с коньяком

Вариант 1

Вариант 2

Клубничный кофейный сироп

Вариант 1

Вариант 2

## Глава 16

Если вы убеждены, что домашний уют невозможен без гармоничного сочетания во всем, предлагаем следующий вариант.

Кофейник, молочник и сахарница расставляются, как и в

первом варианте. Опять-таки, принимая во внимание маленькую площадь, достаточно подать одно большое блюдо с выпечкой и конфетницу. Мы уверены, что такой сюрприз понравится вашим близким и поднимет всем настроение.

#### Глава 17

Пирог «Шарлоттка»

Безе

Ватрушка «Утренняя»

Рогалики «Нежные»

Язычки слоеные

«Пальчики»

Круасаны французские

Печенье «Вермишель»

Печенье шоколадное

Пирог «Апельсин»

Струдель

Пудинг «Смородина»

Печенье «Геркулес»

Булочка «Устрица»

Шоколадная глазурь

Сливочная колбаска

Печенье сырное

Шербет фруктовый

Торт «Аист»

Торт «Цветочный»

Пирог «Лаковый»

Пирог медовый с лимонной начинкой

Творожный кекс

Аморфы

Пышки мавританские с миндалем

Торт венецианский

#### Глава 18

Пирог «Зебра»

Пирожное «Кофейное»

Кофейные пирожные из манной крупы

Кофейные оладьи

Кофейное суфле

Кофейный рис

Кофейный пудинг

Подливка

Кофейный крем-желе

Крем-желе с апельсиновыми корками

Ореховые ломтики к кофе

Кофейный торт

Кофейная карамель

Кофейное мороженое

Масляный кофейный крем

Кофейный мусс  
Мусс кофейно-шоколадный  
Кофейный крем  
Крем орехово-кофейный  
Кондитерский кофейный крем  
Кофейные сэндвичи  
Сдобные кофейные рожки  
Кофейный крем с вафлями  
Английский кофейный крем  
Коктейль кофейный  
Коктейль яблочно-кофейный  
Торт «Нежность»  
Трюфели  
Кофейная запеканка  
Ореховые колбаски  
Заключение

## **Введение**

Предлагаемая вашему вниманию книга содержит очень интересную и в то же время полезную информацию для тех, кто из большого ассортимента напитков отдает предпочтение кофе. Кроме множества разнообразных рецептов, в книге изложено большое количество практических советов, позволяющих

выполнить ритуал приготовления и подачи кофе на высшем уровне.

Прочитав ее, вы ознакомитесь с правилами хранения и приготовления кофе. Узнаете, как правильно выбрать кофе, как определить качество и свежесть кофейных зерен, как их размолоть в зависимости от того, какой кофе вы собираетесь сварить.

Интересное описание различных историй из жизни великих людей, связанных в той или иной степени с кофе, сделает чтение не только познавательным, но и забавным. Мы имеем в виду, что эта книга пригодится не только для того, чтобы применить на практике полезные советы, приведенные в ней, но и просто чтобы отвлечься от повседневной суеты, то есть в развлекательных целях. Она подарит вам немало часов любопытного чтения. Вы не будете разочарованы: различные байки и легенды о кофе приятно разнообразят ваш досуг и расширят в некоторой степени кругозор. Если вы очень любите кофе и считаете, что знаете о нем все, то вы глубоко заблуждаетесь, так как все знать об этом прекрасном напитке невозможно. И информация, приведенная в книге, внесет немало нового в ваши познания о кофе. Или, если вы никогда не любили кофе и один звук этого слова вызывал у вас отвращение, возможно, прочитав эту книгу, вы измените свое мнение о нем. По крайней мере, дополнительные познания не будут лишними и, возможно, позволят вам блеснуть своей эрудицией даже среди завятых кофеманов.

Например, возьмем влияние кофе на здоровье человека. Что об этом можно сказать? В общем-то, немного. На самом деле влияние кофе на человеческий организм очень разнообразно. Оно может быть как положительным, так и отрицательным. Вы найдете в книге различные мнения врачей о кофе и его воздействии на организм. Опираясь на их авторитетное мнение, вы сможете решить для себя, стоит ли вам пить кофе, и если стоит, то какой именно.

Приведено здесь множество рецептов и способов приготовления кофе. Если вы сами не очень любите этот напиток, но ваши друзья и знакомые просто обожают его, вам стоит прочитать эту книгу и попробовать сварить кофе хотя бы по одному или двум рецептам, чтобы побаловать их, когда они придут к вам в гости. Поверьте, они не будут разочарованы и оценят ваши старания.

А если вы сами без ума от кофе и считаете, что лучшего напитка для общения не найти, то эта книга создана специально для вас. Кстати, здесь же приведены рецепты кофе, который можно употреблять в зависимости от времени суток. Например, утром – для пробуждения и заряда энергии, днем – для поднятия настроения, а вечером – для крепкого сна.

Целая глава посвящена способам приготовления кофе с

алкоголем, который можно подавать на каком-нибудь празднике вместо спиртного – это будет и красивее, и оригинальнее. Еще одна глава содержит рецепты приготовления кофе с различными добавками. Воспользовавшись ими, вы разнообразите свой привычный классический кофе, немного изменив его вкус или внешний вид.

Все это вы узнаете, прочитав книгу «Твоя кофейня».

## Глава 1.

### История кофе

Кофе известен человечеству с глубокой древности, и его история полна тайн, загадок, интриг, окутана многими поэтическими легендами, покрыта толщей времени, которое скрывает, что является правдой, а что вымыслом.

Общеизвестно, что родиной кофе считается Эфиопия, а точнее – ее юго-восточная и труднодоступная горная провинция Каффа, от названия которой и произошло название дерева, а также и его семян, из которых готовят этот прекрасный напиток. Любопытно, что этот же регион ученые-антропологи считают колыбелью человечества – районом проживания первых австралопитеков, – поэтому естественно, что достоверных данных о начале использования человеком кофе нет и быть не может. Но согласимся, что это судьбоносное совпадение свидетельствует о том, что история человечества и история употребления кофе тесно переплелись с самого начала.

...

#### **Кофе и здоровье**

*Ряд исследований в области влияния кофе на обмен веществ в организме позволил сделать вывод о том, что способствует более интенсивному потреблению энергии.*

В самой Эфиопии до сих пор встречаются многочисленные дикие заросли кофе. По-видимому, первоначально аборигены использовали листья кофейного дерева, из которых готовили бодрящий напиток, чем-то похожий на чай. Об этом свидетельствуют результаты изучения быта архаичных племен этого региона, которые до сих пор делают из кофе аналогичный напиток. Практика утоления жажды настоем из листьев кофе постепенно распространилась по всей стране, и вскоре сбор листьев кофе превратился в отрасль сельского хозяйства этого региона, а в дальнейшем напиток стал распространяться все дальше и дальше.

Первой страной, которая переняла практику употребления кофе, был Йемен, поскольку в V—VII веках он находился в составе

владений Эфиопии. В это же время было положено начало и использованию кофейных зерен, мякоть которых сушили и перемалывали вместе с пергаментной оболочкой в порошок и, как и из листьев, заваривали ароматный напиток, получивший название «гешир». Бедное крестьянское население Йемена до сих пор пьет его.

...

### **Кофейные советы**

*Знатоки предпочитают готовить кофейный напиток, смешав зерна разных сортов. Попробуйте смешать арабику и робусту в разных пропорциях, и вас поразит богатство вкуса свежесваренного кофе.*

Новой эпохой в использовании кофе стало обжаривание кофейных зерен, которые сначала высушивались, отделялись от оболочки, затем обжаривались и перемалывались (технология не претерпела фактически никаких изменений до сегодняшнего дня, разве что за людей многое стали делать машины). Как полагают ученые, это произошло примерно в VII—VIII веках нашей эры. Изменение в технологии значительно улучшило качество напитка и как следствие повысило популярность кофе. С тех пор кофе превращается в Йемене в национальный напиток, приготовление и употребление которого связано со многими обрядами и праздниками.

...

### **Из жизни великих**

*Известный английский философ Эрик Фромм однажды как-то признался в интервью, что он просто в восторге от кофе с молоком и 2—3 ложками густого вишневого варенья. Этот удивительный по вкусу напиток, по его словам, заставляет его забыть обо всех неприятностях и заботах и беспечно радоваться жизни.*

Йемену принадлежит и пальма первенства в окультуривании кофейного дерева и выработке его агротехники, так как довольствоваться сбором диких плодов уже не представлялось возможным из-за постоянно растущего спроса на кофейные зерна. Вскоре возделывание кофейных деревьев и продажа урожая превратились в ведущую статью экономики Йемена. Природные условия в Йемене для выращивания кофе были более чем благоприятными: плодородные земли горных склонов, яркое солнце, высокое культурное развитие государства, трудолюбие его народа.

...

### **Из жизни великих**

*Антон Павлович Чехов считал, что кофе следует пить в очень малых количествах и как можно реже, так как он отрицательно влияет на организм.*

В течение почти 200 лет Йемен был единственной страной, где кофе выращивали целенаправленно. За это время арабы достигли значительных успехов в его агротехнике: они вывели множество новых сортов, в том числе знаменитый сорт «мокко», научились бороться с болезнями и вредителями этой культуры, постоянно занимались повышением его качества. Поскольку Йемен находился тогда на пересечении важнейших мировых торговых путей, идущих из Европы в Юго-Восточную Африку, Юго-Восточную Азию, Индию и Китай, он стал точкой пересечения караванных троп, ведущих в Сирию, Ливан, Египет, Иран, Ирак и поставляющих перец, мускатный орех, гвоздику и другие восточные товары. То есть сложилась благоприятная историческая ситуация для распространения кофе по всему миру.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение дома, сада и кольца – это свидетельствует, что в жизни человека все будет прекрасно. В будущем его ожидает благополучие, счастье в личной жизни и бракосочетание или настоящие, прочные отношения. Так что вполне можете строить радужные, оптимистические планы. Удача будет сопутствовать и во многих других делах.*

Караваны с кофе забираются все дальше и дальше, расширяя ареал своего распространения. Уже в VII веке арабы начинают широко употреблять кофе, готовя его почти так, как и в настоящее время. В это же время начинают появляться различные рецепты заваривания кофе, в частности, появляется особый метод, получивший название «восточный» и широко известный сегодня любителям этого напитка.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение черта, это означает, что рядом находится опасность. Вполне возможно, в скором времени случится какая-то ситуация, которая повлечет за собой не самые хорошие последствия. Нужно быть предельно осторожным, чтобы не оказаться застигнутым врасплох.*

Купцы-бедуины доставляли кофе на шумные восточные базары и в караван-сараи, демонстрировали искусство приготовления напитка и давали попробовать его всем желающим. В знойной суতোлке больших восточных городов, на всех, даже самых узких улочках и в переулках можно было видеть человека, отбивавшего барабанную дробь на так называемую «махмас аль кава» и зазывавшего отведать новый бодрящий напиток. Временные «точки» продажи кофе с ростом его популярности среди



населения постепенно превращаются в постоянные и становятся неотъемлемым элементом любого восточного базара и городов арабского мира, а сам кофе за какие-то два века распространяется по всему арабскому миру.

...

### ***Из жизни великих***

*«Вкус кофе прекрасен, но непонятен. Его нужно научиться понимать и любить, только при этом условии можно с упоением наслаждаться им в полной мере», – не уставал говорить о своем любимом напитке Г. Флобер.*

Кофейни за сравнительно короткое время стали очень популярны среди населения и превратились в центры «неформальной» жизни городского общества. В то время они представляли собой обширные веранды или открытые здания. Располагавшиеся чаще всего у фонтанов или открытых водоемов, обставленные мягкими диванами в восточном стиле, с роскошными персидскими коврами на полу и на стенах, они создавали уютную и спокойную обстановку для смакования ароматного напитка. Но чаще всего кофейни располагались прямо на улицах, в тени больших чинар.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Кофеин, получаемый в нормальных дозах, может оказывать благотворное влияние на энергетический баланс, что в свою очередь способствует интенсивному сжиганию жировых клеток. Потребление кофе способно помочь людям, которые хотят снизить свой вес, что позволяет практиковать использование различных соединений кофе в целях похудения.*

Сидя на мягких подушках, потягивая через длинный мундштук кальян и угощаясь кофе, посетители слушали чарующие рассказы о разнообразных чудесах и приключениях специально работающего в кофейнях рассказчика. Эти рассказчики были в каждой мало-мальски крупной кофейне и завлекали посетителей необычными историями не меньше, чем сама любовь к кофе. В кофейнях обсуждались самые последние новости, договаривались о заключении брака, совершались крупные сделки, и неизменным свидетельством удачно заключенных договоров являлось совместное употребление кофе.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще человек видит изображение мыши, это означает, что он слишком мало внимания уделяет своим близким. Вероятно, они чувствуют себя от этого заброшенными и одинокими. Такая ситуация долго продолжаться не может, нужно немедленно*

*пересмотреть свои позиции и больше внимания уделять своим родным.*

Проводя таким образом значительную часть своего времени, персы, арабы или турки зачастую забывали о своих обязанностях перед Всемогущим Аллахом и оставались неподвижны, игнорируя призывы муэдзина с высокого минарета мечети к молитве во славу Великого Аллаха и пропуская дневной и вечерний намазы.

С таким положением дел не могло смириться мусульманское духовенство и ополчилось против «дьявольского африканского зелья». Кофейни, по мнению имамов, как и музыка, были изобретением сатаны. Религиозный собор высшего исламского духовенства в 1511 году в Мекке проклял кофе. Вслед за этим тогдашний правитель Мекки Хаир-бей своим повелением закрыл все кофейни в городе и приказал сжечь все запасы кофе. Он также издал закон, запрещающий употребление кофе. Аналогичная ситуация складывалась и в других государствах арабского мира. Светская культура вступила в противоречие с культурой духовной, и эти противоречия обернулись жестокими столкновениями.

...

#### **Рецепты от знаменитых**

*Оригинальный способ приготовления кофе предлагает Наталья Орейро. Она предпочитает кофе с алкогольными напитками, например с крепким ликером.*

*Требуется: 3 ст. л. кофейных зерен, 45 г крепкого ликера (3 ч. л.) с ароматом миндаля или вишни, 1 ст. л. взбитых сливок, сахар.*

*Способ приготовления. Кофейные зерна пропустите через кофемолку (для этого напиток больше всего подойдет сорта арабика или мокко). Измельченный кофе засыпьте в кофеварку и залейте холодной водой. Когда кофе закипит, на дно чашечек налейте ликер и осторожно влейте кофе. Если вы аккуратно добавите его, ликер поднимется наверх, придавая особый аромат напитку. В чашку добавьте взбитые сливки. Сахар кладите только в том случае, если ликер недостаточно сладкий.*

Но ничто не могло помешать распространению кофе. Он быстро вживался в быт мусульманских народов, связанные с ним ритуалы и традиции органично вплетались в образ жизни и мировоззрение арабов, и все законодательные и силовые меры оказались безуспешными. Против этих запретов развернулась ожесточенная борьба, которая не раз превращалась в кровопролитные восстания, жестоко подавляемые.

Широко известны восстания в Турции в XVI веке. Наиболее

крупное из них, под предводительством купца аль Рашида, охватило обширную территорию востока полуострова Малой Азии. Гнев восставших был направлен прежде всего против духовенства и высшей знати, которые благодаря влиянию и богатству могли с легкостью обойти запрет употребления кофе и часто негласно устраивали кофейные церемонии вместе с тем же духовенством. Восставшие вели борьбу в течение нескольких лет, но их выступления были жестоко подавлены, а лидеры, в том числе и аль Рашид, схвачены, зашиты в мешки из-под кофе и сброшены в море.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение пера, это означает внутреннее беспокойство человека. Он считает себя недостойным и глупым, поэтому страдает от одиночества. Ему тяжело, но он ничего не предпринимает, чтобы окружающие обратили на него свое внимание.*

После этого восстания Магомет IV издал закон, согласно которому попавшихся на употреблении кофе, как и лидеров восстания, должны были зашивать в мешки из-под кофе и бросать в море, или им отрезали языки, чтобы провинившиеся уже никогда не могли ощутить аромат и вкус этого напитка. Отголоском этих времен стала недавняя отмена запрета на кофейни в Йемене. Но тем не менее двухвековая борьба не была напрасной, и кофе все больше и больше распространялся по миру. В середине XVI века он проник в Стамбул, где в 1564 году была открыта первая кофейня, которая, кстати, просуществовала около 400 лет. А от Стамбула было уже рукой подать до Европы. Хотя впервые упоминание о кофе встречается в трудах Марко Поло, который попробовал его, будучи в Багдаде, первую чашку кофе продемонстрировали европейцам в Риме аж в 1626 году. История сохранила и имя этого человека: им оказался Делла Валле, посол Папы Римского, который долгое время прожил в Персии (Иране) и пристрастился к ежедневному питию кофе.

...

### ***Кофейные советы***

*Если вы следите за своей фигурой и считаете калории во всех продуктах, остановите свой выбор на кофе, приготовленном из сорта робуста. Количество углеводов в нем гораздо меньше, чем в арабике. Но запомните, что зерна робуста содержат при этом больше кофеина.*

Европейцы оказались легкими на подъем, и уже через каких-то 20 лет в Венеции открывается первая в Европе кофейня, только называлась она не кофейней, а просто кафе. Напиток

стремительно завоевывает Европу, и это совпадает с широко распространяющейся в той же Европе модой на восточные товары. В 1698 году открывается кафе в Марселе, которое тут же стало настолько популярно, что спустя всего лишь несколько лет на улицах Марселя произошла демонстрация женщин. Они протестовали против пристрастия своих мужей к кофе, из-за которого те большую часть своего свободного времени проводили в кафе. Кофе, писали газеты того времени, стало причиной снижения рождаемости в городе.

...

### ***Кофейные истории***

*Как-то на дне рождения у Вани за чашечкой кофе возник разговор о детских рекордах. Так, Настя рассказала об одиннадцатилетнем Джастине Фиоре, совершившем запуск воздушного шара, который пролетел 16.019 км (это расстояние от Нью-Йорка до Австралии). А Костя поведал любознательной компании о Сюзан Монтгомери из Соединенных Штатов Америки, которая выдула самый большой пузырь из жевательной резинки (его диаметр составил 55,8 см).*

Не отставали и другие европейские страны. В 1652 году первое кафе открывается в Лондоне. Англичане моментально оценили достоинства напитка, и к 1693 году в Англии насчитывалось уже более трех тысяч кафе во всех уголках королевства. В Англии получил развитие конфликт между производителями местного национального слабоалкогольного напитка – эля и импортерами и торговцами кофе. Они не раз пытались добиться запрещения кофе – этого «сиропа из сажи», «черной крови турок».

Противодействовало распространению кофе и христианское духовенство, находя в нем влияние ислама. Но к XVIII веку влияние церкви в Европе было несравненно более слабым, чем в средние века, и поэтому конфликтов, подобных тем, которые имели место на мусульманском Востоке, не возникало.

...

### ***Из жизни великих***

*Алла Пугачева рассказывает: «Я раньше очень много пила кофе. Теперь, конечно, не так – стараюсь держать себя в руках. А Кристина до сих пор постоянно пьет его по утрам и вечерам.»*

Король Франции в 1664 году специальным указом одобрил напиток: он пришелся ему по вкусу, и в том же году кофе стал неотъемлемым атрибутом королевского стола в Лувре. Не желая отставать от моды, за королем потянулись знатные придворные и титулованное дворянство, а за ними все те, кому позволяли средства, так как кофе в то время стоил очень дорого и его называли «напитком жизни». А в 1672 году в Париже открылась

первая публичная кофейня. Из Парижа кофе стремительно распространяется по всей Европе благодаря многочисленным купцам, привозившим его из Ближнего Востока. Они же обучали европейцев различным способам приготовления напитка и рассказывали о нем различные истории и легенды.

...

### ***Из жизни великих***

*В 1591 году итальянский ботаник и врач Альпинус, побывав с венецианским посольством в Египте, по возвращении на родину написал научный трактат, в котором рассказал о чудодейственных свойствах кофе. Альпинус пишет о том, что кофе способен ускорять заживление ран, что в небольших количествах он полезен для зрения, а также возбуждает умственную деятельность человека и развивает память.*

Потребление кофе в Европе стремительно увеличивалось, соответственно, не менее стремительно росли на него цены. Наступил момент, когда плантации кофе на Аравийском полуострове уже не могли обеспечивать постоянно растущий спрос на кофе. В поисках новых пригодных земель для культивирования кофе арабы активно колонизировали Юго-Восточную Азию, где условия его выращивания были более чем благоприятными. Этот шаг стал роковым для Йемена, так как с тех пор, как кофейные плантации распространились по полуострову Индокитай и островам Малайского архипелага (территория нынешней Индонезии), его монополии на кофе пришел конец. К слову сказать, в настоящее время из всех стран, производящих кофе, Йемен занимает последнее место.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще человек видит изображение колокола, это предупреждение, что гадающий ведет себя неправильно. Своей злобой, ненавистью и агрессией он настроил против себя Высшие силы, поэтому, если он не изменит свое поведение, он понесет заслуженную кару. И можно быть уверенным, что наказание окажется суровым.*

Начало возделывания кофе в Юго-Восточной Азии стало роковым и для арабов. Голландские предприниматели быстро перехватили у них инициативу и стремительно вытеснили арабов с рынка производства кофе. Теперь центром его поступления в Европу стали голландские порты, в особенности Роттердам и Антверпен. Все производство и торговля кофе были захвачены голландцами, которые делали на нем невыносимые состояния. Голландцы очень ревностно хранили секреты выращивания и обработки зерен и настойчиво пресекали все попытки вывоза саженцев кофейных

деревьев.

За технологией выращивания кофе охотились многие европейские страны. В 1714 году король Франции Людовик XIV получил в подарок от магистрата Амстердама величайшую редкость того времени – саженец кофейного дерева. Саженец высадили в Марли, и он прижился, но все попытки получить из него семена оказались безуспешными.

...

### **Кофе и здоровье**

*Этот напиток любим многими. У миллионов людей день начинается именно с чашки кофе, и если задать им вопрос «А что для вас значит кофе?» ответы наверняка будут довольно похожими. «Без него никуда!» – безапелляционно ответят те, кто не сомневается, что кофе – напиток богов. Что ж, в их жизни кофе действительно занимает важное место. Однако хорошо это или нет, предстоит разобраться.*

Но желание развести кофе своими силами и в своих колониях, дабы не зависеть от голландцев, было неостановимым и стало делом государственной важности, которое находилось под непосредственной опекой короля. Не зная больше никаких путей для достижения цели, французы решились на крайний шаг: им удалось выкрасть несколько сеянцев кофейного дерева, которые в великой тайне были доставлены в ботанический сад Амстердама. Из этих сеянцев удалось вырастить всего одно-единственное дерево. И это деревце оказалось золотым для Франции. В величайшей тайне это единственное деревце, теперь принадлежащее Франции, ценой невероятных человеческих усилий было вывезено на остров Мартинику. Руководил операцией капитан Де Клие по личному поручению Людовика XIV. По прибытии на Мартинику Де Клие сумел организовать на нем кофейную плантацию. И уже в 1778 году там насчитывалось более 16 миллионов кофейных деревьев, и Франция получила перспективный источник дохода. Голландская кофейная монополия была разрушена.

...

### **Из жизни великих**

*В 1669 году посол османской империи Сулейман Ага приехал в Париж. На приеме у короля Людовика XIV его придворные и знатные вельможи стали хвастать знаменитыми французскими винами, говоря о том, что нигде в мире нет ничего подобного по вкусу. Сулейман Ага пообещал угостить их и короля напитком, который они никогда не пробовали и который затмит своим ароматом все французские вина. На следующий день посол явился в Лувр и принес с собой зерна кофе.*

*Когда его сварили и подали к столу, Людовик пришел в такой восторг, что приказал подавать кофе каждый день к завтраку.*

Не отставали и многие другие европейские страны, имеющие заморские колонии: Англия, Испания, Португалия. Например, англичане, колонизировав остров Цейлон (Шри-Ланка), согнали всех местных жителей на работы по разведению и выращиванию кофейных плантаций, вырубив на острове ценные породы тропической растительности.

Но англичанам повезло меньше, чем французам: в 1769 году на плантации напал ржавчинный грибок, являющийся для кофейного дерева самой страшной болезнью. При тогдашнем уровне развития средств защиты растений почти ничего нельзя было сделать для их спасения. Борьба с ржавчинным грибком продолжалась на Цейлоне по меньшей мере 70 лет, и все же над грибком не удалось одержать победу. В 1839 году были вырублены и сожжены последние кофейные деревья, а вместо них на очищенных площадях расселилась не менее легендарная гостья тропических лесов – гевея, привезенная из далекой Южной Америки, из которой получают латекс «као-чу». И по сей день производство каучука составляет большую часть сельскохозяйственного производства острова.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Можно сделать вывод, что кофе полезен для здоровых людей, конечно, в том случае, если они не склонны к его злоупотреблению.*

В это же время в Южной Америке происходил обратный процесс. В бассейне реки Амазонки колонизаторы полным ходом уничтожали заросли все той же гевеи и высаживали на этих землях кофейные деревья. Благоприятные природные условия, наличие плодородных тропических красноземов «terra-rocha» и удачное сочетание экономических факторов очень быстро вывели Бразилию на первое место в мировом производстве кофе.

...

### ***Кофейные советы***

*Помимо прочего, кофейные зерна имеют достаточное практическое применение. Отваром из зеленых кофейных зерен вы можете окрасить шерстяные нитки или ткань, придав ей насыщенный оттенок.*

Уже в 1859 году половина всего кофе производилось в этой стране. И уже более века Бразилия никому не уступает эту пальму первенства. Кофе в Бразилии стал не только национальным напитком, он стал символом Бразилии, а следовательно, и залогом ее процветания. В бразильском городе Сан-Пауло на одной из его площадей «растет» бронзовое кофейное дерево – памятник

растению, прославившему эту страну.

...

### **Кофейные советы**

*Кофеманы по-всякому экспериментировали с этим напитком и пришли к выводу, что кофе наилучшего качества, обладающий оригинальным ароматом и вкусом, получается только в том случае, если его варят при температуре 950—980. Если же вы не доведете температуру нагревания до этого предела, его вкус не станет хуже, но в этом случае будет экстрагироваться слишком малое количество кофеина и тех незаменимых жировых продуктов, которые и придают напитку его специфические качества. Если же вы станете варить кофе при более высокой температуре, то есть доведете его до кипения и будете держать на огне, кислотность напитка сильно повысится, что также скажется и на его качествах, и на вкусе.*

Первоначально большинство стран и территорий, занимающихся производством кофе, являлись колониями и метрополиями европейских держав, которые всячески поощряли разведение там кофейных плантаций. Наличие плодородных почв и дешевой рабочей силы были главными экономическими условиями закладки новых плантаций. Столь бурный рост мирового производства кофе привел к падению цен на него, и очень быстро этот напиток стал доступен большей части населения.

Одновременно с процессом распространения кофе велся активный поиск его новых сортов и видов. Первоначально на новых землях разводили единственный известный в то время вид кофе – арабику. Для поиска новых видов в малоисследованные континентальные районы Африки снаряжались одна экспедиция за другой. Поначалу эти поиски не приводили к успеху, зато экспедиции собирали множество новых, ранее неизвестных сведений о природных условиях, климате, растительном и животном мире центральной Африки. Претерпевая многие лишения, пробираясь через дремучие леса, топкие болота, высокие горы, страдая от жары и болезней, экспедиции шли и шли в поисках кофейных деревьев.

...

### **Из жизни великих**

*Андрей Шалвович Карапогосян, бармен, знаток кофе, говорит так о заведении, в котором работает:  
«Многочисленные любители ароматного напитка приходят в наше кафе-бар выпить чашечку кофе, обсудить последние новости».*

Эта настойчивость и систематичность поисков вскоре дала первые



результаты: в 1830 году в Западной Африке в Либерии удалось обнаружить новый вид кофейного дерева. Оно достигало 15 м в высоту, имело несколько удлиненные, по сравнению с арабикой, листья, цвело и плодоносило круглый год и давало большие слегка удлиненные зерна. Этот вид кофе впоследствии был назван «либерийским» в честь страны, в которой его нашли.

В 1904 году вблизи озера Чад французский ученый Шевелье обнаружил новый, неизвестный науке вид кофе, который получил название «кофе эксцельсия». Через некоторое время был открыт «кофе робуста», дикорастущее растение, обитающее в Центральной Африке. Главными производителями «кофе робуста» являются Кения, Мозамбик, Ангола, Гвинея. А уже в XX веке наука смогла открыть множество других видов и подвидов кофе, но все они не нашли широкого применения в сельском хозяйстве. И по сей день главным промышленным видом остается арабика.

...

### ***Из жизни великих***

*Иоганн Штраус говорил, что для вдохновения ему нужны только раскрытый рояль, тишина и чашка кофе. Из запаха рождается музыка, тишина позволит ее услышать, а рояль – воплотить в жизнь.*

Теперь несколько слов об истории кофе в нашей стране. Так как Россия одновременно сочетает в себе отголоски культуры и многочисленных традиций как восточных, так и европейских стран, можно смело утверждать, что кофе в нашу страну пришел двумя путями: и с Востока, и из Западной Европы.

В начале XVII века кофе постепенно начинает проникать в Россию. Первое упоминание о нем содержится во врачебном предписании царю Алексею Михайловичу придворного лекаря Самюэля Коллине и датируется 1665 годом: «Вареное кофе, персиянами и турками знаемое и обычное после обеда, изрядное есть лекарство против надмений, насморков и главболений». Но, наталкиваясь на народный консерватизм, сопротивление церкви, распространение кофе шло очень медленно. Его долгое время считали просто лекарством, и даже русские цари принимали его исключительно в лечебных целях.

...

### ***Из жизни великих***

*Во время конфликта между Нидерландской Гвианой и Французской Гвианой для заключения перемирия был направлен португальский дипломат Франсиско ди Малло Палхета. Но это была лишь часть задания. Франсиско должен был любой ценой (а попадись он, его бы ожидала смертная казнь) добыть кофейные зерна и саженцы. После многочисленных безрезультатных попыток посол решился на последнее*

*средство – он надумал пустить в ход свое очарование и соблазнить жену влиятельного чиновника, отвечающего за посадку кофейных деревьев. После недолгого сопротивления супруга сдалась. Она не смогла отказать своему любовнику в «пустяшной» просьбе и подарила ему на память о ней несколько кофейных саженцев. И таким образом Франсиско с успехом выполнил задание.*

Переворот в популяризации кофе совершил Петр Первый. Во время «Великого Посольства» 1697—1699 годов русский царь, живя за границей, пристрастился к постоянному употреблению кофе. По возвращении в Россию Петр незамедлительно ввел моду на кофе, наряду с другими западными культурными традициями.

Кофе постепенно начинает завоевывать и Россию. Об этом свидетельствуют книги по домоводству, изданные в ту эпоху. Например, в книгах «Экономический магазин» (1786 год) и «Всеобщее и полное домоводство» (1780 год) достаточно подробно рассказывается о кофе, его истории, влиянии на здоровье, а также содержатся многочисленные способы приготовления этого напитка.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще видно изображение сердца, это означает, что в скором времени возможна романтическая встреча. Скорее всего, человек, который скоро появится в жизни гадающего, предопределен самой судьбой, поэтому нужно постараться не потерять его из-за нелепых случайностей.*

Стремительно растет и импорт кофе. В 1802 году сумма импорта превысила один миллион рублей, а в те времена это были немалые деньги. Во время повального увлечения россиян Францией и французской культурой кофе стало считаться

признаком хорошего тона. По образцу Парижа, в Москве, Петербурге и других крупных городах империи начинают открываться многочисленные кофейни, которые быстро приобретают большую популярность среди населения. На основе кофейен возникают клубы по интересам, в которых кипит общественная жизнь страны.

В конце XIX века кофе перестает быть напитком аристократов и становится доступен большинству городского населения. В 1884 году в Петербурге открылась международная выставка садоводства и огородничества, где большой экспозицией была представлена флора Бразилии.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще видно изображение вазы и букета цветов в ней – это обозначает, что жизнь человека сложится хорошо, будет много счастливых дней и радостных событий, но для этого придется поработать над собой и немного подождать. Следовательно, нужно набраться терпения, решимости, и жизнь достигнет своего расцвета.*

Бразильцы выставили и более 1 000 сортов кофе. На выставке все желающие могли бесплатно поучиться обжарке зерен, приготовлению напитка и выпить чашечку кофе собственного приготовления. Бразильская экспозиция пользовалась у посетителей настолько большой популярностью, что в результате Бразилия завоевала первую премию на выставке. После этого события импорт кофе резко увеличился и в канун первой мировой войны составлял более 772 тысяч пудов в год. Как и во всем мире, кофе в России стал обычным повседневным напитком, любимым различными слоями населения.

Проследив таким образом историю распространения кофе по всему миру, кажется, можно поставить точку. Но это только на первый взгляд, потому что в первой половине XX века произошло еще одно важное событие в истории кофе, обойти молчанием которое мы не имеем права.

...

### ***Кофейные советы***

*Вы можете придать приготовленному вами кофейному напитку дополнительные вкусовые ощущения, добавив в него фруктовые соки, мед, яичный желток, растертый с сахаром, или взбитый в крепкую пену белок.*

Итак, в период с 1936 по 1940 год химик корпорации Нестле Морис Моргенштейн в своей лаборатории в Швейцарии проводит серию экспериментов по извлечению из обжаренных зерен кофе водорастворимых веществ. Ему удается открыть и

проэкспериментировать сравнительно недорогой способ извлечения из кофейных зерен около 35 % всех экстрактивных и ароматических веществ.

...

### ***Из жизни великих***

*Стефан Цвейг очень не любил рано просыпаться, и все его близкие, особенно жена, страдали от этого, так как он вставал в ужасном настроении и все утро брюзжал и ворчал по любому поводу. Но существовало чудесное средство, возвращавшее ему хорошее настроение, – это чашечка горячего кофе с большим количеством сахара.*

В результате этого корпорация Нестле первой в мире смогла предложить своим покупателям растворимый кофе, быстрый и легкий в приготовлении. В самом начале его вкус был несравним с настоящим кофе, он даже получил нелестное название «эрзац-кофе». Но этот продукт оказался незаменим для армии, при чрезвычайных ситуациях. И корпорация постоянно совершенствовала технологию изготовления растворимого кофе, что неизменно улучшало его качество. Теперь большинство потребителей во всем мире предпочитают приобретать именно растворимый кофе.

Такова история этого популярного напитка, полная загадок, тайн и легенд.

## **Глава 2**

### **Легенды о кофе**

С древности известен народам этот ароматный и воистину загадочный напиток. Существует множество легенд, мифов, сказаний, посвященных возникновению кофе.

Древняя арабская легенда рассказывает о мудром шейхе Омаре. Этот искусный целитель, исследователь и священник ушел от мирских забот, отказался от привилегий знатного происхождения и поселился в пещере. Долгие годы прожил он отшельником, помогая всем, кто обращался к нему за помощью. Однажды, когда шейх Омар отдыхал в близлежащей роще, его разбудила сказочно прекрасная трель какой-то неизвестной птицы. Когда отшельник осторожно открыл глаза, он увидел необычную птицу с яркими переливающимися перьями, которая сидела недалеко от него на дереве.

...

### ***Рецепты от знаменитых***

*Особый рецепт от Джона Траволты для любителей крепкого кофе.*

*Требуется: 2 ст. л. кофейных зерен, 10 г бренди, 50 г кофейного мусса, миндаль, сахар, ваниль.*

*Способ приготовления. Кофейные зерна измельчите и насыпьте в турку, залейте чуть теплой водой и доведите до кипения. Исходите из следующих пропорций: 1 ст. л. молотого кофе разбавляйте 1/3 стакана воды. Когда кофе закипит, налейте его в чашку и добавьте кофейный мусс, предварительно взбитый с сахаром и ванилью. Мусс должен получиться достаточно холодным и густым. Сверху на мусс положите миндаль, разрезав его на две части. На последнем этапе в напиток добавьте бренди. Влейте его очень осторожно, чтобы он оказался на поверхности чашки, но под муссом. В этом случае получится многослойный кофе: непосредственно сам напиток, бренди, мусс и орех.*

С этих пор Омар очень часто видел эту птицу и наслаждался ее изумительным пением. Как-то раз он решил поймать сладкоголосую певунью, однако когда он подкрался к дереву и попытался ее схватить, на ветке, на которой сидела птица, внезапно расцвели благоухающие цветы и появились неизвестные Омару плоды. Отшельник сорвал плоды и использовал их в качестве приправы к различным отварам из других плодов и растений. У него получился превосходный напиток, который он и начал давать своим больным. Выяснилось, что, помимо замечательного вкуса, отвар обладает и великолепными лечебными свойствами.

Через довольно короткий промежуток времени слава о великолепном напитке, приготовленном из волшебных плодов, разнеслась по всей Аравии. Многие арабы захотели попробовать чудодейственное средство и посетили отшельника. Шейх Омар гостеприимно принимал всех и предлагал попробовать им этот напиток. У многих улучшилось самочувствие, а некоторые даже избавились от своих застарелых недугов. Вскоре шейха Омара причислили к лику святых и попросили его переселиться в Мекку. Именно там в его честь был возведен монастырь.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение башмака на высоком каблуке, это означает, что человек находится под влиянием других людей. Он слишком много значения придает мнению окружающих, поэтому забывает о своих собственных желаниях. Такое положение не может принести ему ничего хорошего, потому что человек не развивается, а пытается соответствовать чужому идеалу.*

Следующая арабская легенда рассказывает о пастухе Калдиме, который, по мнению народных сказителей, явился первооткрывателем кофе. Этот бедный человек многие годы занимался тем, что перегонял стада коз по горным склонам на зеленые пастбища. Дорога была длинной и изматывающей. Не только пастух страдал от обжигающего солнца и невыносимой жары, но и животные к концу путешествия еле передвигали ноги. Однажды пастух решил гнать коз по другой дороге. Как обычно, уже к середине пути и стадо, и человек стали выбиваться из сил. Их дорога проходила мимо зарослей вечнозеленого кустарника с яркими блестящими листьями и плодами размером с вишню зеленого, желтого и красного цвета. Попробовав листву и мелкие побеги, животные неожиданно преобразились. Уставшие и спокойные до этого момента, они вдруг превратились в резвых и неутомимых. Они шустро скакали среди кустов, причем взрослые козы как будто вернулись в детство и беззаботно прыгали наравне с козлятами. Конечно же, пастух обратил внимание на кустарник, возбуждающий животных. По возвращении в селение он рассказал о замечательных свойствах этого растения настоятелю расположенного неподалеку монастыря.

...

### **Кофейные истории**

*В Риме в одной из кофеен произошел забавный случай. Посетитель, отпив глоток кофе, немедленно попросил счет и увидел в нем цифры, которые заставили его подскочить. Произошло все потому, что посетитель был иностранец и, заказывая кофе, он по ошибке выбрал очень дорогой сорт с пряностями. Но дело не в этом. Подскочив, он упал и сломал табурет, на котором сидел. Этот табурет теперь выставлен в витрине кафе с надписью: «Он попробовал и сломал табурет. Попробуйте и вы». Как ни странно, в кафе нет отбоя от посетителей.*

Мудрый монах решил попробовать на себе действие неизвестного кустарника. Когда он приготовил отвар из листьев и плодов растения и выпил его, то ощутил небывалый подъем сил. Никогда еще настоятелю не приходилось пробовать напиток, так эффективно освежающего и возбуждающего человека. Вскоре он не только сам пристрастился к нему, но и решил поделиться рецептом его приготовления с другими монахами, нередко засыпавшими во время длинных ночных молитв. Чудодейственный отвар настолько понравился обитателям монастыря, что его стали пить ежедневно. Напиток прекрасно стимулировал мыслительную деятельность и позволял без труда переносить даже самые монотонные молитвы.

...

### **Кофейные истории**

*Собравшись как-то раз за послеобеденной чашечкой кофе, римское духовенство вспомнило самого молодого в бытии католической церкви Папу Римского Бенедикта Девятого, который был избран главой Ватикана, когда ему исполнилось только двенадцать лет. Произошло это в XI веке. Подобных случаев за свою историю католическое духовенство не знало.*

Довольно быстро слава о замечательном отваре распространилась далеко за пределы монастыря. Эта история произошла в провинции Каффа, расположенной на юго-западе Эфиопии. Именно поэтому, в память о ней, семена, дерево и изготавливаемый напиток стали называть «кофе». Сначала кофе считался чуть ли не элитным продуктом, и его могли позволить себе только состоятельные люди. Однако со временем он прочно вошел в обиход даже простых арабов.

Другая легенда гласит, что впервые приготовили и стали пить кофе в небольшом государстве Йемен, которое поработила в IV—VII веках нашей эры Эфиопия. Крестьяне Йемена издревле заметили, что напиток, приготовленный из высушенной мякоти плодов, размолотой вместе с пергаментной оболочкой, прекрасно освежает во время тяжелой и изнурительной работы.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще прорисовывается верблюд, это значит, что в данный момент не нужно надолго уезжать из дома. Ситуация складывается так, что дальняя дорога может принести много вреда вместо ожидаемой пользы. Гораздо лучше переждать некоторое время, а потом отправляться в путь.*

А произошло это следующим образом. Один бедный землепашец весь день работал в поле. Он так устал, что у него не было сил идти домой, поэтому он решил переночевать прямо в поле. Ночью он проснулся от страшного грохота. Испугавшись, незадачливый крестьянин спрятался среди зарослей растущих неподалеку кустов. Он увидел, как на поляну, где он недавно отдыхал, пришли два дива. Один из них выглядел больным и изможденным. Заметив костер и котелок с кипящей водой, который оставил напуганный землепашец, великаны очень обрадовались. Один из них протянул руку по направлению к тому месту, где спрятался крестьянин. Конечно же, у того сердце ушло в пятки, он подумал, что его заметили дивы и решили сварить его на ужин. Он еще сильнее вжался в землю и закрыл глаза. Каково же было его удивление, когда он почувствовал, как кто-то дергает рядом растущие плоды. Землепашец открыл глаза и увидел, что



великаны набрали немного зеленых, желтых и красных плодов и бросили их в кипящую воду. Когда по поляне разнесся удивительный аромат, дивы сняли отвар с огня и, обжигаясь, стали его пить. На глазах удивленного крестьянина изможденный див становился таким же бодрым и сильными, как и его товарищ.

...

### ***Из жизни великих***

*Александр Дюма был очень веселым, жизнерадостным человеком. У него в доме часто собирались гости.*

*После обильного угощения и приятной беседы к столу обязательно подавали великолепно сваренный кофе и несколько бутылок коньяка, который каждый из гостей по вкусу добавлял в кофе.*

Когда дивы ушли, крестьянин решил и себе приготовить отвар из этих плодов. Выпив его, он ощутил в теле удивительную легкость, всю его усталость как рукой сняло, он стал бодрым и сильным, как будто бы не работал вчера до изнеможения и не провел бессонную ночь, наблюдая за великанами из-за кустов.

Вернувшись в селение, крестьянин, конечно же, рассказал все односельчанам, которые пожелали на себе попробовать действие неизвестного напитка. Вскоре кофе прочно занял место в сердце йеменцев, более того, он стал национальной гордостью этого государства. Даже сам процесс приготовления напитка превратился в определенный обряд. Далее кофе завоевало популярность сначала на Востоке, а затем и во всем мире.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Долгое время вокруг кофе велись активные споры, в ходе которых напитков рассматривали во всех возможных ракурсах. Какие только предположения ни выдвигались в результате этого! Много лет ученые были уверены в значительном вреде кофе для здоровья. Однако в последнее время появились другие мнения, прямо противоположные обозначенному. Они заключаются в том, что кофе, оказывается, весьма полезный напиток и даже обладает целительными свойствами. И это после многочисленных гонений на него! Нелегко установить истину и разобраться в действительном значении кофе в нашей жизни.*

Существует легенда, рассказывающая о том, почему в Мекке в XVI веке правительство запретило своим подданным употреблять кофе. Однажды духовенство заметило, что магометане за чашкой кофе забывают обо всем на свете. Они даже пропускают обеденный и вечерний намаз. Тогда возмущенные верующие обратились к правителю Мекки Хаир-бею с просьбой, чтобы тот запретил этот колдовской напиток и закрыл все существующие

кофейни, дабы они не отвлекали благочестивых подданных от ежедневных молитв.

Хаир-бей сам не был приверженцем этого напитка, поэтому решил сам разобраться, в чем тут дело, почему народ так полюбил кофе и даже забывает о молитвах? Он переоделся бедным странником и тайно вышел из своего дворца. Проходя по главной улице своего города, он зашел в первую же попавшуюся кофейню, сел на мягкие подушки в самый темный угол, чтобы его не узнали, и приказал принести себе кофе. Никто не обратил внимания на нового посетителя. Постоянные клиенты удобно расположились на подушках и, потягивая через мундштук кальян, попивали этот замечательный напиток. Непринужденно и плавно лилась беседа, затем кто-то стал рассказывать Шехерезаду. Хаир-бей так заслушался и расслабился, что очнулся только ранним утром.

...

### **Кофейные советы**

*Если произошло отравление при принятии слишком большой дозы кофе, пострадавшему нужно сделать промывание желудка и дать выпить несколько таблеток активированного угля.*

Разозлившись на свою слабость и податливость колдовскому зелью, правитель, вернувшись во дворец, издал строгий указ, запрещающий подданным с этого дня пить кофе. Кроме того, он приказал сжечь все запасы кофе и закрыть все кофейни.

Более двухсот лет мусульмане боролись за право употреблять кофе. Именно в этот период среди простого народа родилось множество легенд, посвященных этому удивительному напитку. Вот одна из них. В одном из селений крестьяне нашли кустарник с удивительными плодами. Когда они готовили из этих плодов напиток, замечательный аромат охватывал все селение. Выпив по чашке чудодейственного отвара, все крестьяне становились более сильными, исчезала усталость и находились силы веселиться всю ночь напролет.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если на поверхности кофейной гущи просматривается изображение кота, это символизирует распутную жизнь. Человек не может создать семью до тех пор, пока активно предается разврату. Ему нужно пересмотреть свое поведение, иначе он рискует остаться в одиночестве.*

Узнал как-то об этом бай, живший неподалеку. Стало ему интересно, почему это люди, которые работают на него, способны веселиться всю ночь напролет. Значит, подумал он, днем они плохо работают, раз совершенно не устают. Позвал он своего помощника и приказал ему, чтобы за крестьянами еще строже

следили и не давали им отдыха на протяжении всего дня. Однако вечером в селении вновь зазвучали веселые голоса. «В чем дело?» – думал бай. И решил он пойти на хитрость. Переоделся он бедным торговцем, приклеил себе бороду, чтобы его не узнали, и вечером сам отправился в селение. «Ох, ограбили меня разбойники, – запричитал он, увидев, что к нему идут люди, – да и сам еле ноги унес, совсем сил не осталось».

...

### **Кофейные советы**

*Если хотите приготовить качественный напиток, обратите внимание на то, сколько времени прошло с момента, как зерна были смолоты в порошок. Чем меньше это время, тем выше качество приготовленного вами кофе. Оптимальным является приготовление кофейного порошка из зерен непосредственно перед варкой.*

Переодетый бай рухнул на дорогу. Пожалели его в селении и напоили своим чудесным напитком. Хитрец вдруг ощутил в себе такой подъем сил, что даже испугался: а вдруг эти люди, выпив чудесного напитка, однажды ощутят себя такими могучими, что больше не захотят работать на бая, да еще и разорят его? Вернувшись домой, бай приказал своим слугам отобрать у подданных все запасы плодов, из которых готовится чудесный напиток. Затем он издал указ, запрещающий людям пить его, хотя каждый должен был собирать для бая и отдавать ему по мешочку этих удивительных плодов. С тех пор крестьяне забыли, что такое радость, но до сих пор иногда тайком готовят кофе и вспоминают старые времена.

Говорят, что архангел Гавриил пробудил пророка Мухаммеда ото сна чашечкой крепкого кофе. Эффект напитка был столь сильным и чудодейственным, что он не только разбудил пророка, но и дал ему силы, чтобы победить 40 человек одним ударом.

...

### **Из жизни великих**

*Жан Жак Руссо славился своим изысканным гастрономическим вкусом. Он предпочитал на ужин пить чашечку горячего кофе, добавив в него дольку лимона.*

Эта история произошла в Швеции в XVIII веке. Король Густав III решил помирить своих подданных, которые постоянно спорили между собой о том, полезен кофе или вреден. Мудрый правитель приказал заменить смертную казнь двух братьев-близнецов пожизненным заключением. Братьям решили создать одинаково хорошие условия и одному из них давать ежедневно большую порцию кофе, а другому – такую же порцию чая. За осужденными наблюдали два профессора-медика, которые должны были

констатировать состояние здоровья братьев. Осужденных посадили в крепость. Весь двор в нетерпении ждал, чем же закончится этот эксперимент. Даже важные вельможи интересовались, как там чувствуют себя братья-преступники. Шли дни, недели, уходили годы. Не выполнив поручений короля, умер один из профессоров, затем за ним последовал и второй. В одной из жарких битв сложил голову и сам король. Братья успели состариться, но продолжали систематически пить кофе и чай. А смерть, как бы в насмешку над противниками кофе и чая, заставляла себя ждать. Наконец, в 83-летнем возрасте умер осужденный, пивший чай; несколькими годами позже умер его брат, пивший кофе.

...

### ***Из жизни великих***

*Французский писатель Оноре де Бальзак был большим любителем кофе – выпивал по 50—60 чашек в день и как-то раз подсчитал, что, создавая одно из своих произведений, выпил три тысячи чашек кофе.*

О кофе писали драмы и комедии, слагали поэмы и оды, распевали песни. Даже кофейни со временем превратились в своеобразные клубы, где передавались последние политические новости, произносились пламенные революционные речи. В Париже, Лондоне и других городах были открыты литературные кофейни, оказавшие большое влияние на французскую и английскую литературу XVIII века. В литературных кофейнях Парижа Вольтер и Руссо писали свои бессмертные произведения. Постоянным посетителем кафе, большим любителем и знатоком кофе был Виктор Гюго.

...

### ***Из жизни великих***

*Иосиф Кобзон, большой любитель кофе, рассказал такую историю: «Открытию кофе мы обязаны случаю. Однажды некий арабский пастух заметил, что его козы начинают резвиться, когда пасутся в определенных местах. И он проследил, какую же листву они щипали. Благодаря этим животным мы каждое утро имеем возможность пить свой любимый напиток, „напиток богов – кофе“.*

Интересная история случилась в начале XVIII века, именно в это время французы и голландцы начали разводить кофе в своих южно-африканских колониях, во Французской и Голландской Гвиане. При этом они строго следили за тем, чтобы саженцы никто не перевез в принадлежащую в то время Португалии Бразилию. А за попытку похищения саженцев простым людям грозила смертная казнь.

Долгое время граница, разделяющая две Гвианы, не была четко

промаркирована. Между французами и голландцами постоянно происходили столкновения из-за земли. Однажды для разрешения одного из таких споров в качестве независимого судьи французы и голландцы решили пригласить высокопоставленное лицо из Бразилии, сеньора Франсиско ди Малло Палхета.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще изображен паук, это может предвещать большие денежные затраты. Разумнее подготовиться к этому заранее, постараться, чтобы подобная ситуация не застала врасплох. Можно держать дома наличные деньги, чтобы в случае необходимости не одалживаться у родных и знакомых.*

Когда сеньор Палхета приехал в столицу Французской Гвианы, он сразу же пошел на переговоры к губернатору. У последнего была молодая красавица-жена, которая тут же влюбилась в знатного гостя. Конечно же, тот ответил ей взаимностью. Влюбленные условились о встрече, потом они тайно виделись на протяжении всего пребывания португальца в столице. Однажды в разговоре Палхета упомянул, что страстно хотел бы начать разводить кофе в Бразилии. Был близок день отъезда. Утром, когда Палхете предстояло покинуть гостеприимных хозяев, он на прощание от возлюбленной получил огромный букет цветов, в середину которого была запрятана горсть кофейных семян. Конечно же, прибыв на родину, португалец тут же их посеял.

Так в Бразилии появился кофе, ценность которого возросла в глазах романтических бразильцев еще и потому, что он был получен в подарок из рук прекрасной женщины, которая, несмотря на грозившую ей опасность, ради любви решилась на этот поступок.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение курицы, это значит, что человек слишком много внимания уделяет дому и слишком мало работает. Конечно, домашний уют и домашнее хозяйство значат очень много, но, не работая, человек не может занять достойное положение в обществе, заслужить признательность и уважение окружающих.*

Считается, что первые зерна кофемании бросил в западноевропейскую подзолистую почву обедневший украинский шляхтич-галичанин Юрий Франц Шелестович из рода Кульчицких. Кроме того, выходец из прикарпатского села Кульчицы, почетный гражданин австрийской столицы Юрий Шелестович спас империю Габсбургов от тогдашних исламских фундаменталистов, а потом именно он убедил подданных его величества цесаря Леопольда I, что коричневые зернышки – не корм для турецких верблюдов, а

основа будущего культа – кофемании и материального благосостояния многих стран.

Летом в 1683 году многочисленные орды турок взяли в осаду Вену. Защитникам города приходилось нелегко, они могли рассчитывать разве что на милость Господню, чтобы не быть растерзанными басурманами. Надо сказать, что цесарь Леопольд предусмотрительно покинул своих подданных и обратился за помощью к европейским монархам. Он призывал их объединиться и дать достойный отпор иноверцам. Объединенной армией, которая в итоге и разбила басурман, командовал польский король Ян III Собесский. Когда она подошла к городу, необходимо было скоординировать действия союзников с защитниками города. Только после этого можно было ожидать, что решающий бой принесет удачу осажденному городу. Венцы даже не подозревали, что им на помощь идет целая армия. Продукты в осажденном городе заканчивались, а вместе с ними умирала надежда выжить.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще видно изображение волн, это свидетельствует о большом объеме работы, которую вам придется выполнить. Если волны накатывают по направлению к гадающему – это означает, что с предстоящими делами человек справится быстро, легко и очень успешно. После этого возможно повышение по службе. Если волны направлены в направлении от гадающего, не стоит рассчитывать на успех в предстоящей работе и на то, что ваши заслуги будут оценены и признаны сейчас.*

Все смельчаки, которые посылались из города навстречу объединенной армии монархов, неминуемо попадали в руки врага. Их подвергали жестоким пыткам, а затем сажали на кол. Но нашелся человек, который вызвался совершить чуть ли не чудо: пройти сквозь вражеский стан и добраться до ставки Собесского. Им оказался купец, славный воин, полиглот Юрий Франц, который по воле случая оказался в Вене. Он-то и предложил свои услуги осажденным.

В смертельно опасном путешествии Кульчицкому помогло не только удивительное везение, но и беглое знание турецкого, к слову сказать, кроме него, он владел еще семью языками. Кроме того, современников поразила феноменальная наглость разведчика – в отличие от связных-предшественников, которые шли окольными путями, украинец пошел просто через позиции турок. Оккупанты даже не могли заподозрить, что одетый в турецкие наряды и хорошо говорящий по-турецки человек и есть их будущая погибель. Планы совместных действий австрийцев и армии союзников были согласованы, вскоре мусульман прогнали.

После столь сокрушительного поражения воины под зеленым знаменем больше не делали попыток завоевать Европу.

...

### **Кофейные советы**

*Далеко не все могут позволить себе чашечку кофе на пустой желудок. Ведь кофеин обладает способностью возбуждать аппетит, он усиливает и выделение желудочного сока. Поэтому не старайтесь при помощи кофе заглушить голод. Чашка кофе лучше всего действует на организм, если она выпита после еды или непосредственно перед ней.*

Благодарные венцы по достоинству оценили подвиг галичанина и присвоили ему титул почетного гражданина Вены. Однако когда речь пошла о вознаграждении, градоначальники немало удивились, услышав невероятную просьбу Кульчицкого. Вместо золота и привилегий он попросил отдать ему триста трофейных мешков с кофейными зернами. Другими словами, Юрий Франц сумел на сотни лет вперед просчитать конъюнктуру рынка, что, безусловно, удавалось немногим.

Когда освобожденный город стал понемногу восстанавливаться и обустраиваться, на улицах вновь зазвенели веселые голоса, гость – неугомонный Кульчицкий – еще раз вызвал сильное удивление обитателей Вены своей оригинальностью. Он переоделся в восточные одеяния и стал угощать прохожих неизвестным ранее напитком – кофе по-турецки. При этом за одну чашку он брал очень низкую, прямо скажем, символическую плату – 1 крейцер. Сначала мало кто по достоинству оценил этот напиток, поскольку он отличался горьким вкусом и непривычным резким ароматом. Однако случилось так, что в емкость с кофе случайно попал кусочек сахара. Когда Кульчицкий отпил глоточек из этой чашки, ему очень понравился вкус обновленного напитка, и он дал попробовать его своим посетителям. Последним чрезвычайно понравился этот вкус. Довольно скоро новый рецепт напитка оценили все. С тех самых пор кофейный бизнес стал набирать свои обороты.

...

### **Из жизни великих**

*Эрнест Теодор Амадей Гофман был уверен, что произведение не может получиться плохим, если перед его написанием выпить хороший кофе, поэтому напиток он предпочитал варить сам, не доверяя этот «ритуал» никому.*

Скорее всего, кофе завоевал Россию с двух сторон: с Востока и с Запада. В начале XVII века Россия вела торговлю со странами Ближнего и Среднего Востока, где этот напиток был уже в то время широко распространен. Вначале кофе считали

лекарственным средством и употребляли, например, как средство от насморка и головной боли. Считается, что первым российским «кофеманом» был царь Алексей Михайлович. Современники рассказывают, что царь настолько пристрастился к этому великолепному напитку, что в день мог выпить более пяти чашечек. Однажды он даже сделал строгий выговор своему придворному за то, что тот, неосторожно повернувшись, толкнул слугу, и последний пролил кофе, предназначенный для Его Величества. Конечно же, сам слуга в этом случае пострадал больше, он был наказан розгами.

Приехав в Голландию, Петр I поселился в доме торговца и бургомистра Амстердама. Здесь принято было каждый день выпивать по чашечке кофе. Сначала царю не понравился горьковатый вкус и специфический аромат напитка. Однако, выпив чашечку и ощутив вдруг подъем жизненных сил, Петр по достоинству оценил его великолепное воздействие. По возвращении в Россию царь в приказном порядке ввел кофе в употребление. Этот ароматный напиток подавали даже посетителям кунсткамеры.

...

### ***Из жизни великих***

*Большой любитель кофе Хорхе Луис Борхес утверждал, что холодный кофе настолько отличается от горячего, что кофе это уже назвать нельзя. После того как он ослеп, по его словам, ничто не доставляло ему такого удовольствия, как аромат свежесваренного кофе.*

Однажды Анна Иоанновна мило беседовала в кругу своих придворных дам в ожидании, когда ей подадут чашечку кофе. Слуги внесли кофейник. Однако напиток оказался настолько плохо приготовленным, что его невозможно было не только пить, но даже взять в рот. Оказалось, что кофе варила новая кухарка, заменившая заболевшую подругу. Зная крутой нрав царицы, провинившаяся бросилась ей в ноги и пожаловалась, что никто толком не знает, как готовить кофе, поэтому она и не смогла сварить его, как следует. Анна Иоанновна, конечно же, наказала нерадивую кухарку, но сама распорядилась, чтобы в печатных изданиях «Экономический магазин» и «Всеобщее и полное домоводство» с тех пор рассказывалось о кофе и способах его приготовления.



...

### **Рецепты от знаменитых**

*У Мэрилин Монро также существовал свой способ приготовления этого напитка.*

*Требуется: 1 ч. л. молотого кофе, 50 г сливок, 15 г коньяка, корица, сахар.*

*Способ приготовления. 1 ч. л. молотого кофе насыпьте в кофеварку и залейте холодной водой, не доводите до кипения, налейте в чашку, добавьте 1 ст. л. крутого кипятка. В кофе осторожно влейте коньяк дорогой марки. Сливки взбейте с сахаром до полного загустения и выложите их в чашку с кофе. Белую массу, образовавшуюся на поверхности напитка, посыпьте корицей и сахарной пудрой. Кофе получится достаточно сладким и не слишком крепким.*

Считалось, что кофе больше любят женщины. Женская прислуга в конце XIX века, поступая на службу, как правило, даже оговаривала «кофейное довольство». Горничные, кухарки старались, кроме кофе, который пили у хозяев, получать еще и по фунту зерна в месяц натурой.

### Как сварить самый лучший кофе

#### Способы приготовления кофе

Приготовление кофе имеет мало общего с обычной готовкой. Это своеобразный ритуал, традиции которого складывались веками. Здесь все имеет особое значение – цвет зерен, высота пены, количество минут, выдержанных на огне, форма посуды и даже форма чашечек, в которых его подают. Если хотите действительно наслаждаться этим древним напитком, не пренебрегайте ни одной мелочью при выборе кофе и его приготовлении. Растворимый кофе никогда не даст вам возможности ощутить все прекрасные качества настоящего напитка, который обязательно должен быть сварен непосредственно перед употреблением.

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если на поверхности кофейной гущи просматривается изображение снежинки, это означает, что в скором времени все проблемы разрешатся самым удачным образом. Конечно, из этого совсем не следует, что нужно сложить руки и ничего не делать. Но тем не менее человек может надеяться на благоприятный исход событий.*

Вероятно, вы знаете, что существуют различные сорта кофе, и человеку, неискушенному в этом вопросе, не всегда бывает просто разобраться, чем же они отличаются. Дело в том, что кофе растет на деревьях самых разных видов – они могут быть вечнозелеными или сбрасывать листву, это и высокие деревья, и низкорослые кустарники. Наиболее популярными во всем мире являются кофе арабика, или аравийский кофе, и робуста – конголезский кофе. Напиток из зерен сорта арабика считается более качественным, чем из зерен сорта робуста. Он обладает более насыщенным вкусом и ароматом. Но и сорт робуста имеет свои преимущества – он дает напиток прекрасного качества в сочетании с кофе арабика, усиливая его вкус и сохраняя сильный аромат. По существующим в России стандартам, не допускается смешивание зерен арабики и робусты. Если же вам хочется попробовать именно такой напиток, приготовьте его в домашних условиях, смешав зерна самостоятельно.

...

#### **Кофейные советы**

*Детям не стоит давать натуральный кофе. Обмен веществ в детском организме несколько отличается от*

*взрослого, поэтому кофеин выводится из него слишком медленно.*

Существует кофе в зернах высшего и первого сорта. Для производства кофе высшего сорта используется только арабика. Ее преимущества перед робустой состоят в том, что зерна арабики гораздо лучше обжариваются со всех сторон, приобретают приятный цвет, прекрасно сочетающийся с их ровной поверхностью, и, как уже упоминалось, придают напитку насыщенный вкус и изысканный аромат. Проследить столь тщательно за качеством молотого кофе покупателю практически невозможно, так что, вооружившись знаниями о разных сортах этого напитка, вы можете смело приобретать кофе в зернах и размалывать его самостоятельно.

Чтобы получить качественный напиток, лучше всего подготовку к варке проводить самостоятельно. Поэтому обжаривайте кофейные зерна сами. Делайте это по возможности непосредственно перед приготовлением напитка.

...

*Если хотите, чтобы приготовленный вами напиток обладал всеми неповторимыми свойствами кофе, обратите внимание на качество зерен. Не покупайте незрелые или слишком старые зерна, которые давно хранятся. Чем быстрее после прожаривания зерен и их помола вы приготовите кофе, тем лучше сохранятся все его специфические качества.*

### **Из жизни великих**

*Кофейни, в большом количестве возникавшие в XVII—XIX веках в Европе, были излюбленным местом сбора молодежи. Известно, что именно в кофейне впервые выступал Эрих Мария Ремарк.*

На холодную сковороду высыпьте зеленые кофейные зерна. Их слой не должен иметь толщину больше 3 см. Следите, чтобы он был ровным. Поставьте сковороду на небольшой огонь или в духовой шкаф. В процессе жарки постоянно перемешивайте зерна, чтобы они обжаривались равномерно. Показателем готовности кофейных зерен служит их потемнение. А чтобы убедиться в том, что они достаточно хорошо прожарились, возьмите одно из них и раскусите пополам. Если увидите, что зерно приобрело темный цвет и изнутри, можете снимать сковороду с огня. Как недожаренные, так и пережаренные зерна значительно снижают качество напитка.

Если вы не готовите зерна непосредственно перед варкой, а планируете их хранить, вам необходимо соблюдать определенные правила. Свойство кофейных зерен – быстро поглощать разнообразные запахи и терять свой специфический аромат после прожаривания – делает невозможным их хранение в открытой

посуде. Поэтому выберите для их хранения банку с плотно закрывающейся крышкой. Посуду с кофейными зёрнами необходимо поставить в самое холодное место, можно в холодильник.

А чтобы кофе получился вкусный, его необходимо засыпать только в теплую посуду. Поэтому перед началом варки обдайте джезvu кипящей водой – это эффективно ее прогреет. Только после этого можно засыпать в нее необходимое количество кофе. Оно зависит от того, сколько чашек напитка и какой крепости вы хотите получить. Как правило, кофе закладывают из расчета 1—2 ч. л. на 1 стакан воды.

Обычно перед варкой кофе заливают кипящей водой. При этом обратите внимание на то, чтобы порошок не оказался на поверхности воды. После этого сразу же ставьте посуду с кофе на огонь и подогревайте. Следите за тем, чтобы огонь не был очень большим, иначе кофе будет нагреваться слишком быстро, что может отразиться на его вкусовых качествах.

...

#### ***Из жизни великих***

*Екатерина Вторая, заслужившая репутацию просветителя, любила рассказывать занимательные истории во время аудиенций. Вот одна из них. У арабских шейхов считается престижным иметь специального повара «кахвачи», который с утра до вечера занят лишь тем, что в мужском шатре готовит кофе.*

Как только кофе начнет закипать и появится пена, дайте ей подняться почти до края посуды и сразу же снимите с огня. Подождите некоторое время, чтобы гуща осела. Но не держите кофе в посуде слишком долго, особенно если вы хотите подать его к столу горячим. Не давайте ему остывать. Чтобы предотвратить остывание, ускорьте процесс оседания гущи. Для этого можете добавить в посуду с кофе несколько капель холодной воды. Существует и другой, не менее удобный способ приготовления этого восхитительного напитка. Наполните посуду, в которой вы собираетесь варить кофе, водой и поставьте на огонь, доведите до кипения. Как только вода закипит, снимите с огня. В кипяток ложкой положите необходимое количество кофе, при этом тщательно перемешивайте порошок и следите за тем, чтобы он не оказался на поверхности или не сбился в комки.

...

#### ***Из жизни великих***

*Петр Ильич Чайковский любил пить настолько крепкий кофе, что его приходилось варить отдельно. Пил он его очень медленно, маленькими глоточками. Чайковский терпеть не мог кофе с сахаром, считая, что*

*тот перебивает истинный вкус напитка.*

После этого посуду с кофе снова поставьте на огонь. Доведите до закипания и сразу после того, как поднимется пена, снимите с огня. А когда осядет пена, разлейте кофе в чашки.

Можно готовить кофе и таким, достаточно оригинальным способом. 1/2 кг молотого (не очень мелко) кофе залейте 1 л холодной воды. Закройте сосуд крышкой и оставьте на сутки. Настой процедите и можете хранить его в холоде некоторое время. Когда вам понадобится приготовить кофейный напиток, полученный экстракт вы можете смешать с холодной водой и сварить, как обычный кофе.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если гадающий видит в кофейной гуще изображение стула, это означает, что в скором времени его ожидает повышение по службе. Возможно, новая работа окажется по многим параметрам намного лучше старой, так как принесет не только моральное удовлетворение, но и деньги.*

Процесс приготовления кофе в разных странах нередко отличается деталями. Так, если вы решили приготовить кофе по бразильским рецептам, начните с того, что на дно сухой посуды насыпьте порошок и только после этого налейте туда кипяток. После этого, не дав кофе настояться, сразу же все тщательно перемешайте и через мелкое ситечко влейте в посуду для варки, которую вы предварительно нагрели при помощи кипятка. Далее сварите кофе, как указано в рецепте.

Для приготовления кофе по восточным рецептам вам понадобится особый сосуд для его варки. Это джезва, она представляет собой сосуд конической формы небольших размеров. У джезвы обычно довольно длинная ручка.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Возможно, следует сформировать особое отношение к напитку, который в разных ситуациях может быть как живительным, так и вредным. Исследования ученых показали, что люди, выпивающие более шести чашек кофе за день, имеют вероятность заболевания коронарной болезнью сердца на 70 % большую, чем те, кто выпивает лишь одну чашку. Из этого легко можно прийти к извечной истине, что все хорошо в меру.*

Если вы готовите кофе каким-либо из восточных способов, предварительно очень хорошо измельчите его. В сухую джезvu положите весь кофе и сахар, который вы планировали использовать. Далее налейте в сосуд холодную воду и поставьте

его на небольшой огонь. Нагревайте кофе очень медленно, только в этом случае вы получите тот специфический вкус, который присущ напитку, приготовленному по восточным рецептам. Дождитесь появления пены и дайте ей подняться. После этого сразу же снимите джезvu с огня. Обратите внимание: когда вы снимаете сосуд с огня, поверхность кофе должна быть покрыта пеной. Она выполняет роль своеобразной крышки, под которой кофе может томиться некоторое время. Когда пена начнет оседать, поставьте джезvu на небольшой огонь и повторите всю процедуру. Можете повторить эти действия еще 1—2 раза. Ваш кофе приобретет специфический вкус и аромат.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если на поверхности кофейной гущи просматриваются ворота, это значит, что человеку предстоит появиться в высшем обществе. Новые связи и знакомства помогут ему во многих делах. И поэтому жизнь войдет совсем в иное русло, человек сможет подняться по социальной лестнице.*

В джезве вы можете готовить кофе и несколько иным способом. Положите в нее только сахар, налейте холодной воды и поставьте на огонь. Как только вода закипит, снимите с огня и всыпьте кофе. При этом быстро и тщательно перемешивайте порошок, не дав ему образовать комочки. В джезве должна образоваться густая пена. Дождитесь, когда она начнет немного опускаться, и поставьте кофе на огонь. Следите за тем, чтобы огонь был очень маленький. Когда появится пена, снимите джезvu с огня, дайте пене немного осесть и снова поставьте на огонь. Подогревайте таким образом кофе несколько раз. Сняв джезvu с огня в последний раз, не ждите оседания пены, а подавайте кофе к столу.

Разливают кофе из джезвы уже на столе. При этом сначала разложите в кофейные чашки всю пену, а уже после этого разлейте кофе. Не процеживайте напиток через ситечко. К такому кофе не следует подавать сахар, так как необходимое его количество уже положено в джезvu перед варкой. Не следует и перемешивать кофе.

...

### **Кофейные советы**

*Если вы вынуждены ограничивать себя в приеме кофеина, отдайте предпочтение растворимому кофе. Ведь в чашке растворимого кофе содержится почти в 2 раза меньше кофеина, чем в чашке натурального, сваренного непосредственно перед употреблением.*

При варке кофе не стоит доводить до кипения, так как слишком горячая вода только ухудшает его вкусовые и ароматические качества, кроме того, повышает кислотность напитка.

Если вы подаете к столу неразлитый кофе, оставляйте его в том же сосуде, в котором его варили. Это способствует лучшему сохранению аромата.

Восточные рецепты нередко предлагают добавление в кофе самых оригинальных пряностей. А наряду с горячим кофе существует и напиток, который подается к столу холодным.

Самым простым способом приготовления такого напитка является следующий. Возьмите в 1,5—2 раза больше, чем обычно, кофейного порошка на обычное количество воды, добавьте немного цикория и сварите кофе в джезве. Дайте пене осесть. К 1 стакану этого напитка добавьте 1 ст. л. сгущенного молока с сахаром. Все тщательно перемешайте и охладите. После этого можете вылить кофе в лед. Такой напиток не только прекрасно бодрит, но и утоляет жажду в любую жару.

...

### **Кофейные советы**

*На вкус, аромат и содержание в кофейном напитке специфических для него веществ влияет время, которое прошло с момента жарки кофейных зерен. Для сохранения всех качеств хорошего кофе промежуток между обжариванием зерен и приготовлением напитка должен быть как можно меньше. Поэтому, если у вас есть такая возможность, жарьте кофейные зерна непосредственно перед приготовлением.*

Вы можете сначала остудить и даже немного заморозить свежесваренный черный кофе, а уже непосредственно перед употреблением добавьте в него сахар и сливки. Для охлаждения можете приготовить его очень крепким и опустить в каждую чашку по несколько кубиков льда.

Для получения истинно восточного аромата и вкуса перед варкой смешайте кофейный порошок с молотым кориандром, орехами кардамона, корицей или ванилью. Вы можете получить сахар для приготовления кофе с очень оригинальным ароматом, если будете хранить в одной посуде с ним свежие зерна ванили. При этом не забывайте плотно закрывать посуду, иначе запах ванили очень быстро исчезнет.

...

### **Из жизни великих**

*Вольтер очень любил кофе. Как то раз, когда кофе в его доме неожиданно закончился, он немедленно отправил за ним всех своих слуг в разные концы города, и тому, кто принес кофе первым, стал платить жалованье в два раза больше, чем остальным, мотивируя это так: «Он спас меня от гибели без кофе».*

Есть разные способы приготовления кофе со сливками или сгущенным молоком. Вы можете просто добавить их в кофе и

перемешать ложечкой. Но некоторые рецепты требуют, чтобы сливки или сгущенное молоко находились только на поверхности кофе, не смешиваясь с ним. Для достижения этого эффекта необходимо на поверхность кофе положить кончик ложки и по ней, не торопясь, налить молоко или сливки.

Существует еще один способ приготовления холодного крепкого кофе. Для этого вам потребуется оригинальная вьетнамская кофеварка. Она представляет собой металлический сосуд цилиндрической формы, в дне которого находятся очень мелкие дырочки. Крышка также имеет дырочки и очень плотно входит в цилиндр. Для приготовления кофейного напитка молотый кофе насыпьте на дно, сверху уложите крышку и залейте все кипящей водой. При этом крепкий кофе будет понемногу капать из мелких дырочек в дне.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если гадающий видит изображение уха, это означает, что кто-то внимательно следит за всеми его действиями. Вполне возможно, это его тайный недоброжелатель, который хочет существенно навредить гадающему. Ему не нужно всем подряд рассказывать о своих стремлениях и желаниях, потому что это даст возможность окружающим получить о нем исчерпывающую информацию.*

На основе вьетнамской кофеварки изготавливается пресс для кофе. В этом цилиндре крышка прижимается гораздо плотнее, так как она прикручивается специальным винтом. Поэтому кофе будет капать гораздо медленнее и получится намного крепче.

Далее в ту чашку, в которую медленно капает кофе, положите 2 ст. л. сгущенного молока. После того как молоко полностью растворится в налившемся кофе, перемешайте содержимое чашки и вылейте в лед. Теперь кофе можно пить маленькими глотками. Этот кофе вы можете пить и горячим. Он по вкусу очень похож на подтаявшее кофейное мороженое.

Различные добавки к кофе не ограничиваются восточными пряностями. Так, кофе «Мелия» готовится с добавлением меда. Для этого, поставив на огонь кофе эспрессо, в чашку выложите мед и какао-порошок. Тщательно смешайте их в однородную массу, напоминающую шоколадный соус. После этого к смеси меда и какао добавьте готовый кофе, все тщательно перемешайте. Можете влить сливки. Этот напиток великолепно согревает, но если хотите – попробуйте приготовить его и со льдом.

...

***Гадание на кофейной гуще*** *Если в кофейной гуще гадающий видит изображение арбуза, это означает, что пришло время пожинать плоды собственного*



*труда. Он долгое время работал не покладая рук. А теперь может отдохнуть, заняться личной жизнью. Судьба не оставит его труд без награды, он получит желанное вознаграждение.*

Итак, традиционными добавками к кофейным напиткам считаются: в европейских странах – молоко, сливки, мороженое, лимон, различные спиртные напитки, яичный желток, различные кремы и муссы, фрукты и свежие соки; в восточных рецептах, кроме соков и шербетов, традиционно используются всевозможные специи, такие как корица, гвоздика, кориандр, кардамон, ваниль и другие. Аналогичным образом изготавливаются различные напитки, напоминающие по вкусовым качествам кофе, но не содержащие кофеина, – из желудей, ячменя, цикория. Все это настолько отличающиеся друг от друга напитки, что они способны удовлетворять любой вкус.

Если вы хотите получить редкий, очень оригинальный вкус напитка, попробуйте последовать примеру тех гурманов, которые добавляют в кофе перец или чеснок. Но в домашних условиях вы можете ароматизировать только сам напиток, добавляя в него различные специи и сладости. Совсем другое дело – ароматизация кофейных зерен, осуществляемая только в промышленных условиях.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще прорисовывается башня, гадающий может вполне рассчитывать на благополучие в своей жизни. Это добрый знак, который будет ему покровительствовать. Чем выше и прямее башня, тем удачнее и счастливее сложатся обстоятельства. Чем шире башня, тем большего успеха сможет добиться человек в конкретных делах.*

При выборе готового кофе с ароматизаторами отдавайте предпочтение продукции известных фирм, так как ароматизация кофейных зерен должна проводиться с тщательным соблюдением всех тонкостей технологии. Все ароматизаторы должны быть изготовлены только из натуральных продуктов и не иметь в своем составе никаких искусственных красителей или алкоголя. Соблюдение строгой рецептуры позволяет кофе сохранять аромат при высокой температуре, не утрачивая замечательных вкусовых качеств.

Кофе с ароматическими добавками популярен не во всех странах. Но у него есть свои преимущества. Так, например, кофе с ароматом ликера имеет вкус, напоминающий ликер, но совершенно не содержит алкоголя. Кофе с ароматом и привкусом шоколада или фруктов нередко употребляют в качестве десерта, при этом он может быть как горячим, так и холодным.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Леди Ди пила кофе, приготавливаемый по ее собственному рецепту, который мы предлагаем вашему вниманию. Порция рассчитана на 4 персоны.*

*Требуется: 6 ст. л. кофейных зерен, 10 г кофейного экстракта, 100 г кофейного мусса, 4 ломтика лимона, сахар, ром.*

*Способ приготовления. В кофемолке измельчите до средней величины кофейные зерна, засыпьте их в турку и нагревайте на раскаленном песке. В оригинале кофе подается в «сахарных» чашках. Для этого смочите края чашки в руме и обмакните в сахар, края получатся белого цвета. Не давая напитку закипеть, разлейте его в чашки, добавьте в каждую немного кофейного экстракта и по 1 ст. л. кофейного мусса, очень холодного и густого. На край чашки наденьте ломтик лимона или положите его сверху на мусс.*

*Напиток должен получиться не только очень крепким, но и горьким, поэтому отдельно можете предложить сахар.*

Поражает разнообразие возможностей приготовления кофе и способов его употребления. Так, некоторые гурманы считают, что все добавки, такие как сливки, молоко, мороженое, ни в коем случае нельзя наливать в горячий кофе. Его вкус будет намного лучше, если в чашку сначала будут налиты сливки или молоко, а уже потом – кофе. Стоит или нет перемешивать напиток – тут мнения также разделились. Вы можете попробовать каждый из этих способов и выбрать для себя тот, который вам больше понравится.

## Глава 4

### Как выбрать кофеварку и ухаживать за ней

Вы хотели бы купить себе кофеварку, о которой так долго мечтали и завидовали друзьям, обзаведшимся этой чудо-машиной. И вы спешно собираетесь в магазин.

Но стоит ли так спешить, сбивать с ног прохожих, ведь может случиться так, что доброжелательный и улыбчивый продавец уговорит вас купить не предмет ваших желаний, а какую-нибудь кофеварку далеко не лучшего качества.

...

#### ***Из жизни великих***

*Существует интересная легенда о Казанове. Она гласит, что сей любимец женщин считал, будто кофе многократно увеличивает мужскую потенцию, и поэтому перед каждым свиданием с женщиной он обязательно выпивал чашечку, а иногда и две крепкого свежеприготовленного напитка.*

Так вот, предлагаем вам не пугать добрых прохожих и не бежать сломя голову за своей покупкой, не имея о ней достаточных сведений и лишь расплывчато представляя себе, что это за «чудо-машина» и на что она способна на самом деле. Для этого приводим вам несколько практических советов по выбору и эксплуатации кофеварки.

Во-первых, различают электрические и наплитные кофеварки. В свою очередь, наплитные кофеварки различаются в зависимости от того, на каком источнике и нагревательных приборах они нагреваются. Так, например, существуют обычные турки – специальные кастрюльки для варки кофе, и кофеварки с гейзером. В кофеварки с гейзером молотый кофе засыпают в перфорированный цилиндр, который устанавливается внутри корпуса. Кофе заваривается при прохождении кипящей воды через молотый кофе. При этом вода выщелачивает (экстрагирует) кофе, превращаясь в настой, а кофейная гуща остается в цилиндре.

...

#### **Кофейные советы**

*В одной чашке кофе эспрессо содержится больше кофеина, чем в кофе, приготовленном обычным способом. Все дело в том, что из-за меньших размеров кофейных чашек для эспрессо кофеин находится в этом напитке в большей концентрации. В таком виде он гораздо быстрее усваивается организмом и оказывает более заметное действие. Поэтому избегайте пить кофе эспрессо, если вам необходимо ограничивать количество кофеина, принимаемого ежедневно.*

Электрические кофеварки выпускают различных моделей фильтрационного и гейзерного типа. Нагрев воды в электрокофеварках осуществляется трубчатым электронагревательным элементом мощностью 700—1 200 Вт. Электрокофеварки обычно снабжены термовыключающим устройством, которое предохраняет прибор от выхода из строя при выкипании воды (готового кофе) или при его включении без воды в сеть.

Некоторые кофеварки снабжены устройством для поддержания кофе в горячем состоянии с температурой не ниже 60°C. Есть модели современных кофеварок, снабженные дополнительными функциями, это, например, подогрев чашечки или варка отдельных видов кофе.

...

#### **Кофейные истории**

*На студенческом семинаре Саша удивила всех историей о самом юном докторе философии. Им стал*

*Карл Виттс из Германии. Ему в двенадцать лет Гессенский университет присвоил ученую степень.*

Кофеварки отличаются по своей вместимости, которая варьируется от 0,2 до 1,5 л. Масса же самой кофеварки составляет где-то в среднем 1,5 кг. Время приготовления кофе в ней составляет от 10 до 25 минут. Все это, конечно же, надо учитывать при выборе.

И вот вы готовы отдать немалые деньги за этот чудесный «горшочек», очаровавший принцессу из сказки о «свинопасе», который будет в состоянии каждое утро радовать вас любимым капучино и эспрессо. Но появляется первая проблема, на которую стоит обратить внимание: умеет ли понравившаяся вам кофеварка творить эти чудесные напитки?

Вам повезло, если ваша кофеварка умеет варить эспрессо, так как капучино – это тот же эспрессо, только с красивой молочной пенкой. К тому же вы должны знать, что у кофеварок-эспрессо должна иметься специальная пароотводная трубка с «хитроумной» насадкой, через которую под давлением прогоняется пар.

...

### ***Из жизни великих***

*Кофе – прекрасный источник энергии и очень полезен в умеренных количествах. Этим простым правилом руководствовалась Софья Андреевна Толстая, в поваренной книге которой был записан самый обычный рецепт приготовления кофе. Каждое утро Софья Андреевна высыпала кофе в кофейник, заливала крутым кипятком, ставила на огонь и доводила до кипения, но не кипятила. Такой кофе очень любили в доме Толстых. Пила кофе Софья Андреевна исключительно черный, без молока и сахара, чтобы не портить истинный вкус этого божественного, по ее словам, напитка.*

И для приготовления своего кофе вы просто должны направить эту трубку в стакан с молоком, переключить кофеварку в режим «капучино» или «пар» и подождать несколько минут. Пенка будет готова, и вы сможете насладиться чудесным вкусом и запахом своего любимого напитка.

Если средства позволяют вам купить кофеварку, которая варит эспрессо и капучино, совершенно нелишне проконсультироваться с продавцом, заранее почитать инструкцию и внимательно изучить устройство этой кофеварки.

Лучше всего, если на понравившейся вам кофеварке будет отдельный бачок для воды. Обязательно поинтересуйтесь у продавца, где именно у этой кофеварки находится датчик давления пара.

Если вы забыли спросить об этом у продавца, готовьтесь к

самостоятельным поискам датчика. У разных кофеварок он выглядит неодинаково: у какой-то в виде манометра электростанции, у другой – пимпа, поднимающаяся от давления внутри, встречается даже некий гибрид клапана сковородки и парового гудка, который вдобавок и свистит (но это уже на любителя).

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий видит в кофейной гуще изображение люльки с младенцем, это означает, что его душа чиста, как душа ребенка. Окружающие любят этого человека за его искренность, доброту, благородство. Ему не нужно менять своих убеждений, потому что это повлечет за собой череду неблагоприятных событий.*

Проверьте работу парового устройства. Собственно, для этого и стоит «изводить» продавца вопросами о местонахождении датчика давления пара. По этому самому датчику вы сможете определить, есть давление или нет. Проверьте, идет ли пар. Для этого отведите насадку в сторону (чтобы не обжечься), подергайте за рычажок или нажмите кнопку. Пар с шумом должен выйти, но только при условии наличия в бачке воды.

Если все идет хорошо и руки продавца творят чудеса – датчик показывает давление и пар с шумом вырывается, спеша подействовать приготовлению вашего капучино, значит, кофеварка стоящая, за нее не жалко отдать даже значительную сумму.

...

### **Кофейные советы**

*Внимательно следите за тем, чтобы вся посуда, которую вы используете для приготовления кофе, содержалась в идеальной чистоте. Тщательно мойте ее после каждого использования и не варите кофе в одной посуде несколько раз подряд, не очищая ее. Обратите внимание на то, чтобы на посуде для варки не оставалось следов кофе, пены или сахара. Если на дне джезвы остался запекшийся или пригоревший слой сахара, тщательно удалите его, иначе при следующей варке он начнет гореть и придаст напитку горечь и неприятный запах.*

И напоследок еще один совет насчет эспрессо-кофеварок. При приготовлении капучино, когда вы будете выключать пар, немного молока обязательно засосется в трубку насадки. В этом нет ничего страшного, такое происходит абсолютно со всеми кофеварками, готовящими эспрессо. Поэтому сразу опустите трубку в стакан с водой и включите пар еще раз. Эта небольшая профилактика предотвратит частую чистку и разборку кофеварки. Вот,

собственно говоря, все, что касается непосредственно кофеварок-эспрессо.

Но дело в том, что чудесные кофеварки, готовые каждое утро баловать вас эспрессо и капучино, стоят немалых денег. И если все-таки средства, которые вы готовы потратить на кофеварку, не так велики, придется довольствоваться обыкновенной кофеваркой, что, в принципе, тоже неплохо. Потому что и обычная кофеварка экономит вам порядочно времени, которое вы тратите каждое утро на приготовление кофе.

И вполне можно обойтись без дорогостоящей кофеварки, подобрав себе простую, но в то же время качественную. Но и здесь следует тщательно ознакомиться с хитростями обычной кофеварки.

...

### **Кофейные советы**

*Кофе используют в качестве добавок к различным кондитерским изделиям: кремам, глазуриям, конфетам, пирожным и тортам. При этом изделия приобретают приятный коричневый цвет, характерный аромат и привкус. В этом смысле кофе является одним из лучших натуральных красителей.*

Во-первых, у любой кофеварки должна быть функция подогрева чашечки, в которую наливают кофе. Мелочь, как говорится, а приятно, потому что и аромат, и вкус приготовленного таким образом кофе другой, более изысканный, и ваша любимая чашечка от перепада температуры не лопнет, и эмаль у нее не потрескается.

Во-вторых, надо с самого начала определиться с цветом предмета, который призван не только готовить вам кофе, но и украшать вашу уютную кухню, а заодно с ценой и маркой фирмы-производителя.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение ложки, это означает, что гадающий вскоре получит неожиданный подарок. Он будет исходить от человека, питающего горячую страсть к гадающему. Возможно начало нового романа.*

Вот по этому поводу не стоит консультироваться у продавца, так как в его интересах продать вам кофеварку подороже, и не факт, что это именно тот прибор, который грезился вам в сладких снах. Поэтому, не надеясь на чудо (ведь давно доказано наукой: чудес не бывает), перед ответственной покупкой поговорите с друзьями, которые уже достаточно давно радуют себя свежим ароматом кофе каждое утро. Постарайтесь «опросить» как можно больше людей. И с помощью нехитрых математических и логических выводов решите, какой же марки кофеварку стоит покупать.

Прелесть кофеварки заключается еще и в том, что в ней можно заваривать чай. Только после этого нужно более тщательно промывать фильтр и саму емкость, так как на стенках и фильтре остаются маслянистые разводы.

...

### **Из жизни великих**

*Екатерина Вторая, переписываясь с Вольтером, узнала от него интересные сведения о кофейных церемониях у бедуинов. Желая подчеркнуть чье-либо гостеприимство, они говорили: «Его кофейник всегда полон». Первую чашку, как правило, тонкого фарфора, наполненную черной, как смола, жидкостью едва на треть, подают самому важному гостю. Провинившемуся, наоборот, вместо кофе подают воду. Это означает для него неслыханный позор, и он понимает, что его присутствие в шатре нежелательно. Тот, кто не умеет проявлять гостеприимство и предложить гостю хотя бы чашечку кофе, заслуживает у бедуинов прозвища «бахиль», что означает «скупец».*

И еще. Пожалейте свою кофеварку и возьмите за правило наливать в резервуар только отфильтрованную или родниковую воду. Тем самым вы «спасете» ее от этой ужасной накипи, которую подчас так трудно удалить. Нет, конечно же, от этого ваша кофеварка не лишится накипи полностью, просто трудоемкий процесс ее удаления с помощью специальных средств придется осуществлять не так часто, да и сама накипь не будет такой трудноудаляемой.

Кстати, вкус самого кофе во многом зависит от воды, из которой он приготовлен. Чем мягче вода, тем нежнее вкус кофе, тем приятнее и острее его аромат. А у родниковой воды вообще сам по себе особенный вкус: мягкий, сладковатый и необычный, впитавший в себя самое лучшее. Родниковая вода куда лучше отфильтрованной, так как отфильтрованная нередко имеет привкус йода из-за особенности строения фильтра.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще видны иголки или другие тонкие заостренные предметы, гадающему стоит быть осторожной. В его окружении есть враждебно настроенный человек, который в ближайшем будущем намерен его предать или нанести какой-то существенный вред. Чем ближе изображение к гадающему, тем ближе к нему находится опасный враг, тем настороженнее ему следует относиться к окружающим.*

Еще одно очень важное правило (дружеский совет). Тщательно



мойте свою кофеварку и фильтр (или контейнер для фильтра, если ваш фильтр одноразовый). Эту процедуру надо выполнять хотя бы раз в неделю (особенно если вы используете не фильтрованную воду, при фильтрованной можно выполнять эту процедуру раз в полторы недели). Жирные масла, прилипающие к стенкам посуды и фильтру, прогорают и делают вкус кофе невыносимым, и от них надо своевременно избавляться.

Можно, конечно, просто промывать фильтр и споласкивать стеклянный горшочек для заварки. Но тогда ваш кофе приобретет нехороший привкус. Мойте все это оборудование с мылом или порошком и тщательнейшим образом споласкивайте, вкус кофе улучшится, станет таким же, как и прежде.

На глаз, посуда, вымытая как следует, не отличается от просто ополоснутой: обе кажутся одинаково чистыми. Но по вкусу приготовленного кофе можно сразу определить, хорошо ли помыли кофеварку перед приготовлением кофе или нет.

Некоторые кофеварки нужно периодически очищать слабым раствором уксуса.

...

### ***Из жизни великих***

*Знакомая всем по душераздирающему и некогда популярному телесериалу Марианна обожает кофе с молоком. Причем Вероника Кастро (таково настоящее имя непревзойденной Марианны) кофе добавляет в молоко, а не наоборот! Кстати, молока она наливает больше, чем самого кофе, замечая при этом, что, во-первых, так намного вкуснее, а во-вторых, кофе таким образом лучше усваивается.*

Итак, при покупке кофеварки взвесьте все «за» и «против». Хорошенько обдумайте предстоящую покупку. И обязательно пообщайтесь со знакомыми и друзьями, у которых уже есть кофеварки. Расспросите продавца обо всем, что вас интересует. Чтобы ничего не забыть, дома выпишите на листочек предполагаемые вопросы. Попросите продавца продемонстрировать работу кофеварки, именно той, которую вы намерены купить, а не той, что стоит на витрине магазина. Не бойтесь, тщательно изучив кофеварку и вконец утомив продавца, отказаться от покупки этого прибора, если он вас не устраивает по каким-либо причинам. Ведь именно вам должна исправно служить эта вещь на протяжении многих лет и радовать вас любимым напитком. Она должна нравиться вам. И не думайте, что своим отказом вы обидите учтивого продавца.

...

### ***Рецепты от знаменитых***

*Весьма оригинальный способ приготовления кофе предлагает Патрик Суэйзи, который каждое утро*

*начинает свой день с этого напитка.*

*Требуется: 1 ч. л. молотого кофе, 1/2 ч. л. растворимого кофе, 1 ст. л. сливок, 30 г сливочного мороженого, 1,5 ч. л. вишневого сиропа, сахар.*

*Способ приготовления. В кофеварку засыпьте молотый кофе, залейте 1/2 стакана холодной воды и доведите до кипения. Вылейте в маленькую чашку и туда же добавьте растворимый кофе. Желательно, чтобы напиток был одного сорта. Сливки взбейте миксером с мороженым и сахаром до получения густой однородной массы. В горячий кофе добавьте вишневый сироп и сливочную массу. Сверху на сливочную массу положите небольшой кусочек мороженого и полейте его сиропом или посыпьте сахаром.*

*За счет добавления в кофе мороженого напиток приобретает более нежный вкус.*

При возможности возьмите с собой знакомого, который разбирается в кофеварках или просто в бытовой технике. Наконец, если вы твердо приняли решение купить понравившуюся технику, расспросите продавца о сроке гарантии на ваше приобретение, он должен быть не меньше года. Уточните, кто и как будет проводить ремонт и при каких случаях прибор подлежит обмену или выплате стоимости. Надеемся, эти советы помогут вам при выборе и уходе за кофеваркой.

## Глава 5

### Эспрессо

Настоящий, хороший эспрессо варится исключительно в кофеварке. Существует даже специальная кофеварка для приготовления эспрессо. Самый лучший эспрессо получается из зерен арабики. Их обжаривают в Италии, считается, что именно тут эту операцию выполняют качественнее всего. Чтобы не ошибиться при выборе кофе для эспрессо, скажем, что настоящая арабика выглядит очень маслянистой. Зерна размалывают в кофемолке очень тонко, но не до консистенции муки.

...

#### **Из жизни великих**

*Майн Рид очень много путешествовал. Ему приходилось вести суровую походную жизнь, лишенную каких бы то ни было удобств. Он вынужден был питаться самой простой и грубой пищей. Но, по его словам, единственное, чего ему не хватало, – это крепкого горячего кофе с сахаром.*

## Эспрессо-соло

*Требуется (на одну порцию): 2 ч. л. кофе, 40—45 г воды, сахар.*  
*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам. Точность величины давления чрезвычайно важна. Такая же точность требуется и во всем остальном процессе приготовления эспрессо. Температура пара должна составлять 95° С. Процесс непосредственного приготовления эспрессо длится от 18 до 23 секунд.

И еще несколько замечаний. При приготовлении эспрессо можно проследить за тем, как капли капают в чашку. Если при этом не возникает пены, это означает, что зерна кофе некачественные. Если же эта пена образуется, следовательно, зерна настоящие, а причиной возникновения этой самой пены является выделение ароматических масел, которые содержатся в кофе. Подают эспрессо в специальных маленьких чашечках.

Нельзя делать за один раз больше одной чашечки эспрессо. Если вам понравилось и вы хотите еще, лучше сделайте следующую порцию отдельно. Дело в том, что при приготовлении эспрессо пар проходит через молотый кофе и извлекает и него самые ароматные частицы. Если порция большая, эти частицы смешиваются с другими, менее ароматными, которые выделяются при длительном нагреве.

...

### **Кофе и здоровье**

*Канадские медики пришли к выводу о безосновательности гонений на кофе. Ранее считалось, что кофе вызывает ишемическую болезнь сердца и рак поджелудочной железы. Очевидно, зерно истины в этом утверждении присутствует, однако при умеренном потреблении кофе доза кофеина явно недостаточна, чтобы вызвать такие серьезные нарушения.*

Кофеварку мойте после каждого приготовления эспрессо. Особое внимание при мытье обращайтесь на крышку и ситечко как самые важные части прибора при варке эспрессо.

## Эспрессо-допио

*Требуется (на одну порцию): 4 ч. л. кофе, 1/2 стакана воды, сахар.*  
*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам. Температура пара 95°С. Время приготовления эспрессо должно составлять от 25 до 30 секунд. После этого сразу же повторите процесс приготовления кофе,

после чего смешайте обе порции в одной чашке.

### **Эспрессо-допио с коньяком**

*Требуется (на одну порцию):* 4 ч. л. кофе, 40—45 г воды, 1 ст. л. коньяка, сахар.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам. Точность величины давления чрезвычайно важна. Такая же точность должна присутствовать и во всем остальном процессе приготовления эспрессо. Требуемая температура пара 95°C. Процесс приготовления – от 18 до 23 секунд. В готовый кофе добавьте сахар и коньяк и как следует перемешайте.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение глаза, это означает, что нужно больше внимания уделять своему здоровью. Вполне возможно, что гадающий уже некоторое время чувствует себя недостаточно хорошо, но не придает этому никакого значения. Необходимо уделить внимание своему организму, чтобы потом не получить массу проблем и неприятностей.*

### **Эспрессо-допио с орехами**

*Требуется (на одну порцию):* 4 ч. л. кофе, 1/2 стакана воды, 1 ст. л. грецких орехов, сахар.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам. Температура пара 95°C. Процесс приготовления эспрессо составляет от 18 до 23 секунд. В готовый кофе добавьте сахар и тертые грецкие орехи и как следует перемешайте.

### **Эспрессо кон пана**

*Требуется (на одну порцию):* по 3 ч. л. кофе и сахара, 1/2 стакана воды, 1 ч. л. сливок.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам. Температура пара 95°C. Процесс приготовления кофе составляет от 20 до 30 секунд. В эспрессо добавьте сахар и размешайте его. Одновременно взбейте сливки и положите их в готовый сладкий эспрессо.

...

### **Кофейные советы**

*Для того чтобы отмыть посуду для варки кофе, недостаточно ополоснуть ее теплой водой. Ее следует тщательно очистить от кофейной накипи с помощью мыла или специальных моющих средств. Не забудьте затем тщательно смыть со стенок посуды все следы мыла, так как посторонние запахи при варке кофе не придадут напитку прелести.*

### **Эспрессо кон пана с ромом**

*Требуется (на одну порцию):* по 3 ч. л. кофе и сахара, 1/2 стакана воды, 1 ч. л. сливок, 2 ст. л. яванского рома.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Приготовьте эспрессо по вышеуказанному способу. В готовый кофе добавьте сахар и размешайте его. Одновременно взбейте сливки и положите их туда же. Затем влейте в кофе ром и, хорошенько перемешав, можете попробовать свой любимый напиток.

### **Эспрессо кон пана с орехами**

*Требуется (на одну порцию):* 5 ч. л. кофе, 1 стакан воды, 1 ч. л. сливок, 3 ч. л. сахара, 2 ст. л. лесных орехов.

*Способ приготовления.* По вышеуказанному способу приготовьте эспрессо. В готовый кофе добавьте сахар и размешайте его, взбейте сливки и положите туда же. Затем всыпьте мелко раздробленные лесные орехи и все хорошенько перемешайте. Готовый напиток разлейте в чашечки и подайте к столу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение кровати, это означает, что в скором времени гадающий полюбит человека богатого и влиятельного. Роман принесет ему много приятных минут, но могут быть и проблемы. Поэтому прежде чем предаваться разнузданным страстям, ему нужно как следует все обдумать, чтобы не испортить себе жизнь.*

### **Кофе американо**

*Требуется (на одну порцию): 4 ч. л. кофе, 1 стакан воды, сахар. Способ приготовления. Залейте половину воды в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам, при температуре пара 95°C. Процесс варки составляет от 25 до 30 секунд. В кофе добавьте сахар и размешайте его. Одновременно доведите до кипения оставшуюся воду и вылейте ее в отдельную посуду. Затем в ту же посуду влейте готовый эспрессо.*

...

### **Из жизни великих**

*В начале XX века врачи подметили некоторое вредное действие кофе, и за дело взялись ученые. Голландский химик Розелиус составил кофе без кофеина, который теперь употребляют переживающие за свое здоровье любители кофе, однако не испытывают при этом истинного наслаждения.*

### **Кофе американо с виски**

*Требуется (на одну порцию): 4 ч. л. кофе, 1 стакан воды, 3 ст. л. виски «Джек Дениелс» или «Катти Сарк», сахар. Способ приготовления. Залейте 1/2 часть всего количества воды в кофеварку, доведите до кипения. Приготовьте кофе эспрессо. В него добавьте сахар и размешайте его. Одновременно доведите до кипения оставшуюся воду и вылейте ее в отдельную посуду. Затем в ту же посуду влейте готовый эспрессо. Добавьте виски и все как следует перемешайте.*

...

### **Из жизни великих**

*Оперная дива Франции Полина Виардо была равнодушна к кофе, но не просто к черному или с молоком, а непременно с мороженым. Готовила этот напиток Полина Виардо сама, не доверяя рецепт никому из-за боязни, что напиток будет безнадежно*

*испорчен. Сваренный кофе она процеживала, добавляла сахар и ставила на холод. Певица клала в стакан или бокал мороженое и заливала холодным кофе. Наслаждалась Полина Виардо этим напитком неспешно, маленькими порциями, утверждая, что таким образом можно укрепить голосовые связки.*

### **Кофе американо с мускатом**

*Требуется (на одну порцию): 4 ч. л. кофе, 1 стакан воды, 3 ст. л. мускатных орехов, сахар.*

*Способ приготовления.* Залейте половину всего количества воды в кофеварку, доведите до кипения. Приготовьте кофе эспрессо описанным выше способом. Затем добавьте сахар и размешайте его. Одновременно доведите до кипения оставшуюся воду и вылейте ее в отдельную посуду. В эту же посуду влейте готовый эспрессо. Положите измельченные мускатные орехи и все как следует перемешайте.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий увидел в кофейной гуще ангела, его ожидает добрая весть. В том случае, когда очертание находится в дальней части изображения, хорошие новости придут издалека, а события, предопределившие их, уже произошли. Силуэт ангела, находящийся в ближней части изображения, обозначает, что события, предшествующие доброй вести, вот-вот произойдут и гадающий узнает о них одним из первых.*

### **Маччиато**

*Требуется (на одну порцию): 3 ч. л. кофе, 1/3 стакана воды, 1/2 стакана молока, 1 ч. л. сахара.*

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, пропустите через кофе под давлением, равным 15 атмосферам, при температуре пара 95°C. Процесс приготовления эспрессо должен длиться от 18 до 23 секунд. Одновременно согретье молоко и доведите его до кипения. Затем в горячее молоко всыпьте сахар, тщательно размешайте его и взбейте миксером до образования молочной пенки. После этого в горячее молоко влейте готовый эспрессо.

...

### **Из жизни великих**

*Монтескье просто воспевал кофе, считая его вкусом щедрым, ярким, с характером, с благородным*



*ароматом, сильным, но вместе с тем мягким, ощущение от которого невозможно описать, первоначально не отведав этого волшебного напитка.*

### **Маччиато с ликером**

*Требуется (на одну порцию): 3 ч. л. кофе, 1/3 стакана воды, 1/2 стакана молока, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. вишневого или шоколадного ликера.*

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, приготовьте эспрессо. Одновременно согретье молоко и доведите его до кипения. В горячее молоко всыпьте сахар, тщательно размешайте и взбейте миксером до образования молочной пенки. В горячее молоко влейте готовый эспрессо. Непосредственно перед подачей долейте в напиток ликер и все еще раз тщательно перемешайте.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Джоан Коллинз, несмотря на то что по большей части находится в разъездах, очень любит варить кофе, мало того, она изобрела собственный способ его приготовления.*

*Требуется: 1 ст. л. кофейных зерен, 1 ч. л. кофейного сиропа, 2 ч. л. сахара, ломтик лимона, 1,5 ст. л. настойки черноплодной рябины.*

*Способ приготовления.* Измельчите зерна кофе и засыпьте его в турку, залив 1/2 стакана холодной воды. Доведите до кипения, но не давайте закипеть, после чего сразу же перелейте его в чашку. Для придания крепости напитку добавьте в него кофейный сироп, его сможете приготовить самостоятельно. Для этого 20 г размолотого кофе, 1 ч. л. сахара залейте 1/2 стакана горячей воды, всыпьте лимонной кислоты и доведите до кипения. Кипятите 3—5 минут, после чего охладите. В кофе положите не больше 1 ч. л. этого сиропа. Чтобы он не был слишком горьким, влейте в него настойку. Сверху на борт чашки прикрепите лимон, при желании можете добавить немного сахара.

### **Маччиато с мадерой**

*Требуется (на одну порцию): 3 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, 1/2 стакана молока, 1 ч. л. сахара, 2 ст. л. мадеры.*

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, кипяток пропустите через кофе под давлением, равным

15 атмосферам, с температурой пара 95°C. Процесс приготовления эспрессо длится от 18 до 23 секунд. Одновременно согрейте молоко и доведите его до кипения. В горячее молоко всыпьте сахар, тщательно размешайте его и взбейте миксером до образования молочной пенки, влейте готовый эспрессо. Потом долейте в напиток мадеру и все тщательно перемешайте.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если человеку в кофейной гуще видится крест, это предвещает перемены. Вероятно, человек находится на перепутье, не знает, что ему предпринять. И поэтому ему желательно обратиться за помощью к другим людям, которые смогут дать ему нужный совет. Будет совсем нелишне сходить в церковь и обратиться к Богу в своих молитвах. Потому что крест появляется при гадании в достаточно сложные моменты жизни.*

### **Мокко с черным шоколадом**

*Требуется:* 1 чашка эспрессо, 10 г черного шоколада, по 2 ст. л. молока и взбитых сливок, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Растопите шоколад, нагрейте молоко, но не доводите его до кипения. Осторожно влейте шоколад в готовый кофе, затем добавьте подогретое молоко. Кофе украсьте взбитыми сливками, а затем посыпьте напиток сахарной пудрой. При желании можно украсить его тертым шоколадом.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение ножа, это означает возможную ссору с кем-то из близких. Скорее всего, несдержанность и вспыльчивый характер гадающего повлекут за собой ссору с кем-то из окружения. Ничего хорошего из этого не выйдет, поэтому нужно себя держать в руках.*

### **Мокко с белым шоколадом**

*Требуется:* 1 чашка эспрессо, 10 г белого шоколада, по 2 ст. л. молока и взбитых сливок, 10 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Растопите белый шоколад, нагрейте молоко, но не доводите до кипения. Осторожно влейте шоколад в кофе, затем добавьте подогретое молоко. Кофе следует украсить взбитыми сливками, а затем посыпьте напиток предварительно измельченным горьким шоколадом.

...

### ***Кофейные советы***

*Напиток с оригинальным вкусом вы можете получить, смешивая в разных пропорциях крепкий кофе и чай. Сахар, молоко или лимон можете добавить по вкусу.*

#### **Мокко коньячный**

*Требуется: 1 чашка эспрессо, по 1 ст. л. коньяка, какао и сливок, 20 г сахарной пудры, по 10 г мороженого и тертого черного шоколада.*

*Способ приготовления. Осторожно всыпьте какао в кофе, затем добавьте коньяк и сливки. В остывший кофе положите мороженое и посыпьте сахарной пудрой и тертым шоколадом.*

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще видно изображение подушки, это означает сильную усталость гадающего. Он очень много времени отказывал себе в отдыхе, его внутренние силы истощены. Ему необходимо бросить все дела и как следует отдохнуть.*

#### **Мексиканский мокко с корицей**

*Требуется: 1 чашка эспрессо, по 1 ст. л. шоколадного сиропа и мускатного ореха, 1/2 ч. л. корицы, 2 ст. л. сливок.*

*Способ приготовления. Перед приготовлением кофе эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Влейте шоколадный сироп в кофе, разлейте в чашечки и украсьте напиток взбитыми сливками. Сверху посыпьте измельченным мускатным орехом.*

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение ножа, это означает возможную ссору с кем-то из близких. Скорее всего, несдержанность и вспыльчивый характер гадающего повлекут за собой ссору с кем-то из окружения. Ничего хорошего из этого не выйдет, поэтому нужно себя держать в руках.*

#### **Мексиканский мокко с коньяком**

*Требуется: 1 чашка эспрессо, по 1 ст. л. шоколадного сиропа, какао, коньяка, сливок и мускатного ореха, 1/2 ч. л. корицы.*

*Способ приготовления. Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Осторожно прилейте шоколадный сироп к кофе, затем добавьте какао с коньяком, все тщательно перемешайте. Напиток украсьте взбитыми сливками, а сверху*

### **Мексиканский мокко терпкий**

*Требуется:* 1 чашка эспрессо, по 1 ст. л. какао, мускатного ореха и сливок, 1/2 ч. л. корицы, 1 ч. л. меда, 1 семя гвоздики.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу и гвоздику. Добавьте в кофе какао и мед и тщательно размешайте. Готовый кофе украсьте взбитыми сливками, сверху посыпьте измельченным мускатным орехом.

...

### **Из жизни великих**

*Екатерине Второй каждое утро приносили свежезаваренный кофе со сливками. Императрица не уставала повторять, что кофе мягко пробуждает ото сна и является прекрасным источником новых идей ее Величества.*

### **Мокко со специями и лимоном**

*Требуется:* 1 чашка кофе эспрессо, 2 семени гвоздики, 1/4 ч. л. корицы, 1/8 лимона, 2 горошины душистого перца, 1 ч. л. какао, ваниль.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо в кофейные зерна добавьте семена гвоздики, перца и корицу. Затем смешайте с кофе порошок какао, ванилин, тщательно перемешайте и добавьте сок, выжатый из лимона.

...

### **Кофейные истории**

*Собрались четверо мужчин в кафе. Завели разговор о женщинах. Один, выпив одну чашку кофе, сказал: «Союз глупого мужчины и глупой женщины порождает мать-героиню». Второй, выпивший две чашечки кофе, пробурчал: «Союз глупой женщины и умного мужчины порождает мать-одиночку». Третий, опустошивший три чашки кофе, изрек: «Союз умной женщины и глупого мужчины порождает обычную семью». И, наконец, четвертый, выпивший, как вы уже догадались, четыре чашечки кофе, с гордостью заметил: «Союз умного мужчины и умной женщины порождает легкий флирт!»*

### **Мокко со специями и коньяком**

*Требуется:* 1 чашка кофе эспрессо, 2 гвоздики, 1/4 ч. л. корицы, 3 горошины душистого перца, по 1 ч. л. какао, коньяка и лимонного сока, ваниль.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо в кофейные зерна добавьте семена гвоздики, перца и корицу. Затем всыпьте в кофе порошок какао и ванилин, тщательно перемешайте и влейте коньяк и лимонный сок.

#### **Мокко со специями винный**

*Требуется:* 1 чашка кофе эспрессо, 2 гвоздички, 1/4 ч. л. корицы, 1 ч. л. какао, 3 ст. л. красного вина, 10 г сахарной пудры, долька молочного шоколада.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо в кофейные зерна добавьте семена гвоздики, корицы и какао. Осторожно размешайте и влейте в напиток вино. Сверху посыпьте сахарной пудрой и тертым шоколадом.

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если на кофейной гуще гадающий видит ягоду, ему нужно отдохнуть. Вполне возможно, что у него уже не осталось сил для дальнейшей плодотворной работы. И отдых, хотя бы кратковременный, принесет большую пользу, позволит человеку расслабиться и сконцентрироваться на какой-то определенной деятельности.*

#### **Мокко со специями и горьким шоколадом**

*Требуется:* 1 чашка кофе эспрессо, 2 гвоздички, 1/4 ч. л. корицы, 1 ч. л. какао, 3 дольки горького шоколада, 10 г сахарной пудры, долька белого шоколада, 1 ст. л. сливок.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо в кофейные зерна добавьте гвоздику, корицу и какао. Осторожно размешайте и влейте в напиток растопленный горький шоколад. Сверху посыпьте сахарной пудрой и тертым белым шоколадом, положите сливки, взбитые в крепкую пену.

...

#### **Из жизни великих**

*Наталья Николаевна Гончарова очень удивляла своих близких тем, что пила только охлажденный кофе. Она обязательно клала в чашку 2—3 кусочка льда.*

#### **Кофе кон лече**

*Требуется:* 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, 1/2 стакана молока, корица.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, пропустите через кофе под давлением в 15 атмосфер при

температуре пара в 95°С. Процесс приготовления эспрессо составляет от 15 до 20 секунд. Одновременно в отдельной посуде согретье молоко и доведите его до кипения. Затем влейте молоко в готовый эспрессо и добавьте в смесь корицу.

...

### **Кофейные советы**

*Если хотите профильтровать напиток, приготовленный из кофе очень мелкого помола, пропустите его через воронку, предварительно положив на ее дно кусочек стерильной ваты.*

### **Кофе кон лече с красным вином**

*Требуется: 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, 1/2 стакана молока, корица на кончике ножа, 4 ст. л. красного вина.*

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Приготовьте эспрессо. Одновременно в отдельной посуде согретье молоко и доведите его до кипения. Затем влейте молоко в готовый эспрессо и добавьте в полученную смесь корицу. Долейте в напиток красное вино и все как следует перемешайте.

...

### **Кофе и здоровье**

*Французские ученые также считают, что слухи о вреде кофе явно преувеличены. Доказано, что нет никаких оснований полагать, что его употребление приводит к снижению способности к деторождению и уж тем более к развитию уродства плода. Однако потребление кофе вместе в алкоголем или сигаретами, безусловно, может вызвать некоторые отклонения.*

### **Ристретто**

*Требуется (на 1 порцию): 5 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, сахар.*

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Кипяток пропустите через кофе под давлением в 15 атмосфер при температуре пара в 95°С. Процесс приготовления эспрессо составляет от 25 до 30 секунд.

Этот кофе считается одним из самых крепких.

...

### **Из жизни великих**

*Людовик XVIII съедал на завтрак десять яиц и запивал кофе. А делал он это потому, что был уверен: такое сочетание блюд способствует повышению настроения. Впрочем, если вы не верите, можете проверить на себе.*

## Ристретто с водкой

*Требуется:* 4 ч. л. кофе, 40—45 г воды, 1 ст. л. водки типа «Абсолют» или «Смирнофф», сахар.

*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, кипяток пропустите через кофе под давлением в 15 атмосфер при температуре пара в 95°C. Процесс приготовления эспрессо длится от 25 до 30 секунд. Затем в готовый ристретто добавьте водку и хорошенько перемешайте.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*У Шона Коннери также есть свой способ приготовления кофе. Ему доставляет удовольствие пить крепкий кофе, к тому же он любит крепкие алкогольные напитки, поэтому и решил совместить их.*

*Требуется:* по 1 ст. л. кофейных зерен и взбитых сливок, 20 г кофейного мусса, по 1 ч. л. рома, ликера и коньяка, 30 г сливочного мороженого, 1 чернослив.

*Способ приготовления.* Кофейные зерна измельчите, засыпьте в кофеварку и залейте 1/2 стакана крутого кипятка, кипятите еще 2—3 минуты. На дно чашки положите чернослив, он придаст напитку особый, насыщенный аромат. Налейте в чашку ложку коньяка. Когда кофе закипит, снимите его с огня и осторожно вылейте в чашку, чтобы коньяк не поднялся наверх. Далее добавьте кофейный мусс, хорошо охлажденный и взбитый до густой консистенции. На кофейный мусс вылейте ложку сладкого ликера с терпким запахом. На последнем этапе взбейте мороженое со сливками, чтобы получилась густая масса, и положите ее на мусс. Взбитые сливки и мороженое полейте сверху ромом. Такой «многослойный» кофе Шон предлагает пить из трубочки. Напиток получается достаточно холодным и со специфическим вкусом.

## Борджиа

*Требуется (на одну порцию):* 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, 1 ч. л. порошка какао, 1 ст. л. сливок, 1/2 ч. л. цедры апельсина.

*Способ приготовления.* Залейте половину воды в кофеварку, доведите до кипения, пропустите через кофе под давлением в 15 атмосфер при температуре пара в 95°C. Процесс приготовления эспрессо составляет от 20 до 30 секунд. Одновременно доведите до кипения остальную воду. В кипящую воду засыпьте порошок какао и варите его при слабом кипении 2—3 минуты. Затем в горячий кофе положите взбитые сливки, залейте горячий шоколад

и апельсиновую цедру и все смешайте.

...

### **Из жизни великих**

*Австрийский писатель Франц Грильпарцер любил повторять, что натошак он вял и молчалив и лишь после чашечки ароматного кофе обретает разум и чувство юмора.*

### **Борджиа с белым вином**

*Требуется:* 2 ч. л. кофе, 1/2 стакана воды, 1 ч. л. порошка какао, 1 ст. л. сливок, 1/2 ч. л. цедры апельсина, 3 ст. л. белого виноградного вина.

*Способ приготовления.* Залейте половину воды в кофеварку, доведите до кипения. Приготовьте кофе вышеуказанным способом. Одновременно согрейте остальную воду и доведите ее до кипения. В кипящую воду засыпьте порошок какао и варите его при слабом кипении 2—3 минуты. Затем взбейте сливки, залейте горячий шоколад в готовый кофе и смешайте со взбитыми сливками и апельсиновой цедрой. После этого долейте в полученный напиток белое виноградное вино и все тщательно перемешайте.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще изображено колесо, это предвещает удачную дорогу. И если человек собирается в путь, лучше не откладывать путешествие, чтобы не упустить удачу. Поездка будет легкой и приятной.*

### **Перл-кафе**

Перл-кафе отличается от обычного эспрессо своей элитарностью, так как готовится не из обычных кофейных зерен, а из особенных. Особенность их заключается в следующем: обычные кофейные зерна содержат в себе два ядра, тогда как для перл-кафе используются лишь те кофейные зерна, которые содержат в себе одно ядро. Такие зерна попадаются достаточно редко, чем и объясняется их ценность и элитарность.

*Требуется (на одну порцию):* 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, сахар.  
*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Кипяток пропустите через кофе под давлением в 15 атмосфер с температурой пара в 95°C. Процесс приготовления эспрессо должен длиться от 18 до 23 секунд.

...

### **Гадание на кофейной гуще**



*Если гадающий видит в кофейной гуще карету, его ожидает интересное приключение. Скорее всего, с ним случится что-то необычное, и этот приятный сюрприз принесет ему много полезного для дальнейшей жизни. Неожиданный поворот событий заставит его по-другому взглянуть на мир, и результат не заставит себя долго ждать, это будет что-то хорошее.*

### **Перл-кафе с бальзамом**

*Требуется: 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, 1 ч. л. бальзама, сахар.*  
*Способ приготовления.* Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения. Затем кипяток пропустите через кофе под давлением. Добавьте в готовый перл-кафе бальзам и как следует перемешайте.

...

### **Кофейные истории**

*Однажды очень красивая дама встретила в кофейне со своей очень умной подругой детства. Вдруг к ним подходит самодовольный франт и бесцеремонно садится между ними. Желая показаться любезным и остроумным, он произнес: «Я помещаюсь между красотой и умом...». На что находчивые дамы заметили: «Не обладая ни тем, ни другим».*

## **Кофе с чесноком**

*Требуется (на одну порцию):* 2 ч. л. кофе, 1/5 стакана воды, долька чеснока, 1 ч. л. жидкого пчелиного меда.

*Способ приготовления.* Потрите чеснок на мелкой терке и смешайте его с кофе. Залейте воду в кофеварку, доведите до кипения, пропустите через кофе с чесноком под давлением в 15 атмосфер с температурой пара в 95°C. Процесс приготовления эспрессо должен длиться от 27 до 32 секунд. После этого добавьте в кофе мед.

## **Глава 6**

### **Капучино**

#### **Классический рецепт**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на две порции): 1 стакан кофе эспрессо, 8 ст. л. молока, 40 г темного шоколада, корица.*

*Способ приготовления.* Половину всего молока нагрейте, но не доводите до кипения. А вторую половину взбейте в тугую пену. Лучше всего использовать цельное молоко и ни в коем случае не восстановленное. Шоколад натрите на мелкой терке. Чтобы облегчить этот процесс, шоколад предварительно подержите в холодильнике.

Капучино подают в больших специальных чашках. В такую чашку налейте кофе эспрессо, в него добавьте горячее молоко. Сверху выложите молоко, взбитое в пену. Затем посыпьте тертым шоколадом и корицей.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Тем не менее слухи о том, что кофе обладает некоторым противозачаточным эффектом, не лишены основания. Важно только правильно понять суть этого изыскания ученых. Американские медики пришли к выводу, что женщины, употребляющие более четырех чашек напитка в день, беременеют реже, чем те, кто не пьет его вовсе.*

### **Вариант 2**

*Требуется: 1,5 стакана молока, 3 ст. л. сахара, 2 ст. л. сливок, 1/3 стакана крепкого черного кофе.*

*Способ приготовления.* Молоко смешайте с сахаром и доведите до кипения. Для этого лучше использовать эмалированную посуду или кастрюльку с тефлоновым покрытием, чтобы молоко не пригорело. Как только оно закипит, снимите его с огня и добавьте сливки. Энергично перемешайте, но не взбивайте. В молоко долейте кофе и перемешайте. Напиток разлейте в маленькие классические кофейные чашки.

...

### ***Кофейные советы***

*Если вы любите кофе с ликером, но в ваши планы не входит прием спиртных напитков, воспользуйтесь различными видами ароматизированного кофе. Такие сорта имеют запах и привкус ваших любимых напитков, но не содержат ни капли алкоголя.*

### **Вариант 3**

*Требуется (на две порции): 1 стакан кофе эспрессо, 1/2 стакана молока, 30 г сахара, желток, 1 ч. л. взбитого белка.*

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения, добавьте в

него кофе эспрессо. И снимите с огня. Всыпьте сахар и, накрыв крышкой, дайте постоять 15 минут.

Взбейте желток вместе с белком. Кофе с молоком процедите для удаления пены. Смешайте компоненты. Приготовьте паровую баню. Для этого в большую кастрюлю налейте немного воды и поставьте на огонь, чтобы вода закипела. В воду поместите небольшую подставочку, чтобы она возвышалась над поверхностью. Получившийся напиток разлейте в чашки и поставьте на паровую баню на 30 минут.

...

### ***Из жизни великих***

*Александр Сергеевич Грибоедов был замечательным писателем, прекрасным композитором, но, помимо этого, и выдающимся дипломатом. Часто по делам службы ему приходилось бывать в Турции, где кофе уже давно считался национальным напитком, хотя никогда там не выращивался. Именно здесь Грибоедов пристрастился к напитку из «плодов вечной бодрости» и в дальнейшем всегда пил только его.*

### **Капучино пряный**

*Требуется:* 2 стакана кофе эспрессо, 4 ст. л. молока, 200 г темного шоколада, 1 ч. л. корицы, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Растопите шоколад, нагрейте молоко, но не доводите его до кипения. Осторожно влейте шоколад в кофе, затем добавьте подогретое молоко. Кофе украсьте тертым шоколадом и сахарной пудрой.

### **Капучино с мороженым**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, по 1 ст. л. шоколадного сиропа, сливок и мускатного ореха, 1/2 ч. л. корицы, 2 ст. л. сливочного мороженого.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу и мускатный орех. Влейте шоколадный сироп, затем украсьте напиток взбитыми сливками и мороженым.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще видно изображение сигареты, это предвещает пустые траты денег. Вполне возможно, что на ветер будет брошена очень крупная сумма. А потом последуют сожаление и угрызения совести. Чтобы предотвратить это, нужно не следовать советам других относительно ваших денежных средств.*

### **Капучино охлажденный**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, по 1 ст. л. шоколадного мороженого, сливок и сливочного мороженого, 1 ч. л. какао.

*Способ приготовления.* В кофе всыпьте порошок какао и тщательно размешайте. В охлажденный эспрессо положите половину сливочного и шоколадного мороженого, подождите, чтобы оно растаяло. Сверху украсьте напиток взбитыми сливками.

...

#### **Кофейные советы**

*Обратите внимание на качество зерен, из которых вы собираетесь готовить напиток. Не используйте незрелые зерна. Вы узнаете их по наличию кожуры или мягкости. Использование старых зерен, тех, которые были давно собраны или давно обжарены, лишает кофе его специфического вкуса и аромата.*

### **Капучино шоколадный**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, 20 г темного шоколада, 1 ч. л. какао, 1 ст. л. шоколадного мороженого, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Растопите шоколад, осторожно влейте его в кофе, затем добавьте какао-порошок. Охладите кофе и сверху положите мороженое. Украсьте сахарной пудрой.

### **Капучино белый**

*Требуется:* 1/2 стакана эспрессо, 2 дольки белого шоколада, 3 ст. л. молока, 1 ст. л. взбитых сливок, 10 г сахарной пудры, 1,5 ст. л. сливочного мороженого.

*Способ приготовления.* Растопите шоколад, нагрейте молоко, не доводя его до кипения. Осторожно влейте шоколад в кофе, затем добавьте подогретое молоко. Кофе украсьте взбитыми сливками, положите сверху мороженое и посыпьте напиток сахарной пудрой.

...

#### **Из жизни великих**

*Уинстон Черчилль начинал свой день с маленькой чашечки крепкого кофе. По его мнению, этот напиток помогает предвидеть, что произойдет завтра, и объяснить, почему этого не произошло.*

### **Капучино с коньяком**

*Требуется:* 1/2 стакана эспрессо, 2 дольки белого шоколада, 1 ст.

л. взбитых сливок, 2 ч. л. коньяка, 10 г сахарной пудры, долька черного шоколада.

*Способ приготовления.* Растопите белый шоколад, осторожно влейте его в кофе, затем взбитые сливки и коньяк. Черный шоколад натрите на терке и вместе с сахарной пудрой посыпьте им готовый напиток.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение ручного зеркальца, это означает знакомство с новым человеком. И новый знакомый (или знакомая) окажется очень приятным человеком. Но если просматривается треснутое зеркало – новый знакомый (или знакомая) коварный человек.*

### **Капучино жгучий**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, 1 ст. л. молока, 2 ч. л. коньяка, 1/2 ч. л. корицы, семя гвоздики, 1/4 ч. л. кориандра, 2 горошины черного перца, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо положите в молотые зерна корицу, гвоздику, кориандр и горошины черного перца. Подогрейте молоко, осторожно влейте его в кофе, затем добавьте коньяк. Готовый напиток украсьте сахарной пудрой.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще появляется рюмка, похоже, либо сам гадающий, либо кто-то из его окружения будет страдать от алкоголизма. Если есть возможность, надо постараться предотвратить подобную беду. А если такое уже случилось и человек болен алкоголизмом, немедленно нужно заставить его лечиться. Иначе ситуация выйдет из-под контроля.*

### **Капучино с карамелью**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, 2 ст. л. молока, 2 ч. л. коньяка, по 1 ст. л. карамели и сливок, 1/2 ч. л. корицы, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Подогрейте молоко, осторожно влейте его в кофе, затем – коньяк. Карамель растопите на медленном огне, положите в кофе. Готовый напиток украсьте сахарной пудрой и взбитыми сливками.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще прорисовывается изображение*

*дракона, это означает неожиданную опасность вследствие быстрого обогащения. Человек стремится к богатству, комфорту и роскоши, но в этом своем стремлении он переступает какую-то черту, и это приводит его к огромным неприятностям. Так что в данный момент нужно особенно осторожно относиться к любым путям скорейшего обогащения.*

### **Капучино пьяный**

*Требуется:* 1 стакан эспрессо, 2 ст. л. молока, 2 ч. л. водки, 1/4 ч. л. корицы, 1 ст. л. апельсинового сока, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Подогрейте молоко, осторожно влейте его в кофе, затем добавьте водку, апельсиновый сок. Готовый напиток украсьте сахарной пудрой.

...

### **Из жизни великих**

*Джейн Сеймур, снимающаяся в телесериале «Доктор Куин, женщина-врач» вот уже почти четыре года, что называется, «вошла в роль». Медициной актриса увлекается уже давно – она, как аптекарь с опытом, разбирается в лекарствах и может поставить несложный диагноз. К кофе относится, как к великолепному тонизирующему напитку, отмечая, что он очень помогает ей во время съемок.*

### **Капучино горький**

*Требуется:* 1/2 стакана эспрессо, по 1 ст. л. сливок и какао, 3 дольки горького шоколада.

*Способ приготовления.* В эспрессо добавьте сливки и порошок какао, все тщательно перемешайте. Шоколад растопите на медленном огне, осторожно влейте его в кофе, охладите. По желанию готовый напиток можете украсить сахарной пудрой.

### **Капучино любимый**

*Требуется:* 1 стакан кофе эспрессо, 1 ст. л. молока, 2 ч. л. коньяка, 1/2 ч. л. корицы, 1 ч. л. кокосовой стружки, 2 дольки молочного шоколада, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Перед приготовлением эспрессо добавьте в молотые зерна корицу. Подогрейте молоко, осторожно влейте его в кофе, затем – коньяк. Молочный шоколад растопите и положите туда же. Готовый напиток украсьте сахарной пудрой.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще вы сумели разглядеть изображение русалки, ждите коварства от людей из вашего окружения. Они хотят обвести гадающего вокруг пальца, поэтому ему нужно быть очень внимательным и осторожным.*

## Глава 7

### Классические рецепты кофе

#### Стандартный кофе

##### Черный кофе одинарной крепости

*Требуется:* 1 ч. л. кофейного порошка, стакан воды.

*Способ приготовления.* Доведите воду до кипения. Кофейник хорошо ополосните водой, а затем обдайте кипятком, всыпьте в него половину необходимой порции кофейного порошка. Залейте порошок кипятком и, плотно закрыв кофейник, дайте напитку настояться. Через пару минут всыпьте оставшуюся часть порошка, перемешайте и долейте воду до необходимой порции. Поставьте кофейник на медленный огонь и подогревайте, не доводя до кипения. Через пять минут кофе можно подавать к столу, сахар добавляют по вкусу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий в кофейной гуще видит звезды и месяц – это говорит о том, что у него либо на данный момент уже имеется какая-то цель или какое-то важное дело, либо в ближайшем будущем появится. Это дело довольно сложное, но жизненные обстоятельства сложатся настолько удачно, что в решении запутанного вопроса человек проявит чрезвычайное спокойствие и ясность мысли. Чем полнее месяц, чем больше ярких звезд, тем удачнее все будет складываться.*

##### Черный кофе двойной крепости

*Требуется:* 2—3 ч. л. натурального кофе, 1 стакан воды, сахар.

*Способ приготовления.* Налейте в кофейник холодную воду и вскипятите. Всыпьте в воду мелко размолотый натуральный кофе и варите его на медленном огне. Как только кофе начнет подниматься, снимите кофейник с огня. Дождавшись оседания



пены, вновь поставьте его на огонь и вновь доведите до кипения. Дайте отстояться напитку 5 минут и можете подавать к столу. Подайте его в кофейнике вместе с гущей, не процеживая. После полного отстаивания гущи разлейте кофе в чашечки. Этот процесс при необходимости можно ускорить, брызнув в кофейник с горячим напитком небольшое количество холодной воды.

...

### **Кофейные советы**

*Кофе обладает свойством оставлять на посуде, которая использовалась для его приготовления, и кофейных чашках налет коричневого цвета. Чтобы предотвратить его возникновение, мойте всю посуду сразу же после использования. Если налет появился, удалите его, посыпав чайной содой и потерев влажной тряпочкой. После этого всю посуду тщательно ополосните проточной водой.*

## **Мраморный кофе**

### **Вариант 1**

*Требуется:* 1—2 ч. л. натурального кофе, 1 стакан воды, небольшое количество молока, сахар.

*Способ приготовления.* Вскипятите воду и засыпьте молотый кофе, быстро помешивая ложкой. Держите кофейник на огне до поднятия пены, затем снимите его и, как только пена опустится, снова поставьте кофейник на огонь. Повторите этот процесс несколько раз. Затем процедите кофе, сахар добавьте по вкусу. Разлейте молоко в чашечки и осторожно добавьте горячий кофе. Кофе разливайте очень осторожно, чтобы не перемешать его с молоком. Ни в коем случае не перемешивайте этот напиток ложечкой.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Дрю Берримор предлагает весьма своеобразный рецепт кофе. Она добавляет в него не молоко, не сливки, а траву.*

*Требуется:* 1 ст. л. молотого кофе, 1 ч. л. сухой душицы обыкновенной, 1/2 ч. л. листьев лимонника (в сухом виде), сахар.

*Способ приготовления.* Молотый кофе смешайте с сухими листьями душицы и измельченными листьями лимонника, залейте 2 стаканами горячей воды. Эту смесь поставьте на огонь и при помешивании доведите до кипения, как только вода закипит, снимите с огня. Настаивайте напиток 5—6 минут. Здесь сорт кофе

*должен быть очень крепким, чтобы его запах не перебивали добавленные травы. После того как напиток слегка остынет и настоится, насыпьте в него сахар или положите кусочек льда. Такой кофе советуют пить охлажденным.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 1—2 ч. л. молотого натурального кофе, 1 стакан воды, 1 ст. л. молока, 2 ч. л. сгущенного молока, 2 ст. л. взбитых сливок, 15 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Кофе смешайте с сахаром и залейте холодной водой. Поставьте на огонь и доведите до кипения. Кипятите на медленном огне 2—3 минуты. Если же поднялась пена, снимите кофейник с огня, а кипячение продолжайте по мере опускания пены. Кофе не процеживайте. Налейте в чашечки теплое молоко, положите сгущенное молоко и, не размешивая, постепенно тонкой струйкой добавьте горячий кофе. Сверху положите 1 ст. л. взбитых сливок и посыпьте тертым шоколадом. Кофе подавайте в горячем виде.

...

#### ***Из жизни великих***

*Бальзак был неравнодушен не только к женщинам, но и к кофе. А так как он был утонченным французом и не вкушал пищи горячей, то и кофе пил исключительно со льдом.*

### **Кофе с лимоном**

#### **Вариант 1**

*Требуется:* 2—3 ч. л. кофейного порошка, 1—2 ст. л. меда, несколько долек лимона, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Обдайте кофейник кипятком, всыпьте 1 ч. л. кофе и залейте кипятком. Настаивайте 1—2 минуты, затем добавьте еще 1—2 ч. л. кофе и необходимое количество воды. Кофейник плотно закройте и дайте напитку настояться еще 3—5 минут. Затем положите мед, помешивая ложечкой до полного его растворения. Перед подачей разлейте кофе в чашечки и положите в каждую из них по одной дольке лимона.

...

#### ***Кофейные истории***

*Как-то в баре подвыпивший мужчина заметил красивую женщину за столиком в углу и решил с ней познакомиться, угостив чашечкой кофе. Подсев к ней*

за столик с кофе, он сказал: «Но я должен дать вам, прекрасная нимфа, чтобы вы приняли от меня поцелуй?» «Хлороформ!» – уверенно ответила дама.

## Вариант 2

*Требуется:* 2 ч. л. натурального кофе, 1—2 ч. л. лимонной смеси, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* В кофейник залейте холодную воду и, доведя до кипения, всыпьте кофе. Быстрыми движениями тщательно размешайте. Продолжайте держать на огне несколько минут, затем влейте 1 ч. л. холодной воды и после отстаивания гущи процедите и разлейте в чашки. Добавьте лимонную смесь и, если это необходимо (для любителей очень сладкого кофе), сахар. Для приготовления лимонной смеси возьмите лимон, пропустите его через мясорубку или потрите на крупной терке и смешайте с 1 стаканом сахара.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение черепа, это означает тяжелую болезнь либо самого гадающего, либо кого-то из его окружения. Болезнь может привести к гибели, поэтому нужно внимательно относиться ко всем проявлениям недуга и, по возможности, обезопасить себя и других от столь печальных событий.*

## Кофе с какао

### Вариант 1

*Требуется:* 1 стакан воды, 3 ч. л. кофейного порошка, 2 кусочка сахара, по 1 ст. л. какао, сгущенного молока, взбитых сливок и 10 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Залейте кофейный порошок кипятком, размешайте, добавьте сахар, какао, сгущенное молоко. Снова все перемешайте и разлейте кофе в чашечки. Сверху можете украсить взбитыми сливками и мелко тертым горьким шоколадом. Не подавайте такой кофе сразу, предварительно немного остудите.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если на поверхности кофейной гущи просматривается лицо человека с бородой, это означает, что в обществе о гадающем ходят сплетни. Ему нужно постараться распознать, от кого исходят клеветнические разговоры, чтобы их предотвратить, и как можно*

скорее.

## Вариант 2

*Требуется:* 1 ст. л. какао, 3 ч. л. сахара, 1 стакан молока, 1/2 стакана воды, 2 ч. л. кофе, взбитые сливки, жареный миндаль.  
*Способ приготовления.* Залейте мелко молотый кофе кипятком, смесь быстро перемешайте. Затем отфильтруйте смесь в предварительно подготовленный сосуд, ошпаренный кипятком. Поставьте кофе на медленный огонь и варите его около 2—3 минут. Сахар и какао смешайте. Молоко доведите до кипения и добавьте в него, непрерывно помешивая, какао с сахаром. Держите на огне, непрерывно помешивая, 5 минут. Снимите с огня и взбивайте энергичными движениями до получения массы однородной консистенции. Постепенно влейте небольшими порциями горячий кофе, не переставая взбивать. Разлейте еще горячий напиток в чашки и украсьте его сверху взбитыми сливками и дробленным миндалем.

...

### **Кофейные советы**

*Удалить коричневый налет, оставленный кофейным напитком на дне и стенках посуды, можно при помощи обычной поваренной соли или мелкого речного песка, который в большей мере используется для чистки металлической джезвы.*

## Вариант 3

*Требуется:* 3 ч. л. кофейного порошка, 2 ч. л. сахара, 1—2 ст. л. сгущенного молока, 1 ст. л. порошка какао, взбитые сливки.  
*Способ приготовления.* Сварите средней крепости черный кофе. Добавьте сахар, какао, сгущенное молоко и все тщательно перемешайте. Разлейте в чашечки и сверху украсьте взбитыми сливками. Этот напиток можно подавать как в горячем, так и холодном виде.

...

### **Кофе и здоровье**

*Свойства кофе зависят не только от количества порошка на порцию, но и в значительной мере от того, как он приготовлен. Правильно приготовленный напиток содержит только полезные вещества. При перегреве и кипячении увеличивается доля вредных веществ, называемых алкалоидами.*

## Кофе с чаем

## Кофе с чаем и сгущенным молоком

*Требуется:* 3 ч. л. молотого кофе, 2 ч. л. черного байхового чая, 2 ст. л. сгущенного молока, сахар.

*Способ приготовления.* Обдайте несколько раз кипятком заварочный чайник (желательно фарфоровый или фаянсовый), чтобы он стал теплым, и, всыпав заварку, залейте крутым кипятком на половину объема чайника. После заварки накройте чайник полотенцем на 5—7 минут, чтобы напиток настоялся. Затем долейте остальным количеством кипятка и настаивайте еще в течение 2—3 минут.

Для кофе вскипятите воду с сахаром и всыпьте кофейный порошок. Затем напиток процедите и в равных количествах смешайте с чаем. Добавьте сгущенное молоко, тщательно его размешав. Если вы предпочитаете сладкий кофе, положите по своему усмотрению сахар. Этот напиток можно употреблять как в горячем, так и в теплом виде.

...

### **Кофейные советы**

*Нелучшим образом сказывается на качестве кофейного напитка использование экстрактора. Содержание в кофейных зернах жиров и разнообразных веществ, которые могут быть растворены в воде, достаточно высоко, поэтому традиционная варка не допускает полного их попадания в готовый напиток. Экстрактор же готовит кофе, подвергая кофейные зерна слишком интенсивной тепловой обработке, при этом из них в воду выделяются все вещества, способные в ней растворяться. Их избыток придает кофе несколько неприятный вкус и влияет на его пищевые качества. В таком напитке содержание кофеина намного превышает норму, поэтому он способен принести здоровью только вред. Излишнее перегревание в экстракторе практически полностью лишает кофе присущего ему аромата.*

### **Кофе с чаем – классический способ приготовления**

*Требуется:* 1 ч. л. черного байхового чая, по 2 ч. л. меда и натурального кофе, ломтик лимона.

*Способ приготовления.* Непосредственно перед варкой подсушите молотый кофе на огне и добавьте в него несколько кристалликов соли. Одновременно вскипятите воду и с момента закипания всыпьте кофейный порошок, быстро перемешайте. Снимите с огня и через некоторое время повторно доведите до кипения.

Заварите крутым кипятком 1 ч. л. чая и настаивайте его в теплом месте 5—7 минут.

Смешайте напитки в равных количествах, размешав предварительно в горячем чае мед, затем добавьте ломтик лимона.

...

#### ***Из жизни великих***

*Ирина Аллегрова, «совершающая вылазки» из своей трехкомнатной квартиры в Московских Черемушках, по вечерам предпочитает неизменный маршрут: до ближайшего супермаркета, где постоянно покупает*

*булочки и быстрорастворимый кофе в пакетиках.*

### **Кофе с шоколадом**

#### **Кофе с горьким шоколадом**

*Требуется:* 1—2 ч. л. натурального кофе, 1 стакан воды, 10—15 г горького шоколада, сахар.

*Способ приготовления.* Вскипятите в турке воду, всыпьте мелко размолотый кофе и поставьте на медленный огонь до момента закипания. Как только пена начнет подниматься, снимите турку с огня. Когда пена осядет, снова поставьте турку на огонь и доведите до повторного закипания. Перед подачей разложите в кофейные чашечки по одной дольке шоколада и залейте их горячим, предварительно процеженным кофе. Слегка помешивайте ложечкой до полного растворения. Сахар добавьте по вкусу.

...

#### ***Из жизни великих***

*Николай Островский как истинно русский человек пил в основном чай, но иногда позволял побаловать себя кофе с вареньем. Почему он так делал? Да просто нравилось, отвечал он, в очередной раз подтверждая меткое высказывание: «Умом Россию не понять...»*

#### **Кофе с шоколадом по-бразильски**

*Требуется:* 2—3 ч. л. кофейного порошка, 75 г горького шоколада с орехами, 1/2 стакана воды, 1,5 стакана молока, сахар, взбитые сливки.

*Способ приготовления.* Шоколад измельчите. Залейте 1/2 стакана воды 2—3 ч. л. кофейного порошка и настаивайте 2—3 минуты. Затем залейте шоколад горячим кофе и, помешивая ложечкой, добейтесь его полного растворения. Молоко поставьте на огонь, но не доводите его до кипения. Далее, непрерывно взбивая, добавьте к полученной смеси молоко. Перед подачей положите сахар и по своему усмотрению взбитые сливки. Сверху посыпьте тертым шоколадом.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если видите в гуще изображение карт, из этого следует, что гадающего в будущем ожидают перемены в судьбе. Чем ближе к человеку расположены карты, тем скорее наступят эти перемены. Если карты четкие и светлые, перемены в жизни будут положительными, радужными, перспективными. Если контур карт сильно*

*расплывчат, неясен, с преобладанием темного тона, значит, грядущие перемены не несут в себе ничего положительного. Вам стоит психологически подготовиться и набраться сил.*

### **Мокко-актив**

#### **Вариант 1**

*Требуется: 2 ч. л. натурального кофе, 3/4 стакана воды, 30 г горького шоколада, по 2 ст. л. молока и нежирных взбитых сливок, 10 г шоколадной стружки или сахарной пудры.*

*Способ приготовления.* Зерна предварительно хорошо прожарьте на слабом огне и измельчите. Приготовьте чашечку кофе эспрессо. Шоколад растопите на водяной бане. Нагрейте молоко до температуры кипения и сразу же снимите с огня. Осторожно влейте горячее молоко в шоколад, непрерывно помешивая. Тщательно размешайте и осторожно добавьте в горячий кофе. Сверху посыпьте шоколадной стружкой или сахарной пудрой.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще проявляется изображение клоуна, это означает, что окружающие относятся к гадающему с насмешкой. Вероятно, сам человек повинен в этом. Видимо, он ведет себя самым несерьезным образом, крайне безответственен. И это заставляет окружающих смотреть на него сверху вниз, насмеяться над ним и презирать его. Необходимо изменить это положение вещей, и только сам гадающий может добиться изменений.*

#### **Вариант 2**

*Требуется: 1/2 стакана кофе эспрессо, 30 г плиточного горького шоколада с орехами, 2 ст. л. сливок, по 10 г сахарной пудры и орехов, 1 ст. л. сгущенного молока.*

*Способ приготовления.* Растопите шоколад на водяной бане, смешайте его со сгущенным молоком. Непрерывно помешивая, подогревайте шоколадно-молочную смесь до тех пор, пока она не начнет булькать. Влейте осторожно только что полученную смесь в еще горячий кофе, не размешивая. Перед подачей украсьте взбитыми сливками, сахарной пудрой, орехами.

...

#### ***Рецепты от знаменитых***

*Синди Кроуфорд также имеет собственный рецепт*



приготовления кофе. К концу дня ее силы после активных съемок бывают на исходе, поэтому она изобрела для себя такой способ приготовления, чтобы этот напиток помог ей взбодриться.

Требуется: 1 ст. л. кофейных зерен, 20 г красного вина, 1 черешня, 30 г взбитых сливок, 1 ч. л. растворимого кофе, 1/2 ч. л. листьев мяты.

Способ приготовления. Измельчите кофейные зерна до очень мелкого состояния и засыпьте в кофеварку. Как только кофе закипит, разлейте его в чашки, сюда же засыпьте растворимый кофе. Как только кофе растворится, добавьте в него красное вино, оно должно быть терпким и достаточно крепким, и мяту. Ее листья вы можете либо засыпать в чашку, либо повесить на ситечке, и когда кофе наполнится мятным ароматом, просто удалите ситечко из чашки. Когда смешаете все эти ингредиенты, положите в кофе взбитые сливки, а сверху – спелую черешню. Напиток получается ароматным и бодрящим.

### **Вариант 3**

Требуется: 1/2 стакана эспрессо, несколько хрусталиков ванили, по 2 ст. л. молока и нежирных сливок, по 10 г миндальных и лесных орехов.

Способ приготовления. Шоколад растопите. Молоко смешайте со сливками и поставьте на огонь. Доведите до кипения, но не кипятите, добавьте ваниль. Растопленный шоколад очень осторожно влейте в горячий кофе, затем – горячее молоко со сливками. Сверху украсьте орехами. Подайте этот напиток к столу в горячем виде.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

Если в кофейной гуще просматриваются песочные часы, значит, скоро человек будет долго и томительно ожидать какого-то события. Долгое ожидание отберет у него много сил, поэтому разумнее всего подготовиться к этому заранее, чтобы не придавать слишком много значения ожиданию.

### **Кофе с молоком**

#### **Вариант 1**

Требуется: 15 г кофе, 250 г молока, 1 стакан воды, 2 ч. л. сахара.  
Способ приготовления. Налейте холодную воду в кофейник и

доведите до кипения, всыпьте кофе, непрерывно размешивая, и снова поставьте на огонь до закипания. Отдельно подогрейте молоко и добавьте его горячим в кофейник. Смесь подогрейте почти до закипания, но не кипятите. Поставьте кофейник в сторону до оседания гущи на 3—4 минуты. Разлейте кофе в чашки, положите сахар, тщательно размешайте ложечкой.

...

### **Кофейные истории**

*Встретились две школьные подруги на улице и решили зайти в кофейню поболтать о своей нелегкой женской доле. Леночка спрашивает Танюшу: «Я слышала, ты вернулась к своему мужу?» «Да, я не могу смотреть, как этот негодяй живет в свое удовольствие!» – ответила та.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 10 г кофе, 1 стакан молока, 1,5 стакана воды, 1 ч. л. меда, сахар.

*Способ приготовления.* Кофейник ополосните горячей водой, насыпьте кофе, залейте кипятком, тщательно перемешайте и поставьте на слабый огонь. Не доводя до кипения и дав пене подняться, снимите с огня и дайте настояться 5—7 минут. Подогрейте молоко, но не кипятите. В горячее молоко положите мед и тщательно размешайте до полного его растворения. Поставьте кофейник на огонь. При повторном закипании снимите кофейник с огня и влейте в него, непрерывно помешивая, молоко с медом. Оставьте на 5 минут для настоя и оседания гущи. Разлейте в чашечки, сахар подайте отдельно.

...

### **Кофейные советы**

*Кофе, как правило, используют в качестве десерта. К напитку подают печенье, пирожные или маленькие бутерброды, вкус которых зависит от того, по какому рецепту приготовлен кофе. К черному кофе вы можете подать сырное печенье или бутерброды с тонкими ломтиками сыра. Кофе, приготовленный по восточным рецептам, прекрасно сочетается с экзотическими сладостями, такими как шербет, рахат-лукум, засахаренные фрукты и орешки. Кофе с молоком или сливками можете подать с пирожными, украшенными шоколадным или кофейным кремом или глазурью. К кофе без сахара подойдет десерт из взбитых сливок с сахарной пудрой или пирожные безе. Сладкий кофе хорошо сочетается с галетами или сухим печеньем.*

### Вариант 3

*Требуется:* 2 ч. л. растворимого кофе, 1 стакан молока, 3—4 ч. л. сахара, несколько кристалликов ванили, 35 г белого шоколада, 10 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Смешайте растворимый кофе с сахаром, ванилью и небольшим количеством горячей воды. Взбейте до появления белой пенки. Поставьте молоко на огонь и, доведя до кипения, подержите 1—2 минуты на очень слабом огне. Затем залейте взбитую смесь горячим молоком, размешайте и разлейте в чашки. Украсьте тертым шоколадом и сахарной пудрой.

...

#### ***Кофейные истории***

*Разговор двух молодых девушек в кофейне:*

*– А ты с каких это пор начала курить, ты же раньше была категорически против курения?!*

*– Да с того памятного вечера, когда мой благоверный вернулся из командировки раньше времени и нашел окурочек в пепельнице!*

### Кофе «Амаретто»

#### Вариант 1

*Требуется:* 20 г колумбийского кофе, по 10 г кофе итальянской поджаренности и миндальных орехов, экстракт миндаля.

*Способ приготовления.* Положите миндальные орешки на противень и поджаривайте их до тех пор, пока они не станут коричневого цвета. Кофейные зерна также подсушите на огне, можете добавить несколько кристалликов соли. Затем перемешайте их с миндалем и измельчите на кофемолке. Нагрейте кофейник, ополоснув его горячей водой, засыпьте перемолотую смесь и залейте кипятком. Поставьте на огонь и доведите до закипания. Добавьте капельку миндального экстракта, дайте настояться 5 минут и можете разливать в чашки. Сахар, сливки или молоко кладите по своему усмотрению.

...

#### ***Из жизни великих***

*Владелец огромного имения в Нижегородской губернии Сергей Васильевич Салтыков был прекрасно образован и полон знаний, но вместе с тем был страшным болтуном. Существовала лишь одна уловка из тысячи, чтобы заставить его замолчать, – это... кофе.*

#### Вариант 2

*Требуется:* по 10 г разных сортов кофе, 15 г миндальных орешков, 50 г миндального ликера, 3 ст. л. взбитых сливок.

*Способ приготовления.* 10 г миндальных орешков, зерна кофе подсушите на огне и измельчите. Засыпьте 1 ст. л. полученной смеси в кипящую воду и дайте пене подняться. Снимите кофейник с огня. По мере оседания гущи поставьте кофейник на огонь и доведите до повторного закипания. Повторите процедуру несколько раз. Затем дайте отстояться 5 минут, разлейте в чашки, добавляя ликер, сахар – по вкусу. Сверху положите взбитые сливки и посыпьте оставшейся частью тертых орешков.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Для приготовления кофе, чтобы его полезность была высокой, следует использовать специальную посуду: кофейники, турки. Также необходимо выбирать хорошие сорта напитка, так как известный многим растворимый кофе как раз и вызывает многочисленные отклонения в здоровье.*

### **Кофе по-московски**

#### **Вариант 1**

*Требуется:* 10 г молотого натурального кофе, 1 стакан воды, 2 ч. л. сахара, 1—2 ст. л. коньяка, долька лимона.

*Способ приготовления.* Этот кофе готовится в двух джезвах одновременно. В одну налейте холодную воду и поставьте ее на огонь, доведя до кипения. В другую насыпьте кофе среднего помола и обжаривайте его на среднем огне до появления легчайшего паленого запаха. С первым появлением этого запаха сразу же залейте кофе кипятком из первой джезвы и поставьте на 1—2 минуты в сторону для настаивания. Как только корочка устоится (она должна продавливаться под ложкой), влейте 1—2 ст. л. коньяка. Поставьте джезvu снова на огонь и доведите до повторного закипания. Подайте кофе с лимоном и сахаром.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение тарелки, это означает, что гадающему предстоит посетить крупное застолье. Возможно, его ожидает приглашение на свадьбу, юбилей, банкет или другой праздник. Это приятное событие, и поэтому можно заранее подготовить костюм или платье и позаботиться о подарке.*

## Вариант 2

*Требуется:* 10 г молотого кофе, 2 г цикория, 2 ч. л. сахара, 3 ст. л. ликера, сок половинки лимона.

*Способ приготовления.* Начинайте готовить кофе, как и в первом случае, но при появлении легчайшего паленого запаха добавьте цикорий и одновременно залейте кофе кипятком. Настаивайте 3 минуты. После того как корочка устоится, поставьте джезву, доводя до повторного закипания. Сняв с огня, влейте сок лимона и непосредственно перед подачей – ликер и сахар, тщательно все размешав.

...

### **Кофейные советы**

*Когда вы готовите кофе, рассчитывайте время так, чтобы сразу после снятия с огня напиток можно было разлить в чашки. Не готовьте кофе заранее, так как через некоторое время он приобретает горький привкус и остывает.*

## Кофе по-парижски

### Вариант 1

*Требуется:* 10 г кофе, 250 г молока, 4 ч. л. сахара, 4 ст. л. сливок, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Из 10 г кофе и стакана воды сварите черный кофе любым из вышеуказанных способов. Молоко поставьте на огонь и доведите до кипения, добавьте сахар, тщательно размешайте. Закипевшее молоко снимите с огня и положите сливки, непрерывно взбивая энергичными движениями. Затем влейте горячий кофе, перемешайте и разлейте в чашки. Этот напиток можно употреблять как в горячем, так и теплом виде.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Увидев в кофейной гуще изображение водопада, гадающий в скором времени окунется в бурное увлечение. Вполне возможно, что страсть настолько захватит его или ее, что человек полностью забудет о семье, о долге и о работе. Но если это затянется надолго, многое будет испорчено, в частности, гадающий легко может разрушить семью или потерять работу из-за сомнительного увлечения.*

### Вариант 2

*Требуется:* 15 г кофе, 1 стакан молока, 1 ч. л. сахара, 25 г тертого шоколада, по 2 ст. л. сливок и взбитых сливок, 1 ст. л. сгущенного молока.

*Способ приготовления.* Сварите черный крепкий кофе любым способом. Положите в него сгущенное молоко, перемешайте до полного его растворения. Вскипятите молоко, предварительно всыпав в него сахар и тщательно все размешав. Влейте в молоко сливки и взбейте до получения однородной воздушной массы, постепенно добавляя тонкой струйкой горячий крепкий кофе. Полученную смесь еще раз хорошенько размешайте и разлейте напиток в чашки. Непосредственно перед подачей сверху положите взбитые сливки и посыпьте тертым шоколадом.

...

### ***Из жизни великих***

*Снимаясь в фильме Александра Дулерайна «Иван-дурак», в начале осени Сергею Чонишвили пришлось быть в рубашке с коротким рукавом, несмотря на то что стало уже достаточно холодно. «Спас» актера-мерзляка горячий кофе, согревающий во время длительных съемок.*

### **Вариант 3**

*Требуется:* 15 г кофейного порошка, 1,5 стакана молока, 2 ч. л. сахара, 35 г молочного шоколада, 2 ст. л. взбитых сливок.

*Способ приготовления.* Нагрейте кофейник, предварительно ополоснув его несколько раз горячей водой. Всыпьте половинную дозу кофейного порошка и залейте небольшим количеством воды. Настаивайте несколько минут, затем всыпьте остальную часть кофе и залейте необходимым количеством кипятка.

Подогрейте молоко, предварительно растворив в нем сахар.

Шоколад измельчите на маленькие кусочки и залейте закипевшим молоком. Тщательно размешайте. Добившись полного растворения шоколада, смешайте с горячим кофе. Сверху украсьте взбитыми сливками.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Когда кофейная гуща изображает плетеное кружево, гадающего в ближайшем будущем ожидает очень важное для него свидание, от результатов которого зависит очень многое в его жизни. Если кружево с крупным, четким рисунком, предстоящее свидание будет носить деловой характер, пройдет очень успешно, принесет материальную выгоду и продвижение по службе. Если кружево тонкое, нежное, с мелким рисунком – грядущая встреча будет*

*личного плана. Вполне возможны романтическая влюбленность, красивые мечты и построение планов на будущее.*

## **Кофе по-славянски**

### **Вариант 1**

*Требуется:* 3 ч. л. растворимого кофе, по 1 стакану воды и сахара, 50 г белого шоколада, 80 г горячего молока, 1 г лимонной кислоты, 3 ст. л. взбитых сливок.

*Способ приготовления.* Сахар растворите в воде, поставьте на огонь и доведите до кипения. Выдержите на слабом огне 5 минут, постоянно собирая пенку. Добавьте лимонную кислоту. Дайте постоять 7—10 минут и положите измельченный шоколад, хорошо размешивая до однородного состояния.

В большой чашке смешайте растворимый кофе, 2 ст. л. приготовленной смеси и залейте горячим молоком. Помешивайте до полного растворения кофе. Дайте напитку немного остыть, затем положите сверху взбитые сливки.

...

### **Кофейные советы**

*Алкобольные напитки, такие как коньяк или пунш, вы можете подавать как к сладкому, так и к горькому кофейному напитку. Сладкие ликеры и крем-ликеры лучше сочетаются с крепким черным кофе без сахара.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 3 ч. л. растворимого кофе, 2 ч. л. шоколадного сиропа, 1/2 стакана молока, 3 ст. л. взбитых сливок, 20 г грецких и кедровых орешков, 20 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Вскипятите молоко и потомите его на слабом огне в течение минуты. Залейте горячим молоком смесь из растворимого кофе и шоколадного сиропа, непрерывно и тщательно перемешивая, пока кофе полностью не растворится. Разлейте кофе в чашки. Непосредственно перед подачей положите взбитые сливки и украсьте кофе, посыпав его сверху измельченными орешками и тертым шоколадом.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Педро Альмодовар, очень известный человек в шоу-бизнесе, как и многие, имеет свой секрет приготовления кофе, которым решил поделиться с любителями.*

*Требуется: 1 ст. л. кофейных зерен, по 20 г кофейного мусса и взбитых сливок, 30 г сливочного мороженого, 15 г коньяка, 1 ч. л. сахара.*

*Способ приготовления. Кофейные зерна измельчите в кофемолке вместе с сахаром до состояния пудры. Затем эту смесь засыпьте в турку и залейте 1/3 стакана горячей воды, доведите до кипения и сразу же снимите с огня. В горячий кофе добавьте коньяк, он обязательно должен быть хорошей марки, иначе испортит вкус напитка. Кофе немного остудите и после этого добавьте в него взбитую смесь, приготовленную следующим образом: кофейный мусс перемешайте со слегка подтаявшим сливочным мороженым и добавьте взбитые сливки, все перемешайте до получения однородной массы и положите в охлажденный кофе. Сверху на полученную массу посыпьте немного сахара.*

### **Кофе по-ливански**

#### **Вариант 1**

*Требуется: 3—4 ч. л. натурального кофе, по 2 ст. л. какао-порошка и сахара, по 1 стакану воды и молока.*

*Способ приготовления. Налейте в кофейник воду, поставьте на огонь и доведите до кипения, всыпьте кофе и перемешайте. Через минуту снимите с огня и оставьте на 3—4 минуты для настоя и оседания гущи. Затем вновь поставьте на огонь и доведите до повторного закипания. Далее напиток быстро отфильтруйте. Отдельно разотрите какао с сахарным песком и небольшим количеством воды. К растертой массе добавьте горячее молоко, перемешайте и тут же разлейте в чашечки вместе с горячим кофе. Соотношение кофе и какао должно составлять 1:1.*

...

#### **Кофейные истории**

*Встретились в кофейне два ловеласа и заспорили о том, у всех ли женщин есть любовники.*

- Если женщина идет с опущенной головой – у нее есть любовник!*
- Если женщина идет с гордо поднятой головой – у нее есть любовник!*
- Если женщина держит голову прямо – у нее есть любовник!*
- И вообще, если у женщины есть голова – у нее есть любовник!*



## Вариант 2

*Требуется:* 2 ч. л. мелко молотого натурального кофе, 2 стакана воды, 1/2 стакана молока, 3 ч. л. сахара, 3 ст. л. взбитых сливок, 25 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Ополосните кофейник горячей водой. Налейте в него стакан горячей воды и растворите в ней сахар, поставьте на огонь и доведите до кипения. Как только вода закипит, добавьте кофе и тщательно размешайте. Снимите с огня, дайте напитку настояться и осесть гуще. Влейте горячего молока и дайте настояться напитку еще 5 минут. Смешайте какао со сгущенным молоком, разбавив небольшим количеством горячей воды. Затем оставшуюся часть воды доведите до кипения и добавьте ее в полученную смесь.

Оба напитка в горячем виде в равных пропорциях смешайте в одной емкости. Разлейте в чашки, сверху украсьте взбитыми сливками и тертым шоколадом.

...

### ***Из жизни великих***

*Утро у Петра Первого начиналось часа в два-три, и с утра он неизменно выпивал рюмку водки. А для бодрости духа был не прочь время от времени побаловаться кофе с сахаром или без него.*

### Рождественский кофе

*Требуется (на одну порцию): 1 шарик ванильного мороженого, 3 ст. л. сливок, 3 шоколадных (можно обычных) печенья, 4 ч. л. натурального кофе, 1/2 стакана воды, 30 г молочного шоколада.*

*Способ приготовления.* Сварите кофе. Шарик ванильного мороженого положите в чашку, из которой будете пить этот напиток, залейте горячим кофе, сверху положите 3 ст. л. сливок, тщательно предварительно взбитых. Украсьте мелко натертыми печеньем и молочным шоколадом. Перед употреблением кофе можно охладить.

...

#### **Кофе и здоровье**

*Небезызвестны утверждения о том, что в кофе содержится значительное количество вредных веществ. Однако они безосновательны в случае умеренного потребления этого напитка. Многие продукты, неправильно приготовленные или же сами по себе содержащие значительное количество*

*канцерогенов и прочих вредных веществ, наносят гораздо больший вред здоровью, чем кофе, употребляемый в разумных дозах.*

### **Кофе «Валерия»**

*Требуется:* 4 ч. л. натурального кофе, 1 стакан воды, 5 ч. л. сахара, по 30 г грецких орехов и молочного шоколада.

*Способ приготовления.* Сварите кофе. Раскалите на огне сковороду, насыпьте в нее сахар, постоянно помешивая, растапливайте его до тех пор, пока он не превратится в жидкую массу светло-коричневого цвета, затем влейте ее в турку или ковшик с приготовленным кофе. Поставьте на медленный огонь и кипятите 15—20 минут. Затем снимите с огня и на 15 минут накройте крышкой, для того чтобы кофе настоялся. Долейте немного горячего молока, перемешайте. Разлейте в чашки и подайте горячим.

...

### **Из жизни великих**

*Знаменитый некогда певец Михаил Иванович Вавич добавлял в кофе кусочек сливочного масла. Масло мягко и бережно обволакивает голосовые связки, что являлось прекрасным средством для поддержания в «рабочем состоянии» его высокого баса.*

### **Молочный кофе «Жулия»**

*Требуется:* 7—8 ч. л. натурального кофе, 2 стакана нежирного молока, 2 яичных желтка, 2 ст. л. сгущенного молока, 50 г коньяка, 4—5 ст. л. свежих сливок, сахар.

*Способ приготовления.* Натуральный хорошо перемолотый кофе залейте кипящим молоком и прокипятите 10 минут на слабом огне. 10 минут дайте ему настояться, после этого процедите через мелкое сито и охладите. Яичные желтки взбейте со сгущенным молоком, сахаром и сливками. Добавьте полученную смесь в кофе, тщательно перемешайте и взбейте миксером. Разлейте в четыре небольших фужера, в каждый влейте немного коньяка. Кофе на 30—40 минут поставьте в холодильник.

...

### **Кофейные советы**

*Остывший кофе никогда не подогревайте. Этим вы лишите его всех полезных свойств, разрушите его неповторимый вкус и аромат. Если вы любите горячий кофе, а тот, который вы приготовили, уже остыл, лучше сварите новый.*

## Кофе «Бодрость»

*Требуется:* 8—10 ч. л. натурального растворимого кофе, 2 стакана воды, по 4 ст. л. цветочного меда и сливок, желток 1 яйца, 1/5 стакана молока, 1 шарик ванильного мороженого, 3 ч. л. лимонного сока, сахар.

*Способ приготовления.* Залейте растворимый кофе кипящей водой, перемешайте, добавьте цветочный мед и сахар. Молоко взбейте со сливками, яичным желтком и лимонным соком. Тщательно смешайте обе смеси. В бокалы разложите мороженое и налейте кофе.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий видит в кофейной гуще слона, его положение в обществе является очень прочным и устойчивым. Ему не нужно беспокоиться, все окружающие относятся к нему с должным уважением. Гадающий сумел многого достичь, поэтому все вокруг признают его достоинства и способности. Вскоре он может добиться много большего, если будет продолжать вести себя подобным образом.*

### **Молочно-шоколадный кофе со сливками**

*Требуется:* 1 стакан молока, 8—10 ч. л. натурального кофе, 1/2 стакана воды, 8—10 долек шоколада, сахар, сливки, грецкие орехи.

*Способ приготовления.* Сварите крепкий кофе, смешав 1/2 стакана воды и 8—10 ч. л. натурального кофе. Поставьте на огонь молоко и постепенно растворите в нем кусочки шоколада, постоянно помешивая. Вылейте в одну посуду полученную смесь и готовый кофе, перемешайте, добавьте и растворите сахар. Грецкие орехи очистите и натрите на мелкой терке, смешайте их со сливками, тщательно взбейте миксером. Кофе с молоком и шоколадом разлейте в фужеры и сверху украсьте взбитыми сливками.

...

### **Из жизни великих**

*Михаил Задорнов уверяет, что от шуток и юмора можно устать, если это является твоей работой. Поэтому сатирик избегает компаний, в которых по привычке ждут от него шуток, предпочитая им близкий круг друзей, с которыми можно просто поговорить за чашечкой крепкого ароматного кофе.*

## Кофе с алкоголем

### «Черная красавица» (с ромом)

#### Вариант 1

*Требуется:* 2 ст. л. крепкого темного рома, 1/4 стакана черного кофе, 2 ч. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Делайте кофе с таким расчетом, чтобы к моменту готовности он мог быть разлит в чашки. Если же он будет стоять некоторое время перед употреблением, появится горечь. Предварительно приготовьте кусочки льда, замороженные в холодильнике. Раздробите их и положите в большие термостойкие бокалы, сужающиеся кверху. Не допуская размораживания кусочков льда, сверху налейте крепкий ром, желателно темного цвета. Некоторое время (но не слишком продолжительное) настаивайте.

В это время измельчите кофейные зерна до среднего размера, как для турецкого кофе. Вскипятите 1 л воды и в кипяток всыпьте кофе – от 8 до 12 ст. л. на 4 чашки. В каждую чашку добавьте 2—3 ст. л. сахара. Как можно медленнее размешайте и дайте напитку настояться 5 минут.

Затем отфильтруйте кофе через металлическое ситечко. Для этой цели можно использовать обычное ситечко для чая, но желателно, чтобы его диаметр был немного меньше диаметра чашки и имел полусферическую форму. Чем мельче будут дырочки на ситечке, тем выше качество фильтрации. Таким образом, количество кофейной гущи, оседающей на дне после приготовления напитка, будет минимальным. В процессе фильтрации чашку старайтесь не взбалтывать и не выливайте весь напиток без остатка.

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще различаются изображения замка и ключа, это свидетельствует о том, что человека ожидает дорога, закрытый путь и препятствия, которые будут с успехом преодолены. Если ключ короткий, дорога будет близкой, если длинный, дорога ожидается дальняя. Когда силуэт замка большой, мощный и тяжелый, значит, препятствия будут очень существенными, труднопреодолимыми. Когда замок маленький – препятствия нетрудные, их легко преодолеть.*

Существует следующий вариант приготовления кофе «Черная красавица».

## Вариант 2

*Требуется:* 30 г крепкого темного рома, 120 г колумбийского кофе, 2 ч. л. сахарной пудры, по 1 ч. л. миндальной настойки и миндального масла.

*Способ приготовления.* В маленькую кофейную чашку насыпьте кофе вместе с сахарной пудрой. Добавьте несколько капель кипятка и тщательно размешайте эти ингредиенты деревянной толкушкой.

Влейте в полученную смесь миндальное масло и все еще раз тщательно перемешайте. Затем медленно, постоянно помешивая, залейте напиток кипятком, перемешайте, дайте отстояться, а затем процедите через мелкое сито. Для наибольшей изысканности вкуса в горячий кофе добавьте сначала ром, а через некоторое время (кофе должен быть еще достаточно горячим) миндальную настойку.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Весьма оригинальный способ приготовления кофе предложила Бритни Спирс, также считающая его незаменимым напитком, благодаря которому она может продержаться на своих концертах и звукозаписях до самого позднего вечера.*

*Требуется:* 2 ст. л. кофейных зерен, 10 г кофейного экстракта, 20 г сливок растительного происхождения (например, соевых), 1/2 ч. л. бренди, кофе-криммер.

*Способ приготовления.* 1 ст. л. кофейных зерен измельчите и засыпьте в турку в месте с цельными кофейными зернами. Как считает Бритни, именно они придают особый аромат напитку. Как только начнет закипать, снимите с огня и разлейте кофе в чашечки. Кофейный экстракт взбейте со сливками и добавьте в полученную смесь бренди, он придаст напитку крепость. Все это смешайте с кофе. При желании можете добавить 1 ч. л. сахара. После выполнения всех этих процедур залейте кофе пенным кофе-криммером и пейте через трубочку.

## Samba 1

*Требуется:* 15 г кофейного порошка, несколько капель галиано, 30 г белого рома.

*Способ приготовления.* В кофейнике заварите крепкий черный кофе. Налейте в чашку галиано и поставьте в холодное место. Через 30—40 минут добавьте в кофе белый ром, вылейте напиток

в шейкер со льдом и тщательно перемешайте. На поверхность напитка опустите кружочек лимона или лимонной цедры.

...

### ***Из жизни великих***

*Английский драматург Бернард Шоу утверждал, что кофе именно в сочетании с молоком возбуждает умственную деятельность и укрепляет здоровье. Поэтому каждый день он пил кофе, наполовину разбавленный молоком, и добавлял чайную ложечку сахара.*

## **Samba 2**

*Требуется:* 15 г кофе, несколько капель галиано, 30 г белого рома, 20 г лимонного или апельсинового сока, несколько листочков мяты.

*Способ приготовления.* Сварите черный кофе и поставьте его в прохладное место до полного охлаждения. Смешайте в шейкере со льдом холодный кофе, галиано, белый ром и хорошенько встряхните. Вылейте эту смесь в маленькую кофейную чашку и процедите через мелкое сито. Добавьте лимонный или апельсиновый сок, положите кубики льда и положите мелко нарезанные листья мяты.

...

### ***Кофейные истории***

*Слушается дело о разводе. Судья спрашивает истицу:*

*– Мадам, объясните, почему вы настаиваете на разводе?*

*– Я хочу расторгнуть брак, потому что мой муж год назад вышел в магазинчик, который находится у нас во дворе, чтобы купить кофе к торту, а вернулся только на прошлой неделе и закатил мне скандал из-за съеденного без него торта!*

## **Навсегда 1 (кофейный ликер и галиано)**

*Требуется:* 1/2 ч. л. галиано, 5 г кофейного ликера, 15 г кофе.

*Способ приготовления.* В чашку насыпьте кофе, залейте крутым кипятком. Затем отдельно смешайте кофейный ликер и галиано. Вылейте полученную смесь в горячий кофе.

*Для красоты в напиток можете вставить соломку, украшенную фруктами в таком порядке (снизу): долька ананаса, вишня, кусок киви, гоголь-моголь и клубника наверху. Все это посыпьте сахарной пудрой. Это придаст кофейному напитку ощущение воздушности и нежности.*

...

### **Кофейные советы**

*Вкус кофе не сочетается со вкусом рыбы, поэтому старайтесь не подавать кофе сразу же после рыбных блюд и не используйте рыбу для бутербродов, которые вы подаете к кофе.*

### **Навсегда 2 (кофейный ликер, галиано, кокос и орехи)**

*Требуется: 1/2 ч. л. галиано, 5 г кофейного ликера, 15 г кофе, 50 г кокоса, 4 ст. л. молока, 1 ч. л. сахарной патоки, 10 г грецких орехов.*

*Способ приготовления. Кофе залейте крутым кипятком. Отдельно смешайте кофейный ликер и галиано. Мякоть кокоса натрите на терке, а потом залейте молоком. Поставьте на плитку и доведите до кипения. Когда смесь начнет закипать, положите сахарную патоку. Как только закипит, снимите с огня и остудите. Полученная смесь должна быть вязкой и тягучей. Добавьте ее в чашку с кофе, а потом влейте ликер и галиано. Сверху посыпьте тертыми орехами.*

...

### **Кофе и здоровье**

*Целебные свойства кофе отнюдь не предполагают, что его следует употреблять по принципу «чем больше, тем лучше». При подобном отношении к напитку из организма будет выводиться кальций и значительно понизится усваиваемость пищи.*

### **Кофейный пунш с яйцом**

*Требуется: 5 зерен натурального кофе, 50 г ликера «Амаретто», по 2 ст. л. сахара и молока, 1 яйцо, 10 г какао-порошка, 7 г сухих жирных сливок.*

*Способ приготовления. Сварите кофе в кипяченой воде. Какао и сахар смешайте, залейте молоком, добавьте предварительно взбитый в густую пену яичный белок. Все перемешайте и взбейте миксером до появления пены. Затем положите желток и еще раз взбейте до появления пышной пены.*

*Полученную смесь соедините с кофе и снова доведите до кипения, а затем влейте ликер «Амаретто». Напиток налейте в чашку, сверху положите сливки.*

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается змея, это предвещает много денег в ближайшем времени. Скорее всего, деньги придут совершенно неожиданно, из источника, о котором человек ранее и не*



*догадывался. Но к полученным деньгам нужно отнестись осторожно, чтобы не стать жертвой коварства.*

### **Кофейный пунш с яйцом и мороженым**

*Требуется:* 5 зерен натурального кофе, 50 г ликера «Амаретто», 2 ст. л. сахара, 1 яйцо, по 10 г какао и молока, 20 г сливочного мороженого, 2 ст. л. глазированного имбиря, пакетик желатина.

*Способ приготовления.* Сварите кофе и слегка его остудите. Какао и сахар смешайте, залейте половиной молока, добавьте предварительно взбитый в пену яичный белок. Встряхните. Затем желток присоедините ко второй половине молока и тоже встряхните. Соедините с какао, сахаром и белком.

Полученную массу прогрейте немного на слабом огне, а затем положите мелко нарубленный имбирь и желатин, предварительно распущенный в воде.

В чашку налейте кофе, затем выложите мороженое и сверху – яичную смесь. Перед подачей посыпьте тертой апельсиновой цедрой. В чашку с полученным напитком вставьте соломку с кружочком манго.

...

### **Кофейные советы**

*После того как вы сняли кофе с огня, перед подачей к столу вам надо дождаться, когда осядет вся гуща. Для того чтобы ускорить этот процесс и не остудить напиток слишком долгим ожиданием, добавьте в него несколько капель холодной воды. В этом случае гуща осядет быстрее.*

### **Огненный кофейный пунш**

*Требуется:* 5 г сахара, по 3 желтка и белка, по 15 г кофе, коньяка и рома, пакетик желатина, 2 ст. л. взбитых сливок, миндаль.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с сахаром и влейте ром. Желатин распустите в воде и присоедините к желтковой массе для загустения.

Яичные белки охладите при низкой температуре в течение 20 минут. Затем взбейте в густую пену. Добавьте сливки и еще раз взбейте, а в итоге осторожно влейте коньяк.

Соедините вместе желтковую и белковую массу. Полученную смесь встряхните. Осторожно подмешайте сливки и предварительно мелко нарубленный миндаль.

Сварите напиток из мелко молотого кофе, налейте его в чашку и сразу же добавьте в него яично-сливочно-ореховую смесь.

...

### **Из жизни великих**

*Ирина Апексимова, сыгравшая главную женскую роль в фильме «День рождения буржуя», обожает черный кофе и не может обойтись без него ни одного дня.*

### **Огненный кофейный пунш с кокосовым молоком и шоколадом**

*Требуется:* 20 г кофе, 5 г сахара, 3 желтка, по 15 г коньяка и рома, пакетик желатина, 3 белка, 3 ст. л. рубленого миндаля, 30 г шоколадной стружки, 4 ст. л. кокосового молока, 2 дольки манго.

*Способ приготовления.* Желтки хорошенько разотрите с сахаром и влейте ром. Желатин распустите в воде и присоедините к желтковой массе, которая будет готова, как только загустеет (но она не должна быть слишком густой).

Яичные белки охладите при низкой температуре в течение 20 минут. Затем взбейте в густую пену. В полученную массу осторожно всыпьте натертый на мелкой терке шоколад, а затем влейте коньяк.

Соедините вместе желтковую и белковую массы и встряхните смесь. Осторожно подмешайте предварительно мелко нарубленный миндаль.

Сварите кофе и, не дав остыть, налейте в чашку. Добавьте в него яично-ореховую смесь, кокосовое молоко, а сверху положите тонкие кружочки манго.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Когда в кофейной гуще обозначается изображение свечи, это свидетельствует о том, что гадающего окружают какие-то тайны, многие люди с ним не вполне откровенны, что-то от него скрывают. Если свеча большая, четкая, с ярким пламенем, это признак того, что какая-то тайна вот-вот откроется человеку, и это будет иметь огромное значение для него. Если свеча имеет расплывчатый контур и неровное пламя, это значит, что скрываемая тайна очень опасна, может нанести существенный вред – как моральный, так и материальный.*

### **Глинтвейн-мокко**

*Требуется:* 10—15 г черного кофе, 2 стакана воды, 3 стакана красного столового вина, 100—150 г сахара, 3/4 стакана коньяка.

*Способ приготовления.* Сварите крепкий черный кофе из предварительно обжаренных на слабом огне кофейных зерен и затем хорошо измельченных. Добавьте в него вино, сахар и

коньяк и подогрейте полученную смесь в эмалированной кастрюле, но не доводите до кипения. Напиток разлейте в чашки и подавайте к столу, пока он еще горячий (повторно подогревать кофе нельзя, так как он мутнеет и теряет свой аромат).

...

### **Из жизни великих**

*Фаина Раневская очень любила горячий крепкий кофе с пенкой. Она добавляла к кофе несколько капель воды и взбивала до тех пор, пока кофе не посветлеет. Затем она вливала в чашку кипятка тонкой струйкой, добавляла сахар и осторожно размешивала. Молоко Фаина Георгиевна в кофе не наливала, потому что пенка в этом случае исчезает.*

### **Глинтвейн-мокко с фруктами**

*Требуется: 2 стакана кофе, 200 г коньяка, 55 г фруктовой пены. Способ приготовления. Добавьте к только что приготовленному черному кофе фруктовую пену.*

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Арнольд Шварценеггер придерживается немецких традиций при приготовлении своего любимого напитка.*

*Требуется: 1,5 ч. л. молотого кофе, 10 г кофейного экстракта, 20 г сливок, 2 ч. л. сахара, 20 г кофейного мусса, 15 г сока.*

*Способ приготовления. В кипящую воду высыпьте молотый кофе и кипятите в течение 1—2 минут, после чего разлейте напиток в чашки. В горячий кофе добавьте кофейный экстракт и тщательно перемешайте. Для приготовления этого кофе вам потребуются сухие сливки, которые нужно взбить с апельсиновым соком (без мякоти), сахаром и кофейным муссом. Всю эту массу выложите в чашку с кофе и, не перемешивая, пейте напиток из трубочки, когда он достаточно остынет. Если же вы решили пить кофе горячим, вам потребуется десертная ложечка.*

### **Фруктовая пена**

*Требуется: 1 стакан красного вина, 50 г яблочного сока, 4 ст. л. сахара, 1 ч. л. корицы, 4 белка, 250 г любых фруктов.*

*Способ приготовления. Вино смешайте с соком и добавьте корицу и сахар. Затем взбейте белки до консистенции густой пены и смешайте с винным сиропом. Ягоды измельчите в миксере и соедините с полученной массой. Если пена получилась жидкой,*

добавьте в нее немного крахмала, смешанного с соком.

...

### **Кофе и здоровье**

*Слухи о том, что кофе вызывает инфаркт и напрямую ведет к гипертонии, лишены смысла, как и то, что кофе приводит к гормональным нарушениям. При уже упоминаемом умеренном потреблении напитка ничего подобного не произойдет.*

### **Мятный крем**

*Требуется:* 1 стакан молока, 2 яйца или 3 желтка, 250 г сахара, 1 ст. л. муки, щепотка ванилина, 3—5 капель мятной эссенции.

*Способ приготовления.* Яйца или яичные желтки разотрите с сахаром, добавьте муку, перемешайте, разведите массу холодным молоком, а затем поставьте на огонь и варите, помешивая венчиком или веселкой. Когда молоко закипит, снимите с огня и положите ванилин и мятную эссенцию. Все ингредиенты смешайте в шейкере и добавьте 2—3 кубика льда.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если человеку видится в кофейной гуще яйцо, это означает скрытую удачу. Пока еще никто не подозревает, что в скором времени свершится какое-то очень благоприятное событие. Но удача близка, поэтому можно начинать любое дело, оно обязательно удастся.*

### **Тостадо с карамельным кремом**

*Требуется:* несколько капель галиано, 18 г белого рома, 10 г карамельного крема, 40 г кофе.

*Способ приготовления.* Приготовьте крепкий черный кофе по наиболее удобному вам способу и поставьте в прохладное место. Как только кофе охладится, смешайте его с карамельным кремом.

...

### **Кофейные советы**

*Если вы специально не готовите холодный кофе, запомните, что его необходимо подавать к столу горячим, только что снятым с огня. В некоторых восточных рецептах дополнительно оговаривается, что кофе должен быть разлит в чашки уже на столе.*

### **Карамельный крем**

*Требуется:* 1,5 стакана сахара, 1 ч. л. лимонного сока, 1 стакан молока, 3 яйца, 2—3 пакетика ванильного сахара.

*Способ приготовления.* Сахар смешайте с лимонным соком и подогревайте на слабом огне, пока он не станет коричневым (но будьте очень внимательны – сахар не должен подгореть). Разогрейте молоко и разотрите с яйцами, желтками и ванильным сахаром. Полученную массу смешайте с карамелизованным сахаром и подержите на пару 10—15 минут. Все ингредиенты смешайте в шейкере, добавив 2—3 кубика льда. Разлейте напиток в чашечки и подайте к столу.

...

### ***Кофейные истории***

*Буше сравнивал кофе с женщиной, вкус которой непостижим, но мягок и прекрасен.*

### **Кофе с коньяком**

*Требуется:* 1 стакан черного кофе двойной крепости, 50 г армянского коньяка, 1 яйцо, 1 ст. л. сахарной пудры, 25—30 г горького шоколада.

*Способ приготовления.* Сварите крепкий черный кофе двойной крепости. Одновременно сварите яйцо вкрутую, аккуратно отделите желток от белка. Остудите один желток, взбейте его с сахарной пудрой. В полученную смесь медленно, постоянно помешивая, влейте немного подогретый коньяк. Когда получится однородная масса, долейте только что сваренный кофе. Добавьте небольшие кусочки горького шоколада. Шоколад может быть с различными наполнителями.

...

### ***Из жизни великих***

*Александр Дюма был не только прекрасным писателем, но и отличным кулинаром, оставившим потомкам удивительную книгу о кулинарии народов мира. Дюма не страдал отсутствием аппетита: за обедом он поглощал невероятное количество икры, рыбы, добавляя к ним несколько жареных куропаток, шесть видов овощей и закусывая огромным куском сыра. Но главным в трапезе было все же «третье» – несколько чашек душистого кофе.*

### Ароматный

*Требуется:* 100 г натурального кофе, 35 г коньяка, 20 г рома, сахар.

*Способ приготовления.* В свежесваренный черный кофе влейте коньяк и перемешайте в шейкере. Затем налейте ром и опять тщательно перемешайте. Всыпьте сахар по вкусу. Украсьте напиток кусочком лимона или виноградом. Для украшения и придания своеобразного вкуса можете использовать клубнику или землянику со взбитыми сливками.

...

#### **Кофейные советы**

*Супы, салаты, мясные блюда не стоит сочетать с кофе. Вообще, не подавайте кофе к основным блюдам. Кофе сам по себе может служить прекрасным десертом, поэтому сочетать его стоит только с десертными блюдами.*

### Кофелад

Основа кофелада – это кофейные зерна. Предварительно следует хорошо их прожарить на сковородке, без подгорания, постоянно помешивая. Зерна в прожаренном виде сохраняют вкус кофе и приобретают дополнительные своеобразные качества. Для того чтобы кофелад получился приятным на вкус, берите только целые и хорошо просушенные зерна кофе.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Когда гадающий видит очертание браслета, бублика или какой-то другой замкнутой окружности, это значит, что в его жизни есть какая-то серьезная, очень трудно решаемая проблема. Если изображение бублика или браслета невелико, речь идет об одной проблеме, если же оно объемно, похоже, это целый комплекс взаимосвязанных проблем. Следует обратить внимание на то, есть ли на картинке поперечные пересечения. Если таковые имеются, шанс разрешить трудную ситуацию возможен, если нет, лучше всего смириться, оставить все, как есть, и ждать развязки.*

### **Коктейль-мокко**

*Требуется:* 30 г коньяка, 2 ч. л. сахарного сиропа, 1 ст. л. кофейного ликера и 1 ч. л. лимонного сока.

*Способ приготовления.* Сахарный сироп приготовьте самостоятельно. Для этого возьмите 1 часть воды и 2 части сахара. Налейте воду в эмалированную кастрюлю и поставьте ее на медленный огонь. Когда вода закипит, начинайте сыпать в нее сахар, постоянно помешивая его ложкой, чтобы не образовывалось комков. Постарайтесь не обжечься, для этого не наклоняйтесь над кастрюлей и стойте немного в стороне.

Как только сахар окончательно растворится и вода перестанет испаряться с поверхности, прекратите мешать и выключите огонь. Сироп практически готов. Но старайтесь не передержать его на огне, а то он может превратиться в жженный сахар. Затем остудите его и можете использовать для приготовления кофе.

Залейте в миксер сироп, затем коньяк, кофейный ликер и лимонный сок. Все это перемешайте в миксере в течение минуты. Затем полученную смесь осторожно процедите в рюмку. Можно использовать для этой цели мелкое ситечко или просто кусок марли. Коктейль-мокко готов.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Памела Андерсон очень любит кофе, и только ради этого напитка она появляется у себя на кухне.*

*Требуется: по 1 ч. л. молотого кофе и сахара, 1/2 ч. л. растворимого кофе, 20 г мороженого, 1 ст. л. молока, 15 г коньяка.*

*Способ приготовления. В кофеварку засыпьте молотый кофе и доведите до кипения, добавьте растворимый кофе, после чего опять доведите до кипения и сразу же разлейте в чашки. В горячий кофе положите часть мороженого, лучше пломбира, оставшееся мороженое взбейте с молоком и сахаром, после чего полученную массу положите в кофе. Коньяк влейте непосредственно в кофе, или полейте им сверху взбитую массу либо налейте его в чашку еще до того, как там окажется кофе.*

### **Кофелад с коньяком**

*Требуется: 100 г коньяка, 3 целых хорошо прожаренных кофейных зерна, 1 кусочек сахара-рафинада.*

*Способ приготовления. Налейте в рюмку половину коньяка. Опустите в коньяк прожаренные кофейные зерна и оставьте постоять в теплом месте 30 минут. Долейте оставшийся коньяк. Добавьте кусочек сахара-рафинада и дождитесь, когда сахар немного растворится. Ни в коем случае не перемешивайте напиток. Пейте кофелад, не торопясь, постепенно, маленькими порциями: сначала – коньяк, а затем разжевывайте кофейные зерна и сахар.*

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще прорисовывается бочка, это означает скорую неприятность. Но не нужно расстраиваться, неприятность не особенно значительная, скоро она забудется, не принесет никаких последствий. Но если она повторится опять, это означает, что человек допускает в своем поведении какие-то ошибки. И желательно эти ошибки исправить, чтобы не портить себе жизнь.*

### **Кофелад изысканный**

*Требуется: 5—6 зерен поджаренного кофе, 30 г водки, 50 г рома, 5 г имбиря, сахар.*

*Способ приготовления. Кофейные зерна положите на некоторое время в водку. Затем переложите их в рюмку и залейте ромом. Дайте время напитку, для того чтобы зерна впитали ром, а затем насыпьте немного сахара и имбирь. В первую очередь отпейте ром, а только после этого ешьте кофейные зерна.*

...



### **Кофейные истории**

Один кофеман поймал торговца кофе и говорит ему: «Покажи, где спрятал последнюю партию моего любимого напитка, я знаю, что этот кофе прошел особый способ обжарки». Но торговец кофе был очень жадный, поэтому не хотел показывать, где спрятана последняя партия. Тогда кофеман решил его помучить. Опустил голову торговца в прорубь и держит. Через две минуты вытащил и спрашивает: «Ну а теперь скажешь ты, где кофе?» «Нет!» – ответил тот. Через три минуты прозвучал тот же вопрос. На что торговец ответил: «Слушай, ты меня или дольше держи под водой или глубже опускай: ничего я не вижу!»

### **Коктейль «Русский черный»**

*Требуется (на 1 порцию):* 30 г водки, 30 г кофейного ликера, кубики льда.

*Способ приготовления.* Хорошо охлажденный стакан заполните на 1/3 кубиками льда или измельченным льдом. Для того чтобы получить колотый лед, заверните кубики льда в полотенце и измельчите молоточком для отбивания мяса. Водку и ликер налейте прямо на лед, не перемешивая, и сразу же пейте или подайте к столу.

### **Коктейль «Бразил»**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 1 порцию):* 40 г виски «Адвокат», 20 г кофейного ликера, несколько капель гранатового сока, 1 вишня с плодоножкой, 3 кубика льда.

*Способ приготовления.* Лед с виски и ликером хорошо взболтайте в шейкере, вылейте в охлажденный низкий стакан (для виски), украсьте вишенкой.

...

### **Кофе и здоровье**

*Тот факт, что в настоящее время кофеин с успехом используется более чем в двадцати лекарственных препаратах, безусловно, свидетельствует в пользу целебности этого напитка. Содержание многих полезных веществ в составе кофе не вызывает сомнений.*

#### **Вариант 2**

*Требуется:* 40 г виски, 20 г кофейного ликера, несколько капель сока – гранатового, апельсинового, лимонного, долька лимона, 1/2 ч. л. сахарной пудры, кубики льда.

*Способ приготовления.* Смешайте сахарную пудру с фруктовым соком до ее полного растворения. Сок и виски вылейте в шейкер, добавьте лед и хорошо взболтайте. Затем вылейте в стакан и украсьте фруктами (кружочек апельсина в стакан, а вишенку – в напиток).

## Глава 9

### Безалкогольные напитки с кофе

#### «Сахарная голова с содовой»

*Требуется (на 1 порцию):* по 20 г апельсинового сока, кофейного ликера и черного рома, 100 г содовой, 2 дольки апельсина, полоска цедры апельсина длиной 10 см и шириной 1,5 см.

*Способ приготовления.* Апельсиновый сок, ликер и ром смешайте в шейкере, перелейте в бокал для коктейля, добавьте содовую. Подавать напиток принято с «закусочной» – долька апельсина. Украсьте край бокала спиралью из срезанной по кругу цедры апельсина. Коктейль подайте с соломинкой, а край бокала украсьте сахарным ободком.

...

#### **Кофейные советы**

*Традиционно говорят, что кофе варят. Но на самом деле это не варка, а заваривание. Кофе нельзя варить в буквальном смысле этого слова, то есть доводить до кипения. Его необходимо снимать с огня до того, как он закипит. Такой способ приготовления позволяет сохранить неповторимый вкус и аромат, присущий этому напитку.*

#### «Сахарная голова со льдом»

*Требуется:* 30 г апельсинового сока, по 10 г кофейного ликера и белого рома, 3/4 стакана газированной фруктовой воды или 3/4 минеральной воды, 3 дольки апельсина, полоска цедры апельсина длиной 10 см и шириной 1,5 см, 2—3 кубика льда.

*Способ приготовления.* Смешайте в шейкере апельсиновый сок, ром и ликер, положите в бокал кусочки льда и залейте их смешанными в шейкере компонентами. Долейте в бокал газированную или минеральную воду и подавайте к столу. Ароматизировать этот коктейль вы можете при помощи

апельсинового масла: тонко нарежьте цедру апельсина и воспользуйтесь ручным прессом (или прессом для чеснока), чтобы отжать несколько капель такого масла. При использовании апельсинового масла можете не добавлять апельсиновый сок, но долейте в бокал больше газированной фруктовой или минеральной воды.

...

### **Из жизни великих**

*Французский писатель Андре Моруа, наслаждаясь вкусом кофе, не раз восклицал, что, вкушая этот напиток, «всегда хочется выскочить из рамок реальной жизни, увидеть и почувствовать что-то новое и свежее».*

## **Коктейль фруктово-кофейный**

### **Вариант 1**

*Требуется:* 30 г клубничного сиропа, 20 г молока, 150 г кофе, несколько кубиков льда.

*Способ приготовления.* В стакан положите несколько кубиков льда, залейте их охлажденным фруктовым сиропом и молоком. Все перемешайте и добавьте холодный черный кофе. Подайте с соломинкой, украсив край бокала кусочками фруктов или шпажками с насаженными кусочками ягод.

...

### **Из жизни великих**

*Эдита Пьеха обожает домашние вечера за чашечкой крепкого кофе. Мало того, она считает, что это одно из лучших средств, чтобы вечером собрать всю свою семью за столом.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 2—3 ч. л. натурального кофе, 1/2 стакана воды, 50 г сока – персикового, ананасового, апельсинового или вишневого, 20 г молока, 3 ст. л. сахарной пудры, 3—4 кубика льда.

*Способ приготовления.* Сварите крепкий черный кофе удобным для вас способом. Охладите его. Смешайте в шейкере молоко, фруктовый сок и сахарную пудру. Положите кубики льда в бокал и залейте их смешанными в шейкере ингредиентами. Осторожно влейте охлажденный кофе. Подайте с соломинкой, края бокала украсьте фруктами, а сверху посыпьте их сахарной пудрой. При приготовлении этого коктейля воспользуйтесь следующими советами:

– заморозьте отдельные ягоды и кусочки фруктов в контейнере

для пищевого льда. Для этого положите в формочки для льда кусочки фруктов, залейте водой и поставьте в морозильную камеру. Это не только эффектно выглядит, но и улучшает вкус коктейля;

– приготовьте лед, используя для него не воду, а свежевыжатый сок фруктов и ягод. Налейте его в формочки для льда и поставьте в морозильник. Добавьте кубики фруктового льда в коктейль вместо простого льда. Это вкусно и в то же время очень красиво;

– сварите сироп из фруктового сока и сахара (пропорции выбирайте на свое усмотрение): выжмите сок, малую его часть нагрейте до 400—600 и растворите в теплом соке сахар, остудите и смешайте с оставшимся соком. Добавляйте в коктейль по вкусу;

– запаситесь фруктовым пюре (с сахаром или без сахара): разомните свежие ягоды, фрукты и взбейте в миксере с сахарной пудрой (по вкусу).

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Когда человек в кофейной гуще видит вино, в этом выражается его душевное состояние. В данный период жизни он ощущает себя виноватым в чем-либо, это давит на него, ему хочется побыстрее избавиться от этого чувства. Очень скоро гадающий найдет в себе силы и повинится перед тем, кому он причинил зло и неприятности.*

### **Коктейль кофейно-фруктовый со специями**

*Требуется:* 2/3 стакана кофе, 2 ч. л. сахара, 1/4 стакана молока, корица, кориандр и другие специи, 50 г персикового сока, 4 кубика льда, фрукты.

*Способ приготовления.* В крепкий, еще горячий кофе добавьте сахар, специи по вкусу, молоко, остудите его в холодильнике. Затем перелейте в бокал, долейте соком, положите лед и украсьте фруктами.

**В этот напиток можно также добавить немного ванили или ванильного сахара, а стручок ванили использовать для украшения – насадить на край бокала. Другой вариант ароматизации напитка – мята и киви: на шпажки нанижите кружочки очищенного киви, украсьте веточками мяты – и, помешивая коктейль, вы будете вдыхать приятный аромат.**

Любители «сытных» коктейлей могут заменить молоко на сливки или сметану, напиток получится густым, ароматным и калорийным.

### **Кофейный крем**

Кофейный крем можно использовать и как самостоятельное блюдо, и как начинку для пирожных или тортов. Кофейный крем хорошо подходит к вечернему столу как десертное блюдо. Он станет любимым лакомством ваших детей.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Джулия Ормонд употребляет исключительно черный крепкий кофе и отдает предпочтение напитку, приготовленному следующим образом.*

*Требуется: 1 ч. л. кофейных зерен, по 1/2 ч. л. молотого и растворимого кофе, 15 г кофейного экстракта, 20 г кофейного мусса, 20 г виски, лимон.*  
*Способ приготовления. В турку с горячей водой засыпьте зерна кофе, когда вода начнет закипать, добавьте молотый кофе и кипятите 2—3 минуты, после этого в турку всыпьте растворимый кофе и практически сразу разлейте кофе в чашки. Когда напиток немного остынет, добавьте в него кофейный экстракт и залейте кофейным муссом. После этого, когда кофе остынет до 800—700, влейте в него виски. Сверху на мусс положите дольку лимона. Напиток получается очень крепким, поэтому пейте его маленькими порциями.*

### **«Прохлада вечера»**

*Требуется: 50 г мороженого, 1/2 стакана молока, 20 г черного кофе, 40 г шоколада.*

*Способ приготовления. Возьмите сливочное, молочное мороженое или крем-брюле и дайте ему немного подтаять. Кофе обязательно остудите. Взбейте в миксере молоко и кофе. Положите в бокал мороженое и залейте его полученной смесью. Лучше не перемешивайте. Шоколад потрите на крупной терке и посыпьте им кофейный крем. Поставьте на 30 минут в холодильник. Подавать следует охлажденным.*

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если человек видит в кофейной гуще конфету, его ожидает сладкая жизнь. Он погрязнет в роскоши и довольстве. Но во всем этом есть и отрицательная сторона, то есть человек слишком расслабится и станет изнеженным. А потому он не сможет впоследствии противостоять враждебным обстоятельствам.*

## «Сладкая мечта»

*Требуется:* 1 стакан молока, 100 г сахара, 5 ст. л. сливок. 200 г черного кофе.

*Способ приготовления.* Молоко перемешайте с сахаром, а затем доведите до кипения. Закипевшее молоко снимите с огня и добавьте сливки, предварительно взбитые в густую пену. Молоко со сливками энергично взбейте. В полученный напиток влейте горячий свежесваренный кофе. Тщательно перемешайте и разлейте в маленькие чашки. Можете подавать как охлажденным, так и теплым.

Если вы хотите получить более густой крем, возьмите для его приготовления побольше сливок и поменьше молока. Также для получения более густого крема можно использовать не сам кофе, а кофейный сироп.

...

### **Кофейные истории**

*Приходит мужчина в ресторан. Заказывает чашечку кофе. Официантка его спрашивает: «Вам разбавить отваром цикория или не долить?»*

### **Кофейный коблер**

Он назван так из-за того, что в его состав входит кофейный сироп, который придает этому напитку прекрасный специфический вкус и аромат. При этом он является отличным тонизирующим средством. Прежде всего приготовьте кофейный сироп.

*Требуется:* по 2 ст. л. воды и кофе, 4 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Сварите обычный сахарный сироп, но только с добавлением кофе, то есть сахар с кофе в сухом виде перемешайте до однородного состояния и постепенно высыпьте в кипящую воду, непрерывно помешивая. Когда сахар с кофе окончательно растворятся, снимите с огня и немного остудите.

Малиновый сироп приготовьте, как обычное варенье, но с большим количеством сахара. Когда сироп будет практически готов, ягоды малины удалите, чтобы сироп был однородным.

Теперь приступайте к приготовлению самого кофейного коблера.

*Требуется:* 3 ст. л. кофейного сиропа, 2 ч. л. малинового сиропа, 2/3 стакана колотого льда, 1/2 стакана чая и 50 г взбитых сливок.

*Способ приготовления.* Стекланный бокал наполните приблизительно на две трети мелко наколотым льдом. Затем налейте туда малиновый и кофейный сиропы в указанных выше пропорциях, а сверху залейте несладким охлажденным чаем. Сверху положите чайную ложку взбитых сливок – и коблер готов. Вместо малинового можете использовать кленовый или любой

другой вид сиропа. При колке льда лучше пользуйтесь специально предназначенным для этого ножом (пешней).

...

### **Кофе и здоровье**

*В состав кофе входит более 30 органических кислот, витамины группы В, железо, калий, натрий, кальций, фосфор, азот, сера. Благодаря этому кофейный напиток благотворно влияет на формирование гемоглобина в крови, способствует поддержанию ритма сердечной деятельности, формирует костную ткань, способствует лучшему функционированию мышечной и других тканей организма.*

### **Шоколадно-кофейное молоко**

Смесь ароматного кофе и молока дает неповторимый мягкий напиток. Если вы любите кофе со сливками или всегда добавляете в кофе молоко, вам следует попробовать шоколадно-кофейное молоко. Сам рецепт достаточно прост, но, попробовав этот напиток, вы непременно получите огромное удовольствие. Этот напиток можно пить как в холодном, так и в подогретом виде.

### **Десертный напиток**

*Требуется:* 2 стакана молока, по 50 г шоколада и растворимого кофе, 8—9 ст. л. сливок, 1 ч. л. сахарного песка, 3—4 кофейных зерна.

*Способ приготовления.* Шоколад потрите на крупной терке, 2—3 ст. л. сливок взбейте в густую пену, кофейные зерна измельчите в кофемолке. Молоко доведите до кипения и остужайте 30 минут в холодильнике. Смешайте в миксере охлажденное молоко, измельченный шоколад, растворимый кофе, 6—7 ст. л. сливок и сахарный песок. Полученную смесь немного подержите в холодильнике.

...

### **Кофейные советы**

*Если вы обжариваете зерна самостоятельно, обратите внимание на то, чтобы они не оказались ни недожаренными, ни пережаренными. Если станете готовить кофе из недостаточно прожаренных, бледных зерен, у него не будет такого насыщенного вкуса и аромата, который дают хорошо прожаренные кофейные зерна. Слишком долгое жаренье способствует удалению из кофейных зерен масла, во многом служащего основой качественного напитка.*

Кофе с фруктами и соками

Апельсиновый кофе с орехом пекан

Вариант 1

*Требуется (на 4 порции):* 2 ст. л. орехов пекан, 5 ч. л. колумбийского кофе в зернах, 2 ч. л. костариканского кофе в зернах, 1 ч. л. апельсиновой эссенции.

*Способ приготовления.* Положите орехи пекан на противень и поджаривайте в духовке при температуре 160°C до тех пор, пока они не приобретут коричневый оттенок. Это займет от 8 до 15 минут. Затем смешайте кофейные зерна обоих сортов с орехами, еще раз нагрейте в духовке, но не жарьте долго, остудите и измельчите, чтобы получился мелкий кофейно-ореховый порошок. Сварите кофе обычным способом из расчета 1 ст. л. порошка на 140-граммовую кофейную чашку, увеличьте время приготовления кофе на 2—3 минуты. Это необходимо для того, чтобы частички ореха заварились и придали кофе необычный, приятный аромат и вкус. В закипевший напиток добавьте апельсиновую эссенцию. Этот напиток можно пить как горячим, так и холодным. В первом случае сваренный кофе перелейте в чашки или подайте к столу прямо в кофейнике, отдельно подайте сахар. Пейте кофе, пока он не остыл и не осела ароматная пена, образовавшаяся на его поверхности.

...

***Из жизни великих***

*Испанский писатель Габриэль Гарсиа Маркес очень любил кофе и выпивал по 6—7 чашек в день. Недаром на страницах его произведений кофе в жизни людей играет огромную роль.*

Вариант 2

*Требуется (на 1 порцию):* 2 ст. л. орехов пекан, 5 ч. л. колумбийского кофе в зернах, 2 ч. л. костариканского кофе в зернах, 80 г апельсинового сока (или 1 ч. л. апельсинового сиропа), 1 ч. л. сахара, 2—3 кубика фруктового или обычного льда.

*Способ приготовления.* Сварите напиток таким же образом, как в предыдущем рецепте, но не вводите в него апельсиновую эссенцию, замените ее на апельсиновый сок (сироп). Кофе подсластите, остудите, перелейте в высокий бокал, добавьте сироп или сок, измельченный лед и пейте через соломинку.



...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Изображение в кофейной гуще горы или гор свидетельствует о том, что на пути к цели стоят препятствия. Если гора одна и небольшой высоты, препятствие окажется несущественным и на его преодоление не придется затрачивать много сил. Желаемая цель близка, осталось сделать лишь одно небольшое усилие. Если гор много, все они крутые и высокие, осуществление планов и достижение желаемых результатов в данный период весьма проблематично. Лучше немного подождать и набраться сил.*

## Кофе с малиной

### Вариант 1

*Требуется (на 1 порцию):* 50 г свежей малины (или 1 ст. л. сушеной ягоды), 2 ст. л. сахара, 100 г готового черного кофе, 10 г коньяка.

*Способ приготовления.* Ягоду переберите, промойте в холодной проточной воде, дайте обсохнуть (откиньте на дуршлаг). Если вы используете сушеную малину, залейте ее небольшим количеством кипятка так, чтобы вода лишь покрывала ягоды, настаивайте 10—15 минут, затем воду слейте. Ее можно использовать для варки кофе.

Свежую малину смешайте с сахаром, взбейте миксером в пюре, затем добавьте коньяк и все хорошенько перемешайте. Вылейте смесь в бокал, залейте горячим свежесваренным кофе. Напиток готов к употреблению.

Наш совет: в малине много мелких косточек, чтобы избавиться от них, протрите пюре через сито или замените пюре соком.

Сок приготовьте по нашему специальному рецепту: насыпьте полную бутылку малины, залейте ее по горло 3%-ным уксусом и поставьте на солнце на 5 дней. После этого уксус слейте, ягоды выжмите, не протирая.

Слитым уксусом залейте следующую наполненную свежей малиной бутылку, оставьте настаиваться на 6—7 дней, опять слейте уксус, а ягоды отожмите. Если есть малина, в третий раз залейте тем же самым уксусом свежие ягоды и оставьте на солнце на 2—3 недели, затем слейте, подсластите (на 1 стакан сока – 30—40 г сахара) и перемешайте до полного растворения сахара в соке. Остудите, храните в холодильнике, в плотно укуренных бутылках.

Приготовленный таким образом малиновый сок концентрированный и очень ароматный. Добавляйте его в холодный или горячий кофе (в зависимости от времени года и вашего самочувствия) не более 2—3 ч. л.

Для приготовления прохладительного напитка по этому рецепту вы можете использовать не свежие ягоды, а, например, малиновое желе: оно и хранится дольше, чем свежие ягоды, и намного ароматнее.

### **Кофе с малиновым желе**

*Требуется:* 3/4 стакана черного кофе, 10 г коньяка, 40 г малинового желе.

*Способ приготовления.* Желе, коньяк и холодный кофе хорошенько перемешайте в шейкере, вылейте в высокий стакан для коктейля, украсьте фигурным фруктовым мармеладом, нанизанным на шпажки.

Изысканным десертом станет кофе с малиной, настоянной в ликере или вермуте.

...

### **Кофейные советы**

*Чтобы свежесваренный кофе обладал более стойким ароматом и вкусом, перед варкой смешайте порошок со щепоткой соли.*

### **Вариант 2**

*Требуется (на 4 порции):* 140 г малины, 200 г малинового ликера или сладкого белого вермута, 1 стакан черного кофе, 100 г сахара.

*Способ приготовления.* Малину переберите, промойте в проточной холодной воде, сложите в стеклянную посуду, засыпьте сахаром и оставьте на 30—40 минут. Когда ягода даст сок, добавьте ликер (вермут) и настаивайте все вместе в холодильнике еще 2—3 часа. Затем ягоду аккуратно, чтобы не повредить, разложите в креманки

на высоких ножках или невысокие стаканы, залейте смесью сока с ликером, долейте охлажденным крепким кофе, при желании положите по 2—3 кубика льда. Подайте на десертной тарелке с ложечкой.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Джиллиан Андерсон выбирает при приготовлении кофе особые ингредиенты, которые помогают ей держать себя в форме.*

*Требуется: 2 ч. л. молотого кофе, 15 г сливок, 2 ст. л. молока, 15 г мороженого, сахар, кусочек авокадо.*

*Способ приготовления. Молотый кофе засыпьте в кофеварку и залейте холодной водой, как только вода начнет закипать, снимите с огня и дайте настояться 3—4 минуты для придания ему большей крепости. Для забелки кофе вам потребуются сливки, смешайте их с обезжиренным молоком и добавьте часть мороженого, все это немного взбейте и влейте в кофе. Сверху на эту молочную массу выложите оставшееся мороженое и украсьте кусочком авокадо. Если молоко и мороженое будут достаточно холодными, кофе быстро остынет, в этом случае пейте его через трубочку.*

### **Кофе с боярышником**

*Требуется: 1 ст. л. ягод боярышника (свежих или высушенных), по 2 ч. л. молотого кофе и сахара, 150 г воды, лимонная цедра или лимонная кислота на кончике ножа.*

*Способ приготовления. Вымойте ягоды боярышника в теплой воде, залейте кипятком, закройте крышкой и варите на медленном огне 10—15 минут. Затем снимите с огня, добавьте лимонную цедру (или кислоту), размешайте и настаивайте еще в течение 6 часов. Затем процедите и сварите на этом отваре кофе обычным способом, сахар или 1 ч. л. меда вместо него добавьте в уже готовый и налитый в чашку горячий кофе.*

*Наш совет: чтобы не тратить время на приготовление отвара, предлагаем сделать из боярышника сироп.*

*Требуется: по 500 г сахара и ягод боярышника, 3/4 стакана воды.*

*Способ приготовления. Залейте сахар водой и варите его на медленном огне, пока не загустеет и в нем не покажутся мелкие пузырьки. Добавьте в него пропущенные через мясорубку свежие ягоды боярышника, измельченную цедру лимона и варите 15—20 минут, непрерывно помешивая и не давая сильно кипеть. Снимите с огня, процедите сквозь сито, перелейте в бутылки и проварите на водяной бане еще 30 минут.*

...

### **Кофейные истории**

*Мужу пришла телеграмма от жены из командировки – только одно слово «кофе». Долго ломал он голову: что бы это значило. Так ничего не придумал и пошел посоветоваться к другу. Тот расшифровал телеграмму следующим образом: «Каюсь. Обольстила француза экскурсовода». Муж расстроился, но решил сходить к другому другу. Тот расшифровал телеграмму по-своему: «Коварные. Отравили французским эклером». «Вот это совсем другое дело!» – обрадовался муж.*

### **Кофе с шиповником**

*Требуется (на 4 порции): 1/2 стакана ягод шиповника (можно сухих), 2 стакана воды, 3 ст. л. сахара, по 4 ч. л. натурального кофе и сливок, измельченная цедра лимона.*

*Способ приготовления.* Ягоды шиповника промойте в теплой воде, положите в термос и залейте кипятком. Настаивайте не менее 12 часов, затем процедите и используйте настой для приготовления кофе обычным способом. Сваренный кофе разлейте в чашки и посыпьте измельченной в порошок лимонной цедрой, пейте горячим.

*Для того чтобы вкус напитка стал еще более изысканным, освежающим, добавьте в него немного ванильного сахара и кружочки лимона. Налейте крепкий кофе в высокий стакан, добавьте на каждую порцию по несколько кристалликов ванильного сахара и сироп шиповника по вкусу. Все перемешайте, положите по кружочку лимона и 2—3 неразмолотых зерна кофе. Подавайте напиток хорошо охлажденным, с соломинкой.*

*Для холодного кофе с шиповником – прохладительного напитка – настой шиповника замените сиропом шиповника, который продается в аптеках.*

...

### **Кофе и здоровье**

*Влияние, которое кофе оказывает на организм, в немалой степени зависит от того, насколько человек привык к напитку. Тем, кто регулярно употребляет его в значительных дозах, можно без существенного вреда для здоровья принять и большее количество, тогда как непривычные к кофе люди непременно почувствуют себя нехорошо.*

### **Кофе с яблочным соком**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 4 порции):* 500 г незрелых яблок, 1/2 лимона, по 100 г розовых лепестков и сахара, 400 г черного кофе, кубики льда.

*Способ приготовления.* Сначала приготовьте яблочный сок. Нарежьте яблоки кусочками вместе с сердцевинкой и залейте таким количеством воды, чтобы она слегка покрывала их. С половины лимона снимите тонким слоем цедру, добавьте к яблокам и доведите до кипения. Через несколько минут удалите лимонную кожуру и варите яблоки еще 2—3 минуты, чтобы они не превратились в пюре.

Сито накройте марлей и выложите яблочную массу, оставьте на ночь, чтобы стек весь сок. Лепестки роз обдайте кипятком, а затем холодной водой. Собранный яблочный сок доведите до кипения, добавьте сахар и лепестки роз, варите все вместе 4 минуты, остудите.

Сварите обычным способом несладкий крепкий кофе. Разлейте его в бокалы так, чтобы наполнить их на 2/3, долейте охлажденным яблочным соком и добавьте кубики льда. Подайте с соломинкой, украсив долькой лимона.

Наш совет: не менее вкусен горячий кофе с яблочным соком. Приготовленный по предложенному выше рецепту сок вы можете разлить в стерильные бутылки и хранить около года в прохладном месте (погребе, холодильнике).

...

### ***Кофейные советы***

*Если хотите убедиться, что зерна прожарены достаточно, возьмите со сковороды одно из них и разломите или раскусите пополам зубами. Насыщенный коричневый цвет внутренней поверхности зерна скажет вам о том, что они уже готовы.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 2—3 ст. л. натурального кофе, 30 г яблочного сока, 20 г вермута или белого рома.

*Способ приготовления.* Приготовьте крепкий сладкий кофе и разлейте в чашки. Добавьте в горячий напиток яблочный сок и вермут.

### **Айс-кофе с соком из вишни, клубники и черешни**

*Требуется (на 1 порцию):* 2 ч. л. молотого кофе, по 200 г клубники, вишни и черешни, 1,5 стакана воды, 2 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Из вишни удалите косточки, залейте водой

и варите на медленном огне до мягкости, но не разваривайте, процедите отвар через марлю и добавьте 1 ст. л. сахара. Варите еще 5 минут и дайте остыть. Черешню и клубнику по отдельности доведите до кипения с 1/2 стакана воды и 1/2 ст. л. сахара, варите на медленном огне до мягкости, отожмите через марлю. Вылейте в формочки для льда и заморозьте.

Сварите очень крепкий кофе, остудите его и перелейте в высокий стакан (наполните его на 1/3), долейте еще на 1/3 клубничным отваром, положите по 3 кубика фруктового льда и подавайте с соломинкой.

Этот напиток идеально подходит для торжественных случаев, в него можно добавить по вкусу ром, вишневый ликер, коньяк или белое вино. Для детского праздника приготовьте этот напиток из некрепкого кофе, побольше доливайте соков. В качестве украшения используйте кусочки фруктов, мороженое или леденцы на палочке.

...

### ***Из жизни великих***

*С одним императором произошел такой случай: когда к его дверям примчался гонец с вестью о готовящемся свержении, его не впустили, так как император варил свой любимый кофе. В результате он был свергнут, но кофе, надо думать, все же выпил.*

### **Апельсиновый кофе**

Холодный апельсиновый кофе прекрасно тонизирует и освежает в жаркие летние дни, а горячим этот напиток приятно пить в дождливую, холодную погоду, он согревает и придает сил. Предлагаем вашему вниманию два варианта приготовления этого напитка.

### **Совершенно летний апельсиновый кофе**

*Требуется (на 1 порцию):* 1/5 стакана воды, по 1 ч. л. растворимого кофе и сахара, 50 г апельсинового сока или 20 г апельсинового ликера, 10 г кофейного ликера, кубики льда, долька апельсина для украшения.

*Способ приготовления.* Растворите кофе в холодной кипяченой воде, добавьте мед или сахар, размешайте до полного растворения и как следует остудите в холодильнике. В шейкере смешайте кофе, апельсиновый сок и ликер. В низкий стакан положите кубики льда и залейте их приготовленной смесью. Край стакана украсьте долькой апельсина.

Чтобы сделать этот напиток безалкогольным, замените апельсиновый ликер соком, а также откажитесь от кофейного

ликера. Ликер здесь используется в качестве ароматизатора, значит, замените его, например, апельсиновой цедрой, сиропом или соком.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если изображение в кофейной гуще напоминает силуэт жаворонка, это говорит о том, что гадающий – весьма творческая личность и находится сейчас в духовном поиске. Его посещают прекрасные идеи, нужно всего лишь выбрать наиболее важную и существенную. Творчеству данного человека никто сейчас не мешает, перед ним открыто множество перспектив, данный период нужно использовать с максимальной пользой, а усталость от приложенных усилий сполна компенсируется достигнутым результатом.*

### **Совершенно зимний апельсиновый кофе**

*Требуется (на 1 порцию): 50 г крепкого кофе (75 г на 1 л воды), 1/2 ч. л. меда, 30 г апельсинового ликера, 20 г красного вина, щепотка измельченной в порошок сушеной апельсиновой цедры или 2 листика мяты.*

*Способ приготовления.* Сварите обычным способом крепкий кофе, растворите в нем мед, добавьте ликер, цедру или мяту, вино, снова все нагрейте, но не кипятите. Перелейте горячий напиток в термостойкий стакан (обязательно положите в него ложечку, чтобы не лопнул). Особенно удобны и красивы стаканы для грога со специальными подстаканниками. Пейте горячим, небольшими глотками.

...

### **Из жизни великих**

*Мишле всем другим напиткам предпочитал кофе с коньяком и со льдом. Положив на дно бокала лед, он добавлял кофе, а завершающим этапом являлся коньяк. Мишле уверял, что вкус кофе становится насыщенным, ярким и немного терпким, и это придает ему особую загадочность.*

### **Кофе с виноградным соком**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 4 порции): 1/2 л виноградного сока, 100 г сливок, 4 ст. л. сахара, 4 ч. л. растворимого кофе.*

*Способ приготовления.* Все хорошенько взболтайте в шейкере. Разлейте смесь в бокалы и подайте со льдом, украсив шпажками с



нанизанными на них виноградинками.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Антонио Бандерас, отличающийся своей экстравагантностью, делится секретами приготовления этого напитка, который не похож ни на один из традиционных рецептов.*

*Требуется: 1 ч. л. растворимого кофе, 1/2 ч. л. кофейных зерен, по 10 г кофейного экстракта и сливок, 15 г водки, 20 г сухого молока, сахар.*

*Способ приготовления. Кофейные зерна заварите 1/2 стакана кипятка и дайте настояться 30—40 минут.*

*Когда остынет, доведите до кипения и залейте смесью растворимый кофе. Пока кофе еще горячий, влейте в него кофейный экстракт. Чайную ложку водки смешайте с сахаром и положите в кофе. Сухое молоко разведите сливками (они должны быть достаточно жидкими) и взбейте, после чего добавьте в полученный напиток. Кофе следует пить горячим.*

### **Вариант 2**

*Требуется (на 4 порции): 4 ч. л. молотого кофе, 2 стакана виноградного сока (или сладкого виноградного вина), 1/3 стакана холодной воды, 4 ст. л. сахара, 100 г сливок, 1/3 ч. л. корицы, веточка тимьяна.*

*Способ приготовления. Этот напиток подается горячим. Сначала сварите в большой кофеварке крепкий кофе, добавьте 3 ст. л. сахара, размешайте до его полного растворения. Добавьте пряности, снова перемешайте и нагревайте 2—3 минуты, снимите с огня, добавьте виноградный сок или вино, еще раз доведите до кипения. Разлейте напиток в стаканы для грога. Сливки взбейте миксером с 1 ст. л. сахара, красиво выложите поверх кофе и сразу же подайте к столу.*

### **Кофе с гвоздикой**

*Требуется (на 1 порцию): 2 ч. л. молотого кофе, соль по вкусу, 5 г сливочного масла или 1 ч. л. сметаны, 100 молока или свежих сливок, 2 гвоздики, черный перец.*

...

### **Кофейные истории**

*Один король приказал своему ближайшему слуге принести ему напиток, вкуснее которого нет на белом свете. Слуга пошел на рынок и купил кофе.*

*Попробовал его государь и удивился чудесному*

*напитку. Через неделю опять вызвал к себе король слугу и приказал доставить ему самый горький из всех напитков, какой только есть на свете. Слуга снова пошел на рынок и купил... кофе, превосходно приготовил его и подал своему владыке.*

*– Я хотел, чтобы ты принес самый горький из всех напитков, а ты снова принес мне кофе.*

*– Ваше величество! Кофе – такой чудесный напиток, что имеет множество вкусовых оттенков!*

### **Вариант 1**

*Способ приготовления.* В кипящую воду (1/5 стакана) положите молотый кофе, перемешайте и снова нагревайте до появления пены. Затем быстро влейте молоко или сливки, во время последующего нагревания смеси (3—5 минут) постоянно помешивайте, поднимая осадок со дна (до 40 раз). В конце варки положите соль по вкусу, черный молотый перец на кончике ножа, гвоздику. Перелейте в чашку и заправьте сливочным маслом. Пейте кофе горячим. Отдельно можете подать мед, в который обмакивается лукум.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще виден кнут, это означает, что гадающий слишком жесток и агрессивен. Ему такое поведение принесет массу неприятностей. Люди будут настроены против него, поэтому при необходимости они ни за что не протянут ему руку помощи.*

### **Вариант 2**

*Способ приготовления.* Сварите отдельно крепкий кофе (2 ч. л. на 1/3 стакана воды), в конце варки добавьте в него соль и перец. Вскипятите молоко или сливки, затем добавьте гвоздику и продолжайте кипятить 2—3 минуты. Кофе перелейте в чашку, добавьте ароматное процеженное горячее молоко. Подайте кофе, а сахар, мед и различные сладости предложите гостям отдельно.

...

#### ***Кофе и здоровье***

*Кофе оказывает возбуждающее действие, однако как раз в этом и состоит одно из его положительных свойств. Люди, страдающие повышенным давлением или избыточной возбудимостью, должны иметь в виду, что им пить кофе надо поменьше.*

## Кофе с марципаном

*Требуется (на 1 порцию):* 1 стакан молока, 2 ч. л. сахара, по 1 ч. л. растворимого кофе и шоколадной стружки, 15 г марципановой массы, 2 ст. л. сливок.

*Способ приготовления.* Марципановую массу перемешайте миксером с 1 ч. л. сахара, вылейте в чашку. Кофе растворите в молоке, долейте поверх марципановой массы. Сливки взбейте отдельно с оставшимся сахаром, украсьте ими напиток. Сливочную «шубу» посыпьте тертым шоколадом и сразу же подавайте кофе к столу.

На основе марципанового кофе вы можете приготовить несколько превосходных по вкусу кофейных напитков, один из них – ароматный **Вишнево-марципановый кофе**, его подают в высоком стакане для коктейля, с ложечкой.

*Требуется (на 1 порцию):* 50 г вишен без косточек, 15 г марципановой массы, 1/5 стакана молока, 30 г рома, 2 ч. л. сахара, 2 ст. л. сливок, 1/3 стакана крепкого кофе, вишенка для украшения.

*Способ приготовления.* Вишни с марципановой массой, молоком, ромом и 1 ч. л. сахара перемешайте в миксере, вылейте в стакан, долейте холодным несладким кофе. Украсьте напиток взбитыми сливками и вишенкой, пейте сразу же.

Марципановую массу вы легко сможете приготовить в домашних условиях.

*Требуется:* 180 г очищенного сладкого миндаля, 2—3 орешка горького миндаля, 100 г сахарной пудры, 2 ст. л. вишневого ликера и яичный белок.

*Способ приготовления.* Сначала обдайте кипятком ядра миндаля и снимите с них кожуру, пропустите 2 раза через мясорубку. Затем смешайте все ингредиенты миксером до получения однородной массы.

...

### **Кофейные советы**

*После обжарки зерен может возникнуть необходимость сохранять их в таком виде некоторое время. Чтобы они не приобрели запахов лежащих с ними рядом продуктов и веществ, а также не утратили своего естественного аромата, поместите их для хранения в посуду с плотно закрытой крышкой.*

## Глава 11

### Холодный кофе

## Кофе-гляссе

Рецепт приготовления этого напитка имеет множество вариантов. Кофе-гляссе (от французского glace – мороженое, лед) готовят с различными сортами мороженого, фруктами, ванилью, молоком и разнообразными фруктовыми сиропами.

### Вариант 1

*Требуется (на 1 порцию):* по 1 ч. л. молотого кофе, сахара и тертого шоколада, 50 г ванильного мороженого.

*Способ приготовления.* Сварите обычным способом кофе, добавьте в него сахар и остудите. В бокал или фужер налейте кофе, положите шарик мороженого. Бокал поставьте на десертную тарелку и подайте с кофейной ложечкой и соломинкой.

...

#### **Из жизни великих**

*Кофе бодрит и придает силу и энергию. Сохранились сведения, что именно за утренним кофе Леонардо да Винчи пришла в голову идея парашюта. Интересно, что было бы, если бы великий Леонардо не любил кофе?*

### Вариант 2

*Требуется (на 1 порцию):* по 1/5 стакана черного кофе и молока, по 50 г орехового и ванильного мороженого, 1 ст. л. сахара, по 1/2 ч. л. рубленых грецких орехов и фисташек.

*Способ приготовления.* В еще горячий кофе добавьте сахар, размешайте до полного его растворения, смешайте с молоком и остудите. В бокал налейте молочно-кофейный напиток, сверху выложите два шарика мороженого. Украсьте десерт рублеными грецкими орехами и фисташками. Подайте с кофейной ложечкой и соломинкой.

...

#### **Кофейные советы**

*Если вы хотите сохранить кофе на долгое время и сделать его приготовление быстрым и удобным, приготовьте кофейную эссенцию. Смешав в определенной пропорции сахарный сироп и крепкий черный кофе, разлейте готовую эссенцию в бутылки и храните, плотно закрыв крышкой. Когда захотите сделать кофейный напиток, достаточно разбавить несколько чайных ложек эссенции горячей водой, молоком или сливками.*

### Вариант 3

*Требуется (на порцию):* 2 шарика ванильного мороженого, 1/5 стакана ананасового сока (или сиропа из консервированных ананасов), 1/2 стакана крепкого холодного кофе, несколько кусочков ананаса (можно замороженных или консервированных), 50 г сливок, 1 ч. л. шоколадной стружки, 2 бисквитные палочки (печенье) или хрустящие трубочки из слоеного теста, сахар.

*Способ приготовления.* Ванильное мороженое положите в вазочку на высокой ножке (креманку), добавьте смешанный с ананасовым соком и сливками холодный кофе. Сахар насыпьте по своему усмотрению. Положите кусочки ананаса, украсьте десерт шоколадной стружкой, гарнируйте бисквитами. Подайте с соломинкой и ложкой.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще гадающий видит изображение иконы, это должно послужить ему предостережением. Он слишком погряз в мелочности, меркантильности, будничной суете, возможно, даже во лжи, обмане и предательстве. Ему следует подумать над своим поведением и над последствиями, к которым оно может его привести. Стоит поразмыслить о своей душе, о своем покое и благополучии своих близких.*

#### **Вариант 4**

*Требуется (на 1 порцию):* по 50 г сливочного мороженого и сливок, 1/2 стакана черного кофе, 30 г сахарного сиропа, 1/2 пакетика ванилина.

*Способ приготовления.* Кофе смешайте с сиропом и ванилином, взбейте миксером или в шейкере до полного растворения сахара (для ускорения процесса используйте сахарную пудру). Смесь перелейте в креманку, положите в нее шарик мороженого. Сливки взбейте в крепкую пену с 1 ст. л. сахара, украсьте ими напиток.

#### **Вариант 5**

*Требуется (на 1 порцию):* 1 чашка холодного молока, 2 ч. л. кофейного сиропа, 2 ст. л. сливочного мороженого, кубики льда.

*Способ приготовления.* Смешайте молоко с сиропом и взбейте миксером. На дно креманки налейте молочно-кофейную смесь, выложите мороженое, придав ему при помощи специальной ложки форму шарика. При желании добавьте кубики льда. Подавайте с

соломинкой и кофейной ложечкой.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Ричард Гир предпочитает начинать свое утро с крепкого кофе, он долго экспериментировал с его приготовлением и добился нужной концентрации этого напитка, который заряжает его энергией с самого утра.*

*Требуется: 1 ст. л. кофейных зерен и 20 г растворимого кофе желательного одного сорта, 15 г сливок, молоко, кусочек льда, сахар.*

*Способ приготовления. Измельчите кофейные зерна, засыпьте их в турку и залейте холодной водой. Когда кофе закипит, держите его на огне 2—3 минуты и разлейте в чашки. Разведите в 4 ст. л. воды растворимый кофе и добавьте его к горячему кофе. Сливки смешайте с молоком, при желании их можно взбить до пены, и выложите массу в чашку с кофе. В кофе добавьте кусочек льда из молока или сливок. Напиток получится не слишком крепкий, поэтому при желании можете добавить сахар.*

### **Вариант 6**

Этот напиток подается к столу в полной темноте (для чего это необходимо, вы узнаете чуть позже), что создает атмосферу торжественности и таинственности происходящего. Итак, рекомендуем попробовать фламбрированный кофе-гляссе.

*Требуется (на 1 порцию): 1 ч. л. растворимого кофе, 1/5 стакана воды, 1/2 ч. л. ванильного сахара, ванильное и ореховое мороженое, 20 г коньяка, 1—2 кусочка сахара.*

*Способ приготовления. Кофе растворите в горячей воде, добавьте ванильный сахар и остудите. В высокий бокал положите по шарик ванильного и орехового мороженого, налейте кофе. В маленькой медной кастрюльке разогрейте коньяк с кусочками сахара, подожгите и горящим вылейте в кофе.*

Если у вас не оказалось коньяка, можете взять ром или любой другой крепкий алкогольный напиток.

### **Кофейный лед**

Этот напиток подается в очень жаркие дни, так как содержит большое количество льда, прекрасно освежает, долго остается холодным. Лед же, как известно, можно приготовить по-разному.

...

### **Кофейные истории**

*Двое друзей целый день пили растворимый кофе*

*«Nescafe». Кофе закончился, но хотелось еще. Один из кофеманов предложил сходить домой к его жене и попросить у нее денег. Когда они вошли в квартиру и включили свет, то увидели, что жена занимается любовью с незнакомым мужчиной. Увиденное никак не повлияло на их решимость получить деньги на любимый кофе.*

*– Лапочка! Ты не дашь мне, твоему любимому мужу, деньжонок на баночку «Nescafe»? – промычал супруг.*

*– Возьми там, в кошельке и, ради Бога, выключи свет, – простонала недовольная жена.*

*На улице друзья пересчитали деньги.*

*– Замечательно! Превосходно! Мы ее обманули! Здесь денег на целых две баночки!*

### **Вариант 1**

*Требуется (на 1 порцию): 12 г молотого кофе, 1 кофейная ложка сахарного песка, 1 ст. л. сливок, 4—5 кубиков льда.*

*Способ приготовления.* Сварите двойной кофе обычным способом, добавьте сахар, размешайте и остудите. Возьмите хорошо охлажденные сливки. Все компоненты, включая колотый лед, взбейте миксером, перелейте в бокал и подавайте с соломинкой. Лед для напитка, которым вы планируете угощать своих гостей, предлагаем приготовить по специальному рецепту: в формочки для льда разложите цельные зерна кофе, залейте их кипяченой водой и заморозьте. «Начиненные» таким образом кубики льда очень красиво смотрятся в коктейле, являются одновременно и его составляющей, и украшением.

### **Вариант 2**

*Требуется (на 1 порцию): 2 ч. л. кофе, 1 ч. л. сахара, 1/2 стакана воды, минеральная вода.*

*Способ приготовления.* Сварите крепкий кофе, растворите в нем сахар и остудите. Холодный кофе разлейте в формочки для приготовления льда, заморозьте. Кофейный лед непосредственно перед приготовлением напитка измельчите. Сложите в бокал, наполнив его на 2/3, и долейте холодной минеральной водой. Пить этот кофе нужно сразу же, пока он еще пенится.

*Вместо минеральной воды вы можете использовать шампанское, лимонад или любую фруктовую газированную воду.*

*Следует напомнить, что сладкий кофе очень медленно замерзает, поэтому целесообразнее замораживать несладкий кофе, а сахарную пудру добавлять при смешивании коктейля.*



...

### **Кофе и здоровье**

*Лучше не стоит употреблять кофе во второй половине дня, так как его возбуждающее действие продолжается несколько часов и может стать причиной бессонницы.*

### **Кофе с газированной водой**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 1 порцию): 3 ст. л. кофейного сиропа, 2 ст. л. сливок, 1 ст. л. мороженого, газированная вода.*

*Способ приготовления.* В высоком стакане для коктейлей быстро смешайте сироп и сливки, долейте газированной водой из сифона, а сверху выложите мороженое.

#### **Вариант 2 (для тех, кто не за рулем)**

*Требуется (на 1 порцию): 1/3 стакана молока, 30 г рома, 2 ч. л. сахара, 1/2 чашки крепкого кофе, 2 ст. л. сливок, газированная вода, вишня для украшения.*

*Способ приготовления.* Миксером смешайте молоко, кофе, ром и 1 ст. л. сахара, вылейте в стакан и долейте газированной минеральной водой. Сливки взбейте в крепкую пену с оставшимся сахаром, выложите поверх напитка, украсьте вишенкой. Подайте с соломинкой.

...

### **Кофейные советы**

*Для лучшего сохранения свойств кофе поставьте банку с зернами в холодильник. Бывает, что даже при таком правильном хранении, открыв посуду с кофейными зернами через некоторое время, вы заметите, что они все-таки потеряли свой специфический аромат. Для того чтобы вернуть его, переберите все зерна, очищая их от сора, высыпьте их в дуршлаг и промойте холодной проточной водой около 2—3 минут. На чистую сухую сковородку высыпьте мокрые зерна и на небольшом огне высушите их, постоянно при этом помешивая. Как только услышите легкое потрескивание, снимите сковороду с огня. В результате этой процедуры зерна обычно в достаточной мере восстанавливают утраченный аромат.*

**Вариант 3 (для торжественных случаев предлагаем приготовить напиток с оригинальным оформлением края фужера)**

*Требуется (на 1 порцию):* 30 г кофейного сиропа, 10 г коньяка, 1 ст. л. колотого льда, шампанское, вишенка и 2 кусочка ананаса для украшения.

*Способ приготовления.* Сначала подготовьте фужер для коктейля: кружок лимона нарежьте на 1/2 см и смажьте им край фужера. Можете окунуть край фужера в лимонный сок. Затем фужер переверните и поставьте в сахарный песок. Можете использовать как простой сахар, так и сахарную пудру. Особенно красиво будут выглядеть сахарные шарики. Наливая коктейль в фужер, будьте очень осторожны, чтобы жидкость не попала на край. Лучше всего воспользоваться воронкой.

В подготовленный фужер положите лед и налейте смешанный с кофейным сиропом коньяк. Фужер долейте шампанским и подавайте с нарезанными на шпажку кусочками ананаса и вишенкой.

#### **Вариант 4**

*Требуется (на 1 порцию):* 1/3 стакана черного кофе, 30 г апельсинового ликера (ликер можно заменить сиропом), 2—3 кубика льда, минеральная вода или лимонад.

*Способ приготовления.* Лед измельчите и положите в фужер. Добавьте ликер (или сироп), холодный крепкий сладкий кофе и перемешайте ложечкой. Долейте минеральной водой или лимонадом. Подайте сразу к столу, с соломинкой, украсив край фужера долькой апельсина.

...

#### ***Из жизни великих***

*Тетя Джона Леннона Мими всегда с удовольствием принимала фанатов в своем доме, показывала им комнату, в которой жил юный Джон, и обязательно угощала чашкой кофе с коржиками.*

#### **Кофе с мороженым**

#### **Кофе со сливочным мороженым**

*Требуется:* по 1/3 стакана черного кофе и молока, 1 ст. л. сахара, 2 ч. л. мороженого, лимонный сок.

*Способ приготовления.* Сварите черный крепкий кофе наиболее любимым для вас способом, исходя из расчета: 2 ч. л. кофе на стакан воды. Перемешайте кофе с молоком, добавьте сахар и размешайте до полного его растворения, сверху положите мороженое. Особый аромат этому виду кофе придадут несколько капель лимонного сока, добавленные непосредственно перед

употреблением. Украсьте его различными видами ягод или мелко нарезанными тропическими фруктами. Подайте в высоком бокале с соломинкой.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще видны очертания острова, гадающему следует задуматься над своим поведением и душевным состоянием. Он очень устал от людей, его психика перегружена и требует отдыха и разрядки. Ему следует уединиться, лучше всего выбраться отдохнуть на природу. Следует избегать общения с малознакомыми и неприятными, но нужными людьми, потому что в данный период есть вероятность существенно испортить с ними отношения.*

### **Кофе с шоколадным мороженым**

*Требуется:* 50 г шоколадного мороженого, 30 г сахарного сиропа, 1 стакан черного кофе, взбитые сливки.

*Способ приготовления.* 50 г сахара расплавьте на медленном огне с небольшим добавлением воды. Взбейте сливочное мороженое и влейте в него, непрерывно помешивая, сахарный сироп.

Переложите получившуюся массу в стакан крепкого холодного кофе и размешайте, сверху положите взбитые сливки. Хорошим дополнением для этого кофе будет охлажденная клубника.

### **Кофе «Айсберг»**

*Требуется:* 1 стакан черного кофе, 50 г мороженого (лучше всего сливочного), кусочки льда, взбитые сливки.

*Способ приготовления.* Аккуратно положите в чашку с холодным кофе кусочки льда, а сверху выложите мороженое и украсьте взбитыми сливками. Сверху положите несколько штук клубники или вишен. Напиток готов к употреблению. Подайте гостям в бокале с соломинкой.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Дэвид Духовны считает, что настоящим может быть только черный кофе, поэтому у него есть собственный рецепт приготовления этого напитка.*

*Требуется:* 1 ст. л. молотого кофе, 2 ч. л. растворимого кофе, 15 г кофейного экстракта, несколько кофейных зерен, 10 г коньяка, 20 г сока.

*Способ приготовления.* Молотый кофе высыпьте в турку, как только вода начнет закипать. После закипания к молотому кофе добавьте растворимый и

*кипятите еще 1—2 минуты. Снимите с огня и настаивайте под закрытой крышкой 10—15 минут. На дно чашки положите несколько кофейных зерен и залейте их настоявшимся кофе, после чего добавьте в напиток коньяк, смешанный с кофейным экстрактом. Когда кофе немного остынет, влейте в него натуральный сок без мякоти, желательно апельсиновый или персиковый. Пейте исключительно в горячем виде.*

### **Холодный кофе с молоком**

*Требуется:* 1 стакан молока, по 2 ст. л. кофейного сиропа и мороженого, лимонный сок и корица по вкусу.

*Способ приготовления.* Смешайте кофе и сахарный песок в пропорции 1:1, получившуюся массу растопите на медленном огне с небольшим добавлением воды. Охладите кипяченое молоко, влейте в него остывший кофейный сироп и тщательно перемешайте. Положите в напиток мороженое и еще раз перемешайте до однородной массы. Придайте небольшую пикантность этому виду кофе, добавив в него несколько капель свежесжатого лимонного сока или щепотку корицы. Подайте напиток охлажденным. В качестве гарнира предложите порезанные колечками апельсины или бананы, а также различные ягоды.

### **Кофе со сгущенным молоком**

*Требуется:* 1 стакан черного кофе, 3—4 ст. л. сгущенного молока, кубики льда, шоколад.

*Способ приготовления.* Сварите стакан крепкого кофе и охладите его, положите сгущенное молоко и взбейте получившуюся массу с помощью миксера. Подайте этот напиток к столу с несколькими кубиками льда, а также соломинкой.

При желании вы можете разнообразить этот рецепт, насыпав в уже приготовленный напиток небольшое количество тертого шоколада.

...

### **Кофейные истории**

*Поспорили русские и американцы, кто сможет выпить ведро черного кофе. Американцы подыскали здоровенного представителя негроидной расы. Налил он чашечку, другую, третью... выпил ведро и свалился. Русский залпом сразу осушил почти целое ведро, осталось полчашки, но больше не захотел. Как его друзья ни уговаривали, как ни пугали, мол: «Не*

*подводи нас, родненький, выпей ты еще полчашки!» – но так и не смогли уговорить и проиграли спор. На следующий день афроамериканец умер. «Вот видите, ребята, как вреден кофеин, поэтому нужно кофе пить в меру!» – резонно заметил русский.*

### **Кофе «Гейзер»**

*Требуется:* 1 стакан черного кофе, 2 ст. л. сгущенного молока, щепотка ванили, кубики льда.

*Способ приготовления.* Сварите крепкий черный кофе, охладите и вбейте в него сгущенное молоко и ваниль до образования массы однородной консистенции. Получившуюся смесь взбейте в миксере, добавьте несколько кубиков льда и сразу подайте к столу. В качестве гарнира лучше всего подойдут тропические плоды, например киви, либо чуть солоноватая выпечка (крекер). Этот десерт очень хорошо подчеркнет легкий привкус ванили, утолит жажду и даст возможность насладиться изысканным вкусом.

...

### **Из жизни великих**

*Юрий Башмет сравнивал пристрастие к кофе с табачной зависимостью: «Кофеин, никотин... ужас! Пора вести здоровый образ жизни!» Он при свидетелях заявил однажды, что бросит курить и часто пить кофе в день, когда у него появится собственный бассейн в новом доме на Николиной горе. Дом и бассейн наконец построили – слово пришлось сдержать. Однако вскоре он вернулся к своим пристрастиям.*

### **Взбитый кофе**

*Требуется (на 4 порции):* 1 стакан черного кофе, 2 стакана молока, 2 ст. л. смородинового или вишневого варенья, кубики льда.

*Способ приготовления.* Сварите стакан крепкого кофе, охладите. Смешайте его с холодным молоком. Добавьте варенье – смородиновое или вишневое – и взбейте смесь в миксере до однородного состояния. Разлейте напиток в бокалы, охладите его и, бросив несколько кубиков льда, подайте к столу. Предложите к кофе мелко нарезанные фрукты или воздушный крекер.

...

### **Кофе и здоровье**

*Кофе в супружеской постели способен придать особые ощущения любящим друг друга людям, пробудить желание и чувства, придать ночи особую энергетику. Также кофе может повлиять на пол будущего ребенка.*

*Установлено, что чашка кофе в постели повышает возможность рождения мальчика.*

### **Холодный кофе с вареньем**

*Требуется (на 1 порцию): 1/2 стакана черного кофе, 1 ч. л. смородинового варенья и 1 ст. л. сахара.*

#### **Вариант 1**

*Способ приготовления.* В холодный крепкий кофе добавьте сахар и варенье, тщательно перемешайте, чтобы растворился весь сахар, процедите и перелейте в стакан. При желании можете положить кубик пищевого льда.

*Летом, когда свежей ягоды много, вместо варенья используйте фруктовые соусы, муссы.*

*Требуется: 1/2 стакана ягоды (вишни без косточек, малины, земляники), 1 ст. л. столового вина, 50 г сахара, корица, лимон.*

*Способ приготовления.* Ягоду залейте вином, добавьте сахар, настаивайте около часа, затем налейте столько воды, чтобы она покрывала ягоды, и доведите до кипения, но не варите. Смесь протрите сквозь сито, всыпьте пряности и снова доведите до кипения, остудите.

...

#### **Кофейные советы**

*Лучше всего хранить кофейные зерна в посуде из стекла. Стекло как вещество не вступает в контакт с зернами кофе, не передает им запаха тех зерен, которые хранились в этой посуде ранее. Для кофейных зерен очень вреден и контакт с жирами, от этого их также может защитить посуда из стекла.*

#### **Вариант 2**

*Способ приготовления.* В холодный крепкий кофе добавьте 1 ст. л. «скороспелого» варенья (в нем нет косточек, его не нужно дополнительно процеживать). Разлейте напиток в чашечки и подайте к столу.

### **Болгарский холодный кофе**

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 1 порцию): 50 г кефира, 1/3 стакана черного кофе, 5 кусков сахара и 1 ст. л. сливок, шоколадная стружка.*

*Способ приготовления.* Все ингредиенты тщательно смешайте миксером, хорошенько охладите в морозильной камере. Непосредственно перед подачей перелейте в высокий стакан для коктейля и украсьте шоколадной стружкой.

### **Вариант 2**

*Требуется (на 1 порцию):* 250 г пахты, 1 ч. л. растворимого кофе, 2 ч. л. фруктового сиропа, лед.

*Способ приготовления.* Пахту и кофе смешайте, добавьте сироп, все взбейте в миксере и подайте к столу в стакане, положив при желании кубики льда.

Этот напиток незаменим в жаркую погоду, так как хорошо охлажденная пахта прекрасно утоляет жажду и насыщает.

...

### ***Из жизни великих***

*Физик и изобретатель Алессандро Вольта никогда не пил сладкий кофе и считал, что чем больше в чашке сахара, тем меньше там кофе.*

## **Холодный шоколадный кофе**

### **Вариант 1**

*Требуется (на 4 порции):* 6 ч. л. молотого кофе, 100 г шоколада, 3 ч. л. сахара, 2 стакана молока, 4 ст. л. взбитых сливок.

*Способ приготовления.* Шоколад измельчите, например, натрите на терке, предварительно продержав около 30—50 минут в морозильной камере. Шоколадную стружку смешайте с молотым кофе и 1/3 стакана молока, нагревайте, пока шоколад не растворится. Не доводя до кипения, влейте оставшееся молоко, добавьте 2 ч. л. сахара и взбейте теплую смесь миксером. Остудите, еще раз взбейте и разлейте в стаканы. Сливки взбейте миксером в отдельной посуде с 1 ч. л. сахара, украсьте ими напиток и сразу же подавайте к столу.

### **Вариант 2**

*Требуется (на 4 порции):* 30 г горького шоколада, 2 стакана черного кофе, 100 г сахара, 3 ст. л. сливок, щепотка корицы.

*Способ приготовления.* Шоколад измельчите, сложите в кастрюлю и растворите в нескольких ложках воды на водяной бане. Добавьте кофе, сахар, сливки, корицу и тщательно все перемешайте, поставьте на некоторое время в холодильник. Непосредственно перед подачей разлейте в стаканы и украсьте

шоколадной стружкой.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий в кофейной гуще видит стену, ему следует задуматься о своих отношениях с близкими людьми. Вполне возможны конфликты и непонимание. Лучше всего в общении с ними сдерживать свои отрицательные эмоции, не показывать злобы и раздражительности, а если этого не получается, какое-то время избегайте общения.*

### **Кофе с желтком**

Этот напиток готовится как с алкоголем, так и без: в его состав обязательно входят яичный желток, различные молочные продукты. Его следует подавать в высоких бокалах с соломинкой, в менее торжественной обстановке можете ограничиться обычными кофейными чашками.

#### **Вариант 1**

*Требуется (на 1 порцию): 1 ч. л. кофе натурального, 1/2 яичного желтка, сахар.*

*Способ приготовления.* Приготовьте обычным способом кофе, перелейте его в высокий бокал и украсьте взбитым в пену яичным желтком.

#### **Вариант 2**

*Требуется (на 2 порции): 1 стакан молока, 1 ч. л. растворимого кофе, 3 ч. л. сахара, 30 г кофейного ликера, лед.*

*Способ приготовления.* Отделите желток от белка, разотрите желток с сахаром, всыпьте растворимый кофе и постепенно, тонкой струйкой влейте кипящее молоко. Подготовленную смесь охладите, взбейте и добавьте ликер. Разлейте в высокие стаканы. Положите в них по кусочку льда. Подайте с соломинкой.

...

### **Кофейные советы**

*Этот напиток лучше всего подайте в стаканах для сока или виски, в небольших бокалах, очень холодным. Словом, перед подачей максимально их охладите. Некоторые ценители коктейлей с этой целью рекомендуют ставить стаканы на 30 минут в холодильник или на 5—10 минут в морозильную камеру, чтобы напиток дольше оставался холодным. Можете охладить бокалы, наполнив их на некоторое*



*время кубиками льда. Перед подачей лишние кубики удалите.*

### **Вариант 3**

*Требуется (на 4 порции): 2 желтка, 2 стакана черного кофе, 4 ч. л. сахарной пудры, 100 г сливок.*

*Способ приготовления.* Желтки взбейте миксером с 2 ч. л. сахарной пудры. Горячий крепкий кофе смешайте с 50 г сливок, остудите и разлейте в чашки. На поверхность в каждую чашку положите ложкой немного желтка, подождите, когда он разойдется по поверхности. В центр внесите взбитые отдельно с 2 ч. л. сахарной пудры сливки. Подайте к столу с соломинкой и кофейной ложечкой.

### **Вариант 4**

*Требуется (на 1 порцию): желток, 1/3 стакана кофе (из расчета 12 г молотого кофе на 60—80 мл воды), по 1 ст. л. молока и сметаны, 2 ч. л. сахарной пудры.* *Способ приготовления.* Смешайте желток, кофе, сахарную пудру и сметану, взбейте миксером, перелейте в высокий стакан, добавьте молоко и сразу же подавайте к столу.

...

#### **Рецепты от знаменитых**

*У Мэрилин Монро также существовал свой способ приготовления этого напитка.*

*Требуется: 1 ч. л. молотого кофе, 50 г сливок, 15 г коньяка, корица, сахар.*

*Способ приготовления.* 1 ч. л. молотого кофе насыпьте в кофеварку и залейте холодной водой, не доводите до кипения и налейте в чашку, добавьте 1 ст. л. крутого кипятка. В кофе осторожно влейте коньяк дорогой марки. Сливки взбейте с сахаром до полного загустения и выложите в чашку с кофе. Белую массу, образовавшуюся на поверхности напитка, посыпьте корицей и сахарной пудрой. Кофе получится достаточно сладким и не слишком крепким.

## Кофе по-арабски

*Требуется:* 1 кусок колотого сахара, 1/2 стакана воды, 1 ч. л. кофе.

Существует несколько способов приготовления кофе по-арабски.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Люди, которые наряду с кофе потребляют и такие напитки, как какао или чай, а также лекарства, содержащие кофеин, должны быть осторожны, так как количество поступающего в организм вещества может превысить допустимое.*

### **Вариант 1**

*Способ приготовления.* В джезву положите кусок сахара и залейте холодной водой на 3/4 объема. Поставьте на огонь и доведите содержимое до кипения. Как только содержимое вскипит, снимите с огня и засыпьте кофе. Помешайте ложкой, опять поставьте на

огонь и снова доведите до кипения. После этого снимите с огня и долейте воды, снова поставьте на огонь. Когда кофе закипит, снимите с огня и, не остужая, подайте к столу.

### **Вариант 2**

*Способ приготовления.* Джезву заполните холодной водой до половины и поставьте на огонь. Доведите до кипения, после этого снимите и положите сахар, снова поставьте на огонь и доведите до кипения.

В кипящий раствор засыпьте молотый кофе, тщательно помешивая его ложкой. Доведя до кипения, долейте воды так, чтобы джезва была полной, и снова доведите до кипения. Снимите с огня и брызните на содержимое 3—4 капли холодной воды. Подождите, пока отстоится гуща. Готовый кофе разлейте в специальные кофейные чашки. Готовый напиток подайте к столу.

...

### **Кофейные советы**

*Не стоит запивать кофе различные лекарства, так как их взаимодействие с кофеином может дать самые неожиданные результаты.*

### **Кофе по-мексикански**

*Требуется:* 5 ч. л. кофе, 3 ч. л. какао, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Измельчите порцию жареных зерен до состояния мелкого порошка, предварительно смешав с небольшим количеством какао.

Налейте в кофейник стакан холодной воды, засыпьте в него смесь молотого кофе и какао, поставьте на медленный огонь и нагревайте, не доводя до кипения.

Напиток разлейте в чашки. Можете подать кофе в глиняном кувшине или в специальном кофейнике.

### **Кофе «Солнечная мексика»**

*Требуется:* 6 ч. л. натурального кофе, 2 ч. л. какао, 3 ч. л. сахара, яичный желток.

*Способ приготовления.* Смешайте необходимое количество молотого кофе с какао в пропорции 1:3. В кофейник налейте холодную воду и засыпьте смесь кофе и какао. Поставьте кофейник на небольшой огонь и варите, не доводя до кипения. Осторожно разбейте куриное яйцо и отделите желток от белка. Яичный желток (один желток расходуется примерно на две-три чашки кофе) смешайте с небольшим количеством сахарного песка

и взбивайте специальным венчиком, постепенно добавляя оставшийся сахар. Сваренный кофе разлейте в маленькие чашечки.

...

### **Из жизни великих**

*Много ходит всяких разговоров о полезности или вредности кофе. А вот французский писатель и долгожитель Фонтенель говорил о кофе так: «Это медленный яд. Если я пью его уже восемьдесят лет и еще не умер, значит, он действительно действует медленно».*

### **Кофе по-варшавски**

*Требуется:* 5 ч. л. кофе, 1/5 стакана топленого молока, 3/4 стакана воды, сахар.

Этот традиционный польский напиток, несомненно, придаст вам бодрость и хорошее настроение.

*Способ приготовления.* В кофейник налейте воды чуть меньше, чем при варке обычного кофе, и поставьте его на медленный огонь. Засыпьте молотый кофе и доведите до кипения.

Полученный напиток процедите, добавьте в него несколько капель холодной кипяченой воды, чтобы гуща осела. Влейте топленое молоко и положите сахар по вкусу. Затем нагрейте на небольшом огне до кипения. Сразу же снимите с огня и, разлив в чашечки, подавайте к столу.

### **Кофе «Польша»**

Это один из самых оригинальных способов приготовления кофе.

*Требуется:* 5 ч. л. кофе, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Вскипятите в чайнике небольшое количество воды. Чашки для кофе ошпарьте кипятком. Всыпьте в них по несколько чайных ложек (в зависимости от желаемой крепости напитка) свежемолотого черного кофе. Залейте кофе кипятком и хорошо перемешайте. Как только на поверхности напитка образуется легкая пенка, накройте чашки блюдцем. Настаивайте около 7—8 минут. Чтобы осела гуща, налейте в чашки по 1 ч. л. холодной воды.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если гадающий видит в кофейной гуще линию, из этого изображения можно сделать вывод о длине его жизни, о ее насыщенности событиями, об ударах, которые его ожидают. Если линия прямая, длинная и широкая, жизнь будет продолжительной, интересной,*

насыщенной событиями. Если линия очень часто прерывается пунктиром, в жизни будет очень много ударов и неудач. Если линия узкая, жизнь человека будет скучна и однообразна.

### **Кофе по-венски**

*Требуется:* 5 ч. л. кофе, 3/4 стакана воды, 4 ст. л. сливок, 30 г шоколада, 3 ч. л. сахара, щепотка ванилина.

*Способ приготовления.* В кофейник залейте холодную воду и поставьте его на небольшой огонь, доведите до кипения, насыпьте нужное количество молотого кофе. Варите на медленном огне, не доводя до кипения.

Сливки вместе с сахаром и ванилином хорошо взбейте при помощи вилки, для лучшего результата используйте венчик.

Разлейте готовый кофе в чашки, положите сверху взбитые сливки с сахаром и ванилином в форме горки. Натрите часть шоколадной плитки на терке и насыпьте шоколад на поверхность напитка. Готовый напиток подайте к столу.

### **Кофе «Австрийский»**

*Требуется:* 5 ч. л. кофе, 1 стакан воды, 3 ч. л. сахара, 30 г сливок.

*Способ приготовления.* Сварите черный кофе, как обычно.

Разлейте в чашки. Влейте в чашку немного сливок, не перемешивая. Для того чтобы полностью следовать зарубежным традициям, сахар подайте на отдельном блюдце.

...

### **Рецепты от знаменитых**

*Жан Клод Ван-Дамм предпочитает крепкие напитки, поэтому и при приготовлении кофе он добавляет в него смесь алкогольных напитков.*

*Требуется:* 2 ч. л. молотого кофе, 1 ч. л. растворимого кофе, 15 г кофейного мусса, 20 г мороженого, по 1 ч. л. бренди, виски, рома, мускатный орех.

*Способ приготовления.* В кипящую воду засыпьте молотый кофе и кипятите 5—7 минут, после чего дайте настояться еще 10—12 минут. Когда кофе достаточно настоится, снова поставьте его на огонь, предварительно добавив растворимый кофе, и доведите до кипения. После этого разлейте напиток в чашки. Кофейный мусс смешайте с подтаявшим мороженым, добавьте туда же бренди, виски и ром, все это взбейте, а затем влейте в горячий кофе. Мускатный орех добавьте для придания напитку

*особого аромата. Можете положить его на дно чашки или сверху, на взбитую пену.*

### **Кофе по-египетски**

*Требуется (на 1 порцию): 1 ст. л. молотого кофе, 3/4 стакана воды.*

*Способ приготовления.* Воду налейте в кофейник, вскипятите. В кипящую воду всыпьте молотый кофе, перемешайте и доведите до кипения, а образовавшуюся пену слейте в чашку. Снова нагрейте кофе до появления пены, снимите кофейник с огня и слейте пену в чашку. Повторите процедуру еще раз, затем кофе вместе с осадком перелейте в чашку, куда собирали пену, сразу же подайте к столу.

Кофе по-египетски пьют очень крепким и несладким, однако при желании вы можете добавить сахар в воду до ее закипания. Готовый кофе, разлитый в чашки, нельзя перемешивать, поэтому ложки не подаются.

...

### **Кофе и здоровье**

Целебные свойства кофе отнюдь не выдумки и даже не преувеличенные слухи. Так, например, больные таким заболеванием, как атеросклероз, могут позволить себе пить кофе «ведрами», то есть в довольно значительной ежедневной норме. Оптимальный вариант составляет норма, равная пяти чашкам за день. Это позволит поднять уровень доброкачественного холестерина в крови, что способствует развитию эластичности стенок кровеносных сосудов.

### **Кофе по-румынски**

*Требуется (на 4 порции): 6 ч. л. кофе, по 4 ч. л. сахарной пудры и сахарного песка, 2 ч. л. какао, 1,5 стакана воды, щепотка ванили, взбитые сливки.*

*Способ приготовления.* Кофе, сахар, какао смешайте в кофейнике, залейте холодной водой, поставьте на огонь. Нагревайте на медленном огне, непосредственно перед закипанием снимите с огня и разлейте в чашки. В каждую добавьте немного ванилина, украсьте взбитыми с сахарной пудрой сливками.

Для гостей советуем сварить черный несладкий кофе с какао, а сахар, взбитые сливки и ванилин подать отдельно, чтобы каждый из приглашенных приправил свой кофе по собственному вкусу.

...

### **Кофе и здоровье**

*Кофеин содержится даже в таких напитках, как кока-кола, причем в довольно значительной дозе. Следует также иметь в виду, что действие кофе может быть*

*весьма разрушающим для здоровья курильщиков, которым лучше сократить употребление этого напитка или вовсе исключить его.*

### **Кофе «Голливуд»**

*Требуется (на 4 порции): по 2 ст. л. какао и сахарной пудры, по 1 стакану молока и воды, 6 ч. л. молотого кофе, 2 ч. л. молотого миндаля или 2 сладких миндальных ореха, щепотка соли. Этот кофе вы можете приготовить двумя способами:*

#### **Вариант 1**

*Способ приготовления. Кофе залейте водой и варите обычным способом, то есть нагревая и снимая с огня 2—3 раза. Отдельно вскипятите молоко. В другой кастрюльке смешайте какао и сахар, залейте небольшим количеством молока и хорошо перемешайте, а затем добавьте оставшееся молоко и щепотку соли.*

*Смесь поставьте на огонь и кипятите примерно 10 минут. Снимите с огня, энергично взбейте миксером или венчиком вручную до однородной, пузырящейся массы. Затем добавьте кофе и продолжайте взбивать. Еще горячий напиток разлейте в чашки и украсьте взбитыми с сахарной пудрой сливками.*

*Усилить аромат и вкус напитка вам поможет жареный миндаль. Орешки облейте кипятком, снимите с них кожицу и нарежьте тонкими пластинками, обжаривайте на сковороде без масла до золотистого цвета, остудите и украсьте напиток.*

*В домашних условиях миндаль очень сложно нарезать тонкими пластинками, однако в магазинах вы найдете уже готовые листочки миндаля. Обжарьте их, и ароматное и вкусное украшение для вашего кофе готово.*

...

#### **Кофейные советы**

*Измельчив кофейные зерна в порошок, перед непосредственным приготовлением напитка вы можете этот порошок поджарить. Высыпьте молотый кофе на сковороду и добавьте в него соли на кончике ножа. Немного поджарьте, непрерывно перемешивая. Эта процедура способна улучшить аромат свежемолотого кофе и вернуть ему приятный запах, утраченный за время хранения.*

#### **Вариант 2**

*Способ приготовления. Кофейный порошок смешайте с какао,*

сахаром и залейте холодной водой. Варите обычным способом, в готовый кофе добавьте щепотку соли и молотый миндаль, все перемешайте и дайте настояться несколько минут, затем взбейте в густую пену. В это время в отдельной посуде вскипятите молоко. Взбитую какао-кофейную массу разложите в чашки, залейте горячим молоком и, не перемешивая, подайте к столу, украсив взбитыми сливками.

Вместо миндальных орехов можете использовать миндальное молоко. Его следует добавлять в уже готовый кофе по 1—2 ч. л. на порцию.

Миндальное молоко вы также можете приготовить в домашних условиях.

*Требуется:* 200 г сладкого миндаля и 10 г горького миндаля.

*Способ приготовления.* Орехи погрузите на минуту в кипяток, затем снимите с них кожицу, измельчите, смешайте и начните толочь в ступке. Через некоторое время в ступке появится жидкость. Долейте в нее немного воды и продолжайте толочь миндаль. Получившуюся в результате беловатую жидкость слейте, снова добавьте в ступку воды и повторите все еще и еще раз. Из указанного количества миндаля в результате переработки должно получиться не менее 4 стаканов миндального молочка. Храните его в плотно закупоренных бутылках в холодильнике.

...

### ***Из жизни великих***

*Артист Евгений Миронов старается вести здоровый образ жизни, но кофе пьет постоянно – так, по его мнению, легче выдержать сумасшедший темп, в котором он живет.*

## **Кофе по-явански**

### **Вариант 1**

*Требуется (на 2 порции):* по 1 ч. л. какао и натурального кофе, 2 ч. л. сахара, 1 ст. л. сливок, 1,5 ч. л. сахарной пудры, по 1/2 стакана молока и холодной воды.

*Способ приготовления.* Смешайте какао с 1 ч. л. сахара, хорошенько разотрите, добавив немного молока. Молоко вскипятите и введите в него, непрерывно помешивая, смесь какао с сахаром, доведите напиток до кипения. Кипятите 5 минут, затем снимите с огня.

Кофе смешайте в кофейнике с 1 ч. л. сахара, залейте холодной водой и сварите обычным способом. Смешайте горячий кофе и какао, разлейте в чашки и украсьте отдельно взбитыми с сахарной пудрой сливками.



## Вариант 2

*Требуется (на 1 порцию):* по 2 ч. л. какао и растворимого кофе, 1 ст. л. сливок, по 1 ч. л. сахара и сахарной пудры, 1/2 стакана молока, 1/2 ч. л. ванильного сахара.

*Способ приготовления.* В холодное молоко добавьте какао, растворимый кофе, сахар и ванильный сахар, взбейте миксером до полного растворения сахара и налейте в стакан. Украсьте напиток взбитыми с сахарной пудрой сливками.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще прорисовывается окно, гадающего в самом ближайшем будущем ждут хорошие новости и положительные перемены. Вывод о том, насколько масштабны они будут, можно сделать, исходя из размера и количества окон. Чем больше они, тем перемены и новости значительней.*

## Вариант 3

*Требуется (на 1 порцию):* 2 ч. л. молотого кофе, 1 ст. л. сгущенного молока с какао (готовый продукт), 2 кусочка сахара-рафинада, 1,5 ст. л. сливок.

*Способ приготовления.* Сварите обычным способом крепкий несладкий кофе. В горячий напиток добавьте сахар, какао со сгущенным молоком, все перемешайте и перелейте в чашку. Сливки взбейте в пену в отдельной посуде без добавления сахара, выложите в чашку и сразу же подайте к столу.

### **Французский крем-кофе**

*Требуется (на 4 порции):* 2 стакана молока, 150 г сахара, 4 ст. л. сливок, 1 стакан крепкого кофе.

## Вариант 1

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения, добавьте сахар, кипятите 5 минут, снимите с огня и добавьте сливки. Отдельно сварите обычным способом крепкий кофе. Взбейте молоко с сахаром миксером, добавьте кофе, перемешайте и разлейте в большие чашки. Готовый напиток подайте к столу.

...

### **Кофе и здоровье**

*Следующее наблюдение медиков наверняка понравится тем, кто желает похудеть. Оказывается,*

*кофеин может помочь решить эту проблему. Дело в том, что он увеличивает уровень циркуляции жирных кислот, в результате чего они быстрее окисляются. Он усиливает метаболизм жиров и помогает людям избавиться от лишнего жира. Однако это вовсе не означает, что следует начать активное потребление этого напитка, – в этом случае эффект будет прямо противоположным. Дело в том, что кофеин возбуждает аппетит, и потому только люди, не привыкшие к кофе, могут добиться хороших для фигуры результатов, употребляя этот напиток.*

## **Вариант 2**

*Способ приготовления.* Смешайте молотый кофе и сахар и сварите кофе обычным способом. В отдельной посуде взбейте сливки. Постепенно, тонкой струйкой введите в сливки теплое молоко и теплый кофе и продолжайте взбивать до тех пор, пока не получится пышная, пенящаяся масса. Перелейте кофе в подогретые чашки и подайте к столу.

## **Французский кофе ройал**

*Требуется:* 50 г коньяка, 3 ч. л. натурального кофе, 1/2 стакана воды, сахар, нежирные сливки.

*Способ приготовления.* Сварите кофе. В маленький ковшик налейте 25 г коньяка, добавьте 1/5 стакана горячего кофе, перемешайте, поставьте на медленный огонь и доведите до кипения, подливая коньяк и кофе. Вылейте в глубокую чашку, из которой будете пить, положите и хорошо размешайте необходимое вам количество сахара. Сливки тщательно взбейте до образования густой пены и положите сверху. Можете остудить в холодильнике и подавать с шоколадными конфетами с коньяком.

## **Австралийский кофе с приправами**

*Требуется (на 4 порции):* 4 ломтика апельсиновой цедры размером 7х1 см, 4 ломтика лимонной цедры размером 2х1 см, 20 штук гвоздики, 2 ст. л. натурального кофе, 4 стакана воды, 2 ч. л. желтого сахара.

Кофе с приправами можно приготовить двумя способами. Но самое главное – время приготовления кофе несколько увеличивается, чтобы пряности и цукаты могли обогатить его вкус.

...

## **Из жизни великих**

*Самый богатый человек в мире американец – Билл*

*Гейтс пьет кофе ежедневно, но понемногу. Он не считает себя гурманом и может пить даже растворимый кофе, выбор диктуется соображениями удобства.*

### **Вариант 1**

*Способ приготовления.* Сахар в маленькой медной кастрюльке нагревайте на медленном огне до тех пор, пока он не приобретет светло-коричневого оттенка. Кусочки цедры, кофе и гвоздику положите на дно кофеварки, залейте холодной водой и настаивайте 20 минут. Затем поставьте кофеварку на медленный огонь, доведите кофе до кипения, снимите с огня и вновь нагрейте до появления пены. Снимите с огня, разлейте в подогретые кружки для глинтвейна. Отдельно подайте жженный сахар. Его добавляйте в кофе по своему усмотрению.

### **Вариант 2**

*Способ приготовления.* Положите апельсиновые и лимонные корочки с гвоздикой на дно электрической кофеварки капающего типа. Заварите кофе так, чтобы капли падали на специи. Готовому кофе дайте настояться 5 минут, разлейте в кружки. Нагревайте напиток на паровой бане еще 10 минут, затем добавьте сахар по вкусу.

### **Кофе «Нью-Орлеан»**

*Требуется:* по 2/3 стакана кофе, молока и сливок.

*Способ приготовления.* В небольшой кастрюльке смешайте все ингредиенты, добавьте воды. Приготовленную смесь поставьте на огонь и нагрейте, не доводя до кипения. Как только кофе будет готов, разлейте его в теплые чашки и подайте к столу. Для улучшения аромата можете добавить щепотку какао.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще виден силуэт моста, это говорит о том, что гадающий человек находится в хорошем расположении духа, открыт для общения и контактов. Сейчас ему свойственна дипломатичность. В этот период он установит выгодные контакты, сумеет решить самые сложные конфликты. Он готов оказать помощь близким и друзьям.*

### **Кофе «Нью-Орлеан» с белым вином**

*Требуется (на 2 порции):* по 2/3 стакана кофе, молока и сливок, 100 г белого вина.

*Способ приготовления.* В небольшой кастрюльке смешайте первые три компонента и, залив водой, поставьте на огонь. Не доводя до кипения, снимите с огня. Приготовленный кофе разлейте в чашки и в каждую из них добавьте по 50 г белого вина.

### **Средиземноморский кофе**

Специи, используемые в рецепте, усиливают яркий вкус кофе итальянской поджаренности.

*Требуется (на 8 порций):* 4 стакана кофе (приготовленного из зерен итальянской поджаренности), 50 г сахара, 1/4 стакана шоколадного сиропа, 4 палочки корицы, по 1/2 ч. л. гвоздики и семян аниса, 1/2 чашки взбитых сливок, ломтики апельсина и лимона.

*Способ приготовления.* Соедините первые шесть компонентов в кастрюльке для варки кофе и, залив водой, поставьте на огонь. Как только смесь закипит, убавьте огонь, чтобы кофе немного покипел. Готовый кофе поровну разлейте в теплые кружки, а сверху украсьте взбитыми сливками, положите дольки лимона или апельсина.

...

### **Кофе и здоровье**

*Что касается влияния кофе на сон, то мнения специалистов на этот счет весьма неоднозначны. Воздействие кофеина на разных людей также различно: некоторые не могут заснуть, даже если выпьют всего лишь одну чашку декофеинизированного кофе, другие же не ощутят никакого влияния на свой сон.*

### **Средиземноморский кофе с ванилью**

*Требуется (на 4 порции):* 4 стакана кофе (приготовленного из зерен итальянской поджаренности), 40 г сахара, 1/6 стакана шоколадного сиропа, 4 палочки корицы, по 1/2 ч. л. гвоздики и семян аниса, завернутых в марлю, 8 ст. л. взбитых сливок, ломтики апельсина и лимона, щепотка ванили.

*Способ приготовления.* Смешайте все требуемые компоненты и, добавив воду, поставьте на огонь. Доведя смесь до кипения, убавьте огонь и продолжайте варить до готовности. Готовый кофе разлейте в чашки, сверху положите взбитые сливки и посыпьте ванилью. И завершающий этап – в каждую из чашек положите дольки лимона и апельсина. Подайте к столу в горячем виде.

## Кофе «Европа»

*Требуется:* 1 яичный белок, 1/4 ч. л. ванили, 3 ч. л. натурального кофе, 2 ст. л. смеси портера с пивом.

*Способ приготовления.* Взбейте яичный белок с ванилью и распределите поровну на две порции в теплые кружки. Затем мелко молотый кофе залейте водой, поставьте на огонь и доведите до кипения. Пока варится кофе, в отдельной кружке смешайте портер с пивом (в соотношении 1:1). Добавьте свежесваренный крепкий кофе и смесь портера к яичному белку. Белок должен сразу всплыть. После этого подайте готовый напиток к столу.

...

### **Кофейные советы**

*Не употребляйте кофе, если вы выпили какой-либо напиток, содержащий алкоголь. Химические реакции, в которые вступает алкоголь и кофеин в вашем организме, очень вредны для здоровья. Более того, кофе способствует усилению обезвоживания организма, вызываемого употреблением алкоголя, и делает более тяжелым состояние похмелья.*

### **Кофе «Европа» с красным вином**

*Требуется (на 2 порции):* яичный белок, 1/4 ч. л. ванили, 20 г натурального кофе, 1,5 стакана воды, 2 ст. л. вина.

*Способ приготовления.* Отделите яичный белок от желтка и взбейте его с ванилью, эту смесь разделите на две части и положите в теплые кружки. Кофе залейте водой и поставьте на огонь. Как только он закипит, разлейте в приготовленные кружки, добавьте сюда же красное вино и перемешайте. Подайте к столу.

### **Кофе «Европа» с лимоном**

*Требуется:* 1 яичный белок, 1/4 ч. л. ванили, 1 стакан кофе, 2 ч. л. сока лимона.

*Способ приготовления.* В белок добавьте ваниль и тщательно взбейте. Эту массу распределите поровну между двумя чашками и залейте ее горячим крепким кофе, добавьте лимонный сок. В каждую из них положите по ломтику лимона.

...

### **Из жизни великих**

*Сейчас привычно приглашать на чашечку кофе, а вот раньше приглашение на кофе было проявлением чрезвычайного расположения. Естественно, получали такие приглашения нечасто, это считалось великой честью.*

### **Кофе «Африка»**

*Требуется (на 4 порции): 6 ч. л. кофе, 2 стакана воды, 1 ч. л. какао-порошка, щепотка молотой корицы, 40 г коньяка, сахар по вкусу.*

*Способ приготовления.* Молотый кофе насыпьте в кофеварку, залейте горячей водой и варите на спиртовке. Как только кофе закипит в первый раз, снимите его с огня, добавьте корицу, растертый с сахаром какао-порошок, дважды нагрейте над спиртовкой до кипения, но не кипятите.

Готовый напиток горячим разлейте в чашки, влейте в каждую по 1 ст. л. коньяка и сразу же подавайте гостям. Поскольку сахар кладется в этот кофе по вкусу, сварите несладкий кофе, сахар подайте отдельно.

При желании поэкспериментируйте со вкусом кофе, сваренным по данному рецепту. Например, подайте его не с коньяком, а с водкой или джином, ромом, ликером.

### **Кофе «Индия»**

*Требуется (на 4 порции): 10 ч. л. натурального кофе, 4 чашки кипятка, 8 ч. л. сахара, 4 гвоздички, цедра апельсина, 30 г рома, сливки.*

### **Вариант 1**

*Способ приготовления.* Апельсин обдайте кипятком и натрите его цедру на мелкой терке. Смешайте ром и апельсиновую цедру и поставьте на 20—40 минут в холодильник, чтобы ром приобрел легкий вкус и аромат апельсина.

Молотый кофе залейте кипятком, доведите до кипения и снимите с огня. Пять минут настаивайте, затем разлейте в чашки. В каждую положите по 2 ч. л. сахара, по гвоздичке, настаивайте на паровой бане еще 5 минут.

Подайте к столу, рядом с каждой чашкой поставьте ром в маленькой рюмке и сливки в молочнике.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще человек видит циферблат часов, ему следует поторопиться. Возможно, он запланировал какое-то важное дело, но время, благоприятное для свершения задуманного, уходит. И может случиться, что благоприятный период больше не вернется, поэтому с задуманным придется распрощаться. Но если человек примет к сведению полученную с помощью гадания информацию, ему не придется потом сожалеть о времени, потраченном впустую.*

### **Вариант 2**

*Способ приготовления.* Молотый кофе залейте нужным количеством горячей воды и настаивайте 5 минут на водяной бане, затем разлейте в чашки. В каждую положите по 2 ч. л. сахара, по гвоздичке и влейте по 1 ч. л. коньяка, насыпьте немного тертой цедры апельсина. Сливки подайте отдельно.

### **Вариант 3**

*Способ приготовления.* Молотый кофе смешайте с сахаром, залейте кипятком и доведите на медленном огне до кипения. Снимите с огня, добавьте сахар, гвоздику и еще два раза доведите напиток до кипения, каждый раз снимая с огня и не давая ему кипеть.

Готовый горячий кофе разлейте в чашки, влейте в каждую по 1 ч. л. коньяка. В отдельной посуде взбейте в пену сливки без сахара, подготовьте цедру апельсина (если используете не свежую, а сухую цедру, измельчите ее в кофемолке или кухонном комбайне в порошок). Украсьте каждую порцию кофе взбитыми сливками. Сверху посыпьте цедрой апельсина.

...

### **Кофе и здоровье**

*Распространенное мнение о том, что кофе перебивает сон, на самом деле лишено смысла, хотя люди, подверженные проблемам в этой области, обычно предпочитают не пить кофе вообще. Интересно, что постоянные потребители кофе не испытывают изменений в качестве и продолжительности своего сна.*

### **Кофе «Ориент»**

*Требуется (на 4 порции):* 8 ч. л. кофе, 3 ст. л. меда и стакан воды.  
*Способ приготовления.* Растворите мед в воде, вскипятите в отдельной посуде. В кофейник положите молотый кофе, залейте горячим медовым настоем, поставьте на огонь и доведите до



кипения. Снимите с огня и дайте кофе настояться под крышкой в каком-нибудь теплом месте (можно на водяной или паровой бане). Разлейте в чашки и подайте к столу.

Для приготовления этого напитка используйте монофлерный цветочный мед, то есть мед, полученный из нектара какого-нибудь одного растения. Ароматнее светлые сорта меда, например акациевый, липовый, донниковый. Каждый из них придаст кофе неповторимый, своеобразный вкус.

Если же вы хотите не только насладиться вкусом и ароматом напитка, но и одновременно поправить свое здоровье, скажем, подлечить простуженное горло, используйте темный гречишный мед, который богат минеральными веществами, представляет большую ценность для организма. А чтобы максимально сохранить целебные свойства напитка, не кипятите воду с медом, отдельно сварите несладкий кофе, а мед положите в уже готовый напиток или пейте вприкуску с ним.

...

### **Кофейные советы**

*Сорта кофе отличаются некоторыми нюансами вкуса и аромата, а также содержанием в них кофеина. Обычно кофе в зернах содержит не менее 1 % кофеина от общей массы кофе, а растворимый кофе – не менее 4 %.*

### **Кофе мокко по-арабски**

*Требуется (на 4 порции): 6 ч. л. кофе, 3 ч. л. сахара или 3 куска рафинада.*

*Способ приготовления.* Потребуются 2 кофейника (керамических или фарфоровых, так как именно фарфор и керамика, нагревшись до определенной температуры, долгое время способны удерживать тепло). В один из кофейников залейте воду и нагрейте ее до кипения, всыпьте молотый кофе, перемешайте и кипяток перелейте в другой подогретый кофейник.

Подогреть кофейник можно так: залейте в него кипяток и дайте ему постоять 3—5 минут, затем кипяток вылейте. Можете нагреть кофейник на водяной бане – поставьте его в емкость с горячей водой и немного подержите в ней, подогревая на небольшом огне. С керамическим кофейником эту процедуру (переливание напитка из одного сосуда в другой) повторите не менее 2 раз. В последний (третий) раз кофейник нагрейте до кипения кофе, снимите с огня и держите под крышкой 5 минут в тепле. Чтобы кофе быстрее «прояснился», то есть быстрее выпал осадок, добавьте в него несколько капель воды.

Для сервировки кофе подайте в этом же кофейнике или перелейте в другой подогретый сосуд. Разливая такой кофе в чашки, будьте

осторожны, так как в носике кофейника часто появляется осадок (остатки пены), который не дает ему литься. Подайте кофе мокко по-арабски горячим. Не забудьте предложить сладости и ледяную воду, разлитую в бокалы. Бокалы эти должны иметь особую форму песочных часов, благодаря которой даже в самый жаркий день вода в них дольше сохраняется холодной.

...

### ***Из жизни великих***

*У нас если хотят подчеркнуть свое уважение к человеку, сажают его за обедом на самое почетное место, и все блюда подаются ему в первую очередь. На Востоке уважение показывается по-другому: в первую очередь почетному гостю подается чашка горячего кофе.*

## **Кофе по-казацки**

### **Вариант 1**

*Требуется: 6 кофейных зерен, 1 стакан воды, по 25 г красного крепленого вина и пшеничной водки, 30 г сахара.*

*Способ приготовления.* Кофейные зерна лучше измельчите, залейте нужным количеством холодной воды. Полученную смесь доведите до кипения на медленном огне.

*Снимите с огня и немного остудите. Как только кофе немного остынет, добавьте в него в строгой последовательности красное вино, водку и только после этого сахар.*

*Этот кофе, как и все напитки, содержащие алкогольные экстракты, оказывает сильное действие (учащение сердцебиения, повышение артериального давления), поэтому не рекомендуем употреблять его в больших количествах.*

*Существует иной способ приготовления кофе по-казацки, несколько отличающийся от предыдущего количеством и пропорциями добавляемых ингредиентов, а также добавлением небольшого количества ароматных трав.*

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение цветка, в скором времени человеку предстоят большие жизненные перемены в лучшую сторону. Может быть, его ждет удачное знакомство, может быть, он найдет хорошую работу. В любом случае, неприятности пока ему не грозят.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 1 ст. л. натурального кофе, 1 ч. л. сухой душицы обыкновенной, 1/2 ч. л. сухих листьев лимонника, 50 г красного вина, 50 г пшеничной водки.

*Способ приготовления.* Кофе смешайте с сухими листьями душицы обыкновенной и лимонника и залейте 2 стаканами горячей воды. Непрерывно помешивая, доведите до кипения на медленном огне. Настаивайте 5—8 минут. Процедите через марлю. После этого добавьте сахар и подайте к столу.

Такой кофе на травах очень полезен для здоровья, но при употреблении в небольших количествах. Он улучшает работу сердечно-сосудистой системы и предотвращает развитие склероза.

### **Кофе по-бразильски**

#### **Вариант 1**

*Требуется:* 16 г черного молотого кофе, 1 ч. л. какао, 2 ч. л. сахара, 50 мл белого рома, 150 г сливок, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Смешайте какао с сахаром, положите в кипящую воду. Постепенно добавляйте в кипящее какао кофе. Когда напиток покипит 10—15 минут, снимите его с огня и процедите через очень мелкое ситечко.

В готовый напиток добавьте сахар по вкусу и разлейте в чашки. После этого влейте в каждую чашку небольшое количество теплого рома. Сверху украсьте взбитыми сливками.

...

#### **Кофе и здоровье**

*Существует мнение, что только определенное количество кофе может дать желаемый эффект бодрости и прибавить сил. Вот почему не следует злоупотреблять этим божественным напитком. Что же касается нормы кофе, то у каждого человека она индивидуальна.*

#### **Вариант 2**

*Требуется:* 10 ст. л. кофе, 2 ч. л. какао, 2 стакана молока, 25 г белого вина, 2 ст. л. рома, 5 ст. л. сахара, взбитые сливки.

*Способ приготовления.* Кофе, какао и сахарный песок разведите с небольшим количеством теплого молока. Полученную смесь соедините с оставшимся молоком и доведите до кипения. Немного подогрейте вино и ром и соедините их с полученной смесью. Взбейте сливки при помощи миксера до образования густой пены. Затем готовый напиток разлейте в чашки, немного украсьте сверху сливками и сразу же подайте к столу.

...

### **Кофейные советы**

*При приготовлении кофейного напитка по восточным рецептам используйте джезву, в которую перед началом варки положите весь сахар, который необходим для кофе.*

### **Ириш кофе**

*Требуется:* 50 г ирландского виски (можно любого), 3—4 ч. л. крепкого натурального кофе, 4 ч. л. сахара, 1/2 стакана воды, 4 ст. л. свежих сливок.

*Способ приготовления.* Сварите кофе. В теплый бокал налейте виски, дайте ему немного согреться. Затем залейте горячим кофе, добавьте сахар, помешивая, тщательно растворите его. Сливки взбейте миксером до такой степени, чтобы они стали нежными и воздушными. Положите их на кофе.

## **Глава 13**

### **Экзотический кофе**

### **Ржаной кофе**

*Требуется (на 1 порцию):* по 3 ч. л. семян ржи и сливок, 2 ч. л. сахара.

*Способ приготовления.* Крупные семена ржи тщательно просейте и прожарьте на жаровне. Хорошо прожаренные зерна измельчите. Залейте кипятком 2—3 ч. л. полученной смеси и кипятите около 5 минут. Отфильтруйте кофе через мелкое металлическое ситечко (чем мельче будут отверстия, тем лучше).

*Пейте напиток горячим сразу после приготовления, добавив сахар и сливки.*

...

### **Из жизни великих**

*Русский писатель Федор Иванович Тютчев писал в своих воспоминаниях, что в юности он влюбился в одну девушку именно в тот момент, когда она предложила ему чашку кофе.*

### **Холодный ржаной кофе**

*Этот рецепт незаменим жарким летом, когда так не хочется обжигать горло горячим напитком, а тело жаждет прохлады.*

*Требуется (на 1 порцию):* 4—5 ч. л. семян ржи, 1 ст. л. сгущенного

молока, кубики льда.

*Способ приготовления.* Приготовьте напиток аналогично предыдущему рецепту, но с одной лишь оговоркой: кофе должен получиться несколько крепче. Для этого увеличьте количество смеси до 3—4 ч. л. Когда отфильтруете гущу, добавьте в кофе сгущенное молоко и размешайте до полного его растворения, затем поставьте его в прохладное место для охлаждения. Положите в бокал кубики льда и залейте их холодным напитком.

### **Цикориевый кофе**

Чтобы приготовить натуральный, самый вкусный цикориевый кофе, корни этого растения лучше добыть прямо из земли. Выкапывать их следует в конце сентября.

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если человек видит в кофейной гуще изображение мешка, его ждут большие хозяйственные хлопоты. Вполне возможно, ему предстоит обмен квартиры, покупка или благоустройство дачи или дома. Если же человек далек от подобных покупок, то, скорее всего, он вынужден будет под давлением каких-то обстоятельств затеять ремонт в своем доме или предпринять другие аналогичные действия.*

### **Вариант 1**

*Требуется:* (на 1 порцию) корень цикория, 2 ч. л. сахара, 3 ч. л. сливок, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Очистите корень от кожуры и просушите, оставив его в теплом, сухом месте на несколько дней.

Просушенный корень обжарьте до золотистого оттенка, нарежьте на кубики размером 2—3 мм и измельчите дальше.

1 ч. л. полученной заварки залейте кипятком и кипятите на небольшом огне 5 минут. Процедите через ситечко, добавьте сахар и сливки.

Если вы собираетесь перекусить, наилучшим дополнением для этого кофе будет горячий бисквит или английская сдобная булка с мармеладом.

### **Вариант 2**

*Требуется (на 1 порцию):* 50 г сливок, 4 ч. л. сахара, 1 г ванилина, 15 г шоколада, 1 стакан воды, 1 ч. л. цикориевого кофе, шоколадная стружка.

*Способ приготовления.* Вскипятите воду, залейте кофе и кипятите 5 минут, затем процедите через ситечко и добавьте сахар. Сливки предварительно взбейте с оставшимся сахаром и ванилином и украсьте ими напиток. Сверху посыпьте шоколадной стружкой.

...

### **Кофейные советы**

*Обычно кофе подается к столу разлитым в чашки. Если же вы готовите напиток в джезве, разливайте кофе уже на столе, предварительно разложив в чашки пену, кофе не процеживайте.*

## **Желудевый кофе**

### **Вариант 1**

*Требуется:* несколько желудей, 3 ч. л. сливок, 2 ч. л. сахара. Для приготовления настоящего желудевого кофе лучше собрать желуди самостоятельно, осенью. Но собирайте обязательно зрелые.

*Способ приготовления.* Желуди очистите от кожуры, разрежьте их на 4 дольки. Далее пропаривайте их на водяной бане в течение 12 часов, слейте воду и просушите дольки в духовке. Затем тщательно обжарьте просушенные дольки (но не на тефлоновой сковороде!) и измельчите их в порошок. На 1 стакан кипятка возьмите 1—2 ч. л. полученной заварки. Кипятите смесь 5 минут, затем добавьте сахар и сливки.

Если же вам захочется сделать напиток более экзотическим, таинственным, манящим, в начале варки добавьте в кофе немного измельченных специй – отлично подойдут гвоздика, кориандр, но все же воздержитесь от экспериментов с кайенским перцем.

...

### **Кофейные истории**

*Во Франции недавно подсчитали, что из всех французов, пьющих кофе, 55 % выпивают хотя бы одну чашку кофе по утрам, 60 % – по вечерам и 30 % – перед сном. И это несмотря на то, что кофе отнюдь не способствует расслаблению.*

### **Вариант 2**

Холодный кофе, приготовленный по этому рецепту, обладает чудесным вкусом и отлично утоляет жажду даже в самый жаркий полдень.

*Требуется (на 1 порцию):* 2—3 ч. л. желудевого кофе, по 1 стакану воды и молока, 3 ч. л. сахара, 1 г ванильного сахара, 2—3 ст. л. сливочного мороженого.

*Способ приготовления.* Вскипятите воду, заварите кофе и кипятите 5 минут. Процедите напиток, добавьте сахар и дайте ему остыть.

Как только кофе остынет, смешайте его с очень холодным молоком, положите ванильный сахар и мороженое. Затем вылейте эту смесь в миксер и взбейте. Разлейте в стаканы, при желании добавьте лед.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще изображена книга, это означает, что пришла пора проанализировать свои поступки. Любой поступок, сделанный человеком, влечет за собой длинную череду благоприятных (или не очень) последствий. И в данный момент нужно особенно тщательно обдумывать все свои действия, чтобы потом не исправлять трагических ошибок.*

### **Кофе «Десертный»**

*Требуется (на 4 порции):* 8—10 ч. л. натурального кофе, 50 г крепкого коньяка, по 1/2 стакана воды и молока, желток, 2 ч. л. сладкого фруктового сиропа, молотые кофейные зерна, 2 ст. л. сливок.

*Способ приготовления.* Вскипятите молоко. Сварите кофе. В подходящей посуде смешайте горячее молоко и кофе, затем постепенно влейте коньяк, тщательно размешайте. Желток взбейте с фруктовым сиропом. Постепенно смешайте с готовой смесью. Возьмите 4 фужера и в каждый на 3/4 налейте кофе. Сливки хорошо взбейте, заполните ими 1/3 объема всех фужеров с кофе. Сверху посыпьте напиток мелко размолотыми кофейными зернами.

### **Кофе «Апельсиновый аромат»**

*Требуется:* 1/2 стакана воды, 4 ч. л. натурального кофе, 1/2 стакана апельсинового сока, апельсин, 50 г любого сладкого ликера, сахар, кубики льда.

*Способ приготовления.* Сварите кофе, добавьте и растворите немного сахара, поставьте в холодильник. Апельсин очистите и разделите на дольки. Смешайте охлажденный кофе и апельсиновый сок, добавьте ликер и кубики льда. Разлейте кофе в два фужера и украсьте его дольками апельсина.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Поскольку отношение к напитку всегда было противоречивым, в настоящее время существуют две*

*официальные версии о пользе или вреде кофеина на организм человека. Каждая из них заключает в себе определенный смысл.*

### **Кофе «Фруктовый рай»**

*Требуется:* 1/2 стакана воды, 10—12 ч. л. натурального кофе, немного сахара, по 1/5 стакана черносмородинового, клубничного и яблочного соков, клубника.

*Способ приготовления.* В турке вскипятите воду и засыпьте в нее натуральный кофе. Как только кофе начнет подниматься, снимите его на минуту с огня, потом поставьте обратно. Когда пена начнет подниматься вновь, опять снимите с огня. Готовый кофе процедите, добавьте и растворите сахар, поставьте в холодильник. Смешайте в одной посуде соки (можно использовать уже готовый сок ассорти). Ягоды клубники промойте, высушите и порежьте на четвертинки. В готовый холодный кофе влейте сок, хорошо перемешайте, разлейте в 3 бокала, сверху украсьте кусочками клубники.

### **Нежный молочный кофе с бананами**

*Требуется:* 1 стакан молока, 6 ч. л. натурального кофе, 4—5 ч. л. сахара, 2 банана, 4 ст. л. свежих сливок.

*Способ приготовления.* В турке вскипятите молоко и засыпьте кофе. Как только он начнет подниматься, снимите его на минуту с огня, затем поставьте обратно. Когда пена начнет подниматься вновь, снимите опять с огня. Дайте кофе отстояться, снимите пену, процедите, растворите сахар. Бананы очистите и сделайте из мякоти кашицу, смешайте ее со сливками и тщательно взбейте миксером. Охлажденный кофе разлейте в два высоких фужера и сверху положите сливки с бананами.

...

### **Кофейные советы**

*К кофе, приготовленному в джезве, не подается сахар, так как его достаточно в самом напитке. Не используются и ложки, так как перемешивать такой кофе не рекомендуется – он не процежен, гуща может подняться со дна.*

### **Медовый кофе с чесноком**

*Требуется:* 1/2 стакана воды, по 3 ч. л. натурального кофе и меда, зубчик чеснока.

*Способ приготовления.* В турке вскипятите воду и засыпьте в нее



кофе. Как только кофе начнет подниматься, снимите его на минуту с огня, затем поставьте обратно. Когда пена начнет подниматься вновь, снимите его с огня опять. В чашку положите мелко натертый зубчик чеснока и тщательно разотрите его с медом, залейте отстоявшимся кофе, размешайте, дайте настояться 10—15 минут, процедите. Подавайте и горячим, и холодным, лучше без сахара.

### **Кисломолочный кофе**

*Требуется:* 1 стакан воды, 1,5 стакана кислого молока, простокваши или кефира, 8—10 ч. л. натурального кофе, 4 яичных желтка, 100 г сахара.

*Способ приготовления.* В турке вскипятите воду и засыпьте в нее кофе. Как только кофе начнет подниматься, снимите его на минуту с огня, затем поставьте обратно. Когда пена начнет подниматься вновь, опять снимите кофе с огня. Растворите в нем сахар и поставьте в холодильник. Кислое молоко хорошо взбейте миксером с 4 яичными желтками до получения кремовой массы. Влейте в нее кофе и хорошо перемешайте.

...

### ***Из жизни великих***

*Неизвестно, пила ли кофе французская королева Мария-Антуанетта, но один из лучших рецептов, дошедших до наших дней, называется ее именем. То ли его действительно придумала она, то ли один из ее поклонников посвятил ей свое лучшее творение.*

### **Кофе с черным перцем**

*Требуется:* 2 г черного перца, 5 ч. л. натурального кофе, 2,5 стакана воды, сахар.

*Способ приготовления.* В турку насыпьте черный перец, кофе, перемешайте, залейте половиной стакана воды, поставьте на огонь, кипятите 5—7 минут, оставьте на 5 минут. Долейте еще стакан воды и снова кипятите 5—7 минут. Отставьте напиток на несколько минут, чтобы он потомился. Вылейте в турку оставшуюся воду и прокипятите еще 10—15 минут. Перед выключением можете добавить сахар по вкусу (лучше немного). Сразу же разлейте в бокалы и подайте к столу (можно с острыми блюдами).

...

#### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если человек видит в кофейной гуще изображение машины, ему предстоит дальняя поездка или путешествие. Возможно даже, что путешествие предстоит в самом скором времени, но до последнего*

момента о нем никто даже не будет и предполагать.

## Глава 14

### Кофе из СВЧ

#### Шоколадный мятный кофе

##### Вариант 1

*Требуется (на 4 порции):* 12 г кофе в зернах, 1/3 ч. л. мятной приправы, 5 г какао без сахара.

*Способ приготовления.* Смешайте зерна кофе и необходимое количество мяты. Полученную смесь поставьте в духовку и запекайте при небольшой температуре (90—100 °С).

Через час выньте смесь из духовки и остудите, а затем измельчите в кофемолке до образования мелкого порошка. Добавьте порошок какао и тщательно перемешайте. Смесь пересыпьте в любую герметично закрывающуюся посуду и поставьте в холодильник на верхнюю полку на час.

Чтобы заварить из порошка кофе, возьмите 1 ст. л. смеси и залейте ее 1/2 стакана горячей воды.

...

##### **Кофе и здоровье**

*Несмотря на то что во влиянии кофе и чистого кофеина есть много общего, имеется и ряд особенностей, из-за наличия которых часто возникают различные поводы для споров. Дело в том, что влияние кофе на организм человека несколько иное, чем влияние на него чистого кофеина. Это следует иметь в виду не только любителям напитка, но и тем, кто не сомневается в его вредности.*

##### Вариант 2

*Требуется:* 12 г черного кофе в зернах, 10 г молочного шоколада и 1/2 ч. л. мятной приправы.

*Способ приготовления.* Молочный шоколад растопите на небольшом огне, добавьте в него мятную приправу. Доведите смесь до кипения, медленно помешивая. Снимите с огня. Затем сварите на слабом огне кофе, накройте его крышкой, чтобы он настаивался 10—15 минут. Добавьте в напиток полученную смесь, хорошо перемешайте и подайте к столу в горячем виде.

В данном случае молоко добавлять не рекомендуется, так как оно меняет вкус, перебивая аромат мятной приправы.

## Кофе со смородиной

### Вариант 1

*Требуется:* 150 г кофе в зернах, 50 г смородины, 3 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Обжарьте немного кофейные зерна в духовке или на сковороде при невысокой температуре (80 – 110° С). Через 15—20 минут достаньте и немного охладите их.

Измельчите зерна в кофемолке, но помол не должен быть очень мелким, в противном случае кофе может получиться мутным и пить его будет, мягко говоря, неприятно.

Смешайте кофе со смородиной и залейте горячей водой, затем поставьте на медленный огонь и доведите до кипения. Добавьте сахар, и пусть все это покипит 2—3 минуты.

Снимите с огня и дайте настояться, накрыв крышкой на 10—15 минут. Разлейте в чашки и украсьте сверху любимым фруктовым мороженым (но, конечно, лучше всего для этой цели подойдет смородиновое). Сразу же подайте к столу, чтобы мороженое не успело растаять.

Можно совершенно иначе приготовить этот кофе. Способ несколько проще и быстрее предыдущего.

...

#### **Кофейные советы**

*Для того чтобы кофейный напиток не утратил свой вкус и аромат, подавать его к столу рекомендуется в специальных кофейных чашках. Они имеют несколько меньший размер, чем обычные чайные чашки, допустимые только для кофе с какими-либо добавками – молоком, сливками, мороженым.*

### Вариант 2

*Требуется:* 200 г кофейных зерен, 50 г смородины и 75 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Измельчите зерна, чтобы кофе получился крупного или среднего помола. Сварите его на небольшом огне, прокипятив 2—3 минуты. Снимите с огня и накройте крышкой. Хорошо вымойте смородину и просушите ее, рассыпав на полотенце. Подождите, пока смородина высохнет, и разомните ее вилкой. Смешайте смородину с сахарной пудрой и взбивайте миксером на малой скорости в течение 3—5 минут. Полученную массу выложите в какую-нибудь небольшую красивую форму и поставьте на стол.

Разлейте охлажденный кофе в небольшие чашечки и подайте к столу. Непосредственно перед употреблением добавьте в кофе 1—

2 ч. л. смородины и размешайте.

## Мускатный кофе

### Вариант 1

*Требуется (на 6 порций):* 50 г зерен кофе, 12 ч. л. сахара, 6 ч. л. муската, 8 ст. л. рома.

*Способ приготовления.* Чтобы кофе получился ароматным и крепким, слегка обжарьте кофейные зерна на раскаленной докрасна сковороде. Охладите, измельчите и сразу же залейте их 1,5 л теплой воды, так как кофе очень быстро впитывает посторонние запахи. Затем сварите кофе на небольшом огне. Готовый кофе поставьте в холодное место для остывания. Размельчите мускат в ступке пестиком. Кофемолка не подойдет, так как мускат получится слишком мелким.

Когда кофе остынет, смешайте его с мускатом, затем влейте туда необходимое количество рома и добавьте сахар. Полученную массу взбивайте в миксере на самой высокой скорости 2—3 минуты.

Разлейте кофе в чашки, добавив в каждую из них по 2—3 кусочка льда, и подайте к столу.

Если у вас нет мускатного ореха, можете использовать мускатное масло. В таком случае рецепт будет выглядеть следующим образом.

...

#### ***Из жизни великих***

*В XIX веке в дворянской России кофе стал модным напитком. Пить его означало принадлежать если не к богемной верхушке общества, то уж по крайней мере к интеллектуалам.*

### Вариант 2

*Требуется (на 6 порций):* 50 г кофейных зерен, 12 ч. л. сахарной пудры, 8 ст. л. рома и 3 ст. л. мускатного масла.

*Способ приготовления.* Кофейные зерна обжарьте, измельчите, сварите кофе и поставьте охлаждаться.

Сахарную пудру смешайте с мускатным маслом. Взбейте все это миксером на высокой скорости. Затем в полученную массу добавьте ром и снова взбивайте на той же скорости 1—2 минуты. Смесь положите в кофе и размешайте.

Разлейте готовый кофе в чашки и подайте его к столу.

Рекомендуем добавить в каждую чашку по несколько кусочков льда.

## Кофе с орехами

*Требуется:* 200 г кофе, 50 г арахиса.

*Способ приготовления.* Обжарьте кофе и арахис, выложив их на противень в один слой и поставив в духовку с температурой 100—150°С на 20—25 минут. Не забудьте помешивать. Далее измельчите их: кофе – до среднего помола, а арахис – до очень мелкого. Полученную массу перемешайте, пересыпьте в любую герметично закрывающуюся посуду и поставьте в холодильник. Готовя напиток, залейте 2 ч. л. смеси 1 стаканом кипятка. Сахар – по вкусу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение мужчины, нужно особенно внимательно оценить свое окружение. Данный символ не предвещает что-то плохое, наоборот, скорее всего, он говорит, что рядом находится кто-то, кто способен помочь в определенный момент, причем совершенно бескорыстно, ничего не требуя взамен.*

## Кофе со сливками

### Вариант 1

*Требуется (на 2 порции):* по 2 ст. л. кофейных зерен и сливок, 50 г молочного шоколада, 4 ст. л. сахарного песка, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Хорошо обжарьте кофейные зерна на сковороде до их потемнения не только снаружи, но и внутри (проверить это можно, раскусив одно из зерен зубами), измельчите на кофемолке. Ополосните кофейник горячей водой, засыпьте кофе и залейте горячей водой, доведите до кипения. Нарежьте шоколад небольшими кусочками и растопите его на медленном огне, внимательно следя, чтобы он не подгорел. Смешайте шоколад с сахаром и сливками и положите все это в кофе. Хорошо размешайте и взбейте миксером 2—3 минуты до однородного состояния.

Напиток разлейте в чашки, украсьте 1—2 ч. л. взбитых сливок, посыпьте мелко размолотыми кофейными зернами или же тертым молочным шоколадом. Подайте, не размешивая, вместе с маленькими ложечками.

...

### **Кофе и здоровье**

*В основном люди употребляют кофе по вполне определенным причинам, а именно – как*

*стимулирующий вкусовой напиток. В этом и есть его основное предназначение – давать энергию и бодрость. Что же касается его использования в плане лечения каких-то заболеваний, это пока вряд ли имеет широкое распространение, несмотря на тщательное изучение воздействия напитка на организм человека.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 50 г холодных сливок, 1 ч. л. молока, желток, 80 г сахара, 12 г кофейных зерен.

***Способ приготовления.*** Измельчите кофе, предварительно тщательно обжарив его, залейте горячей водой и сварите, как и в первом варианте.

Разотрите желток с сахаром и добавьте молоко. Полученную массу смешайте со сливками и взбейте миксером. Затем влейте сюда сваренный кофе и снова взбивайте в течение 2—3 минут. Перед подачей охладите в холодильнике или же добавьте в каждую чашку 2—3 небольших кубика льда.

## **Глава 15**

### **Кофейные эссенции**

#### **Стандартные**

##### **Вариант 1**

*Требуется:* 4 стакана воды, 150 г натурального кофе, 400 г сахарной пудры.

*Способ приготовления.* В кипящую воду добавьте 150 г кофе и варите 15 минут, непрерывно помешивая. Затем снимите с огня и добавьте 400 г сахарной пудры. Тщательно перемешайте и разлейте в предварительно прогретые бутылки. Закупорьте.

...

#### **Кофейные советы**

*Если перед тем как налить в чашку горячий кофе, положите на дно дольку шоколада, растворившись, шоколад придаст напитку необычный вкус. Кофе с еще более оригинальным вкусом вы получите, если положите в чашку дольку белого шоколада.*

##### **Вариант 2**

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 2 л воды – для сиропа, 250 г кофе, 2 л воды – для концентрированного кофе.

*Способ приготовления.* Положите в небольшую кастрюльку сахарную пудру и поставьте на слабый огонь. Непрерывно помешивая, доведите смесь до светло-коричневого цвета. Затем разведите этот сахар в воде и варите до получения густого сиропа. После этого приготовьте концентрированный черный кофе (250 г молотого кофе на 2 л воды). Смешайте кофе с сиропом. Стандартная кофейная эссенция готова, при желании можете ее закупорить в бутылки.

...

### ***Из жизни великих***

*Софи Лорен говорила, что нет лучшего приворотного зелья чем... обычный кофе, сваренный собственноручно. Когда мужчина его попробует, он уже никуда не денется.*

## **Холодный кофейный настой**

### **Вариант 1**

*Требуется:* 100 г молотого кофе, 1 стакан кипяченой воды.

*Способ приготовления.* Кофе залейте холодной кипяченой водой и настаивайте сутки. Настой процедите и храните в плотно закрытой посуде.

### **Вариант 2**

*Требуется:* 150 г кофейного порошка, 4 ст. л. ягод шиповника или других, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* В первую очередь приготовьте целебный отвар. Ягоды шиповника, смородины, боярышника или черноплодной рябины залейте в термосе кипятком и дайте постоять 8—10 часов. Готовый отвар остудите. Залейте кофейный порошок 2 стаканами холодного отвара и настаивайте 20 часов. Готовый кофейный настой перелейте в стерильную посуду и плотно ее закупорьте. Храните в холодном месте.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если человек видит в кофейной гуще изображение бабочки, в данный момент ему все будет удаваться легко и быстро. Он без труда справится с любыми проблемами, с честью выйдет из самой тяжелой ситуации. Поэтому разумно в настоящий момент начать выполнение какого-то сложного дела, и оно бесспорно завершится самым благоприятным образом.*



### **Кофейный сироп**

*Требуется:* 200 г кофе, 1,5 стакана воды, 750 г сахара.

*Способ приготовления.* Сварите очень крепкий кофе привычным для вас способом. Для сиропа растворите 750 г сахара в небольшом количестве воды, помешивая на огне, добавьте кофе и варите до загустения. Готовность кофейного сиропа определяется следующим образом: каплю сиропа капните в стакан с холодной водой. Если сироп готов, капля не расплывется по воде.

### **Мятный кофейный сироп**

*Требуется:* 2 ст. л. листьев мяты, 3 стакана воды, 600 г сахара, 200 г молотого кофе.

*Способ приготовления.* Высушенные или зеленые листья залейте кипятком и дайте настояться. Затем в этом отваре растворите 600 г сахара и поставьте на маленький огонь. Отдельно приготовьте крепкий кофе из 2 стаканов воды и 200 г кофе: кипящей водой залейте порошок, хорошо перемешайте и плотно закройте крышкой на 10 минут. Смешайте кофе с мятным сиропом и варите на медленном огне 15 минут, непрерывно помешивая. Готовый продукт остудите и разлейте в стерильные бутылочки, чтобы при необходимости можно было очень быстро приготовить вкусный мятный кофе.

...

### **Кофе и здоровье**

*Влияние кофе на центральную нервную систему весьма широко. Содержащийся в нем кофеин является своеобразным раздражителем, который возбуждает и нормализует работу центральной нервной системы.*

### **Кофейный холодный напиток**

*Требуется:* 2 ч. л. кофе, 3 ч. л. сахара, сливки, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Заварите кофейный порошок крутым кипятком, дайте немного постоять. Остудите и поместите в морозилку. Холодный кофе разлейте в стаканчики, немного не доливая доверху. Затем в каждый стаканчик положите взбитые сливки, заправленные по вкусу ванильным сахаром. Подайте к столу.

### **Ореховый сироп**

**Вариант 1**

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 4 л кипяченой воды, по 250 г молотого натурального кофе и грецких орехов.

*Способ приготовления.* Сахарную пудру поставьте на слабый огонь. Непрерывно помешивая, нагревайте до тех пор, пока она не станет светло-коричневого цвета. После этого долейте воду и варите до густого сиропа. Тем временем тщательно вымойте орехи, измельчите их, добавьте в сироп и варите еще 25—30 минут.

После этого сварите концентрированный кофе из 250 г молотого натурального кофе и 2 л кипяченой воды. Смешайте горячий кофе с ореховым сиропом. Разлейте в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

...

### ***Кофейные советы***

*Многие любят крем-кофе за его необычную консистенцию и нежный вкус. Приготовить его в домашних условиях достаточно просто. Для этого сваренный с сахаром кофе смешайте в определенной пропорции со сливками, взбитыми в крепкую пену.*

### **Вариант 2**

*Требуется:* 1 л воды, 150 г натурального кофе, 400 г сахарной пудры, 100 г грецких орехов.

*Способ приготовления.* В кипящую воду засыпьте молотый натуральный кофе, измельченные грецкие орехи и варите на слабом огне 20—25 минут, непрерывно помешивая. Затем снимите с огня, добавьте сахарную пудру, перемешайте, немного охладите, разлейте в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

### **Вариант 3**

*Требуется:* 200 г молотого натурального кофе, 1 л воды, 750 г сахара, 50 г грецких орехов.

*Способ приготовления.* Вскипятите 0,5 л воды, добавьте в нее молотый натуральный кофе, измельченные грецкие орехи и варите 15 минут на слабом огне.

В оставшейся воде растворите сахар, добавьте полученный сироп в кофе и поставьте на огонь. Варите до готовности. Сироп готов тогда, когда капля сохраняет свою форму и не растворяется в холодной воде.

...

### ***Из жизни великих***

*Хилари Клинтон признается, что в тяжелые времена*

*она каждый день поила своего супруга кофе, сваренным по «фирменному» рецепту семьи: «Немного специй, в определенной пропорции добавленных в кофе, бодрят, а вот кофе со сливками, наоборот, расслабляет».*

### **Малиновый кофейный сироп**

#### **Вариант 1**

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 2 л кипяченой воды, 250 г молотого натурального кофе, 300 г малины.

*Способ приготовления.* Непрерывно помешивая, нагревайте сахарную пудру до светло-коричневого цвета. После этого налейте воду и варите до образования густого сиропа. Тем временем малину разомните, положите в сироп и варите еще 25—30 минут. После этого сварите концентрированный кофе из 250 г молотого натурального кофе и 2 л воды. Смешайте кофе с малиновым сиропом. Разлейте сироп в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

#### **Вариант 2**

*Требуется:* 1 л воды, 150 г молотого натурального кофе, 400 г сахарной пудры, 100 г малины.

*Способ приготовления.* В кипящую воду засыпьте молотый натуральный кофе, давленную малину и варите на слабом огне 20—25 минут, непрерывно помешивая. Затем снимите с огня, добавьте сахарную пудру, перемешайте, немного охладите, разлейте в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

...

#### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение женщины, это может предвещать самые разные последствия. Если гадающий – мужчина, изображение женщины обещает ему пылкую страсть, увлечение. А если гадающая – женщина, ей нужно быть как можно осторожнее. Вероятно, в ее жизни появилась или скоро появится соперница, недоброжелательница.*

#### **Вариант 3**

*Требуется:* 200 г молотого натурального кофе, 1 л воды, 750 г сахара, 100 г малины.

*Способ приготовления.* Вскипятите 0,5 л воды, добавьте в нее

молотый натуральный кофе, раздавленную малину и варите 15 минут на слабом огне.

В оставшейся воде растворите сахар, добавьте полученный сироп в кофе и поставьте на огонь. Варите до готовности. Сироп готов тогда, когда его капля сохраняет свою форму и не растворяется в холодной воде.

### **Кофейный сироп с ромом**

#### **Вариант 1**

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 2 л кипяченой воды, 250 г молотого натурального кофе, 200 г рома.

*Способ приготовления.* Непрерывно помешивая, нагрейте пудру до светло-коричневого цвета. Налейте воду и варите до тех пор, пока не получите густой сироп. Добавьте в него ром и варите еще 25—30 минут.

После этого сварите концентрированный кофе из 250 г молотого натурального кофе и 2 л кипяченой воды. Смешайте кофе с сиропом. Разлейте сироп в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

...

#### ***Кофе и здоровье***

*Кофеин в физиологическом отношении считается замечательным тонизирующим средством, так как он устраняет вялость, сонливость, апатию, безразличие, улучшает работу органов чувств, ускоряет передачу нервного возбуждения.*

#### **Вариант 2**

*Требуется:* 1 л воды, 150 г молотого натурального кофе, 400 г сахарной пудры, 150 г рома.

*Способ приготовления.* В кипящую воду засыпьте молотый натуральный кофе, ром и варите на слабом огне 20—25 минут, непрерывно помешивая. Затем снимите с огня, добавьте сахарную пудру, перемешайте, немного охладите, разлейте в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

#### **Вариант 3**

*Требуется:* 200 г молотого натурального кофе, 1 л воды, 750 г сахара, 150 г рома.

*Способ приготовления.* Вскипятите половину воды, добавьте в нее молотый натуральный кофе, ром и варите 15 минут на слабом огне.

В остальной воде растворите сахар, добавьте полученный сироп в кофе и поставьте на огонь. Варите до готовности. Сироп готов, если его капля сохраняет свою форму и не растворяется в холодной воде.

...

### **Кофейные советы**

*Некоторые специи вы можете добавить непосредственно в кофе перед варкой. Другие же, например семена аниса, которые придадут вкусу напитка необычный оттенок, при варке опускают в кофе, предварительно завернув в марлю. Перед подачей к столу специи выньте.*

## **Кофейный сироп с коньяком**

### **Вариант 1**

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 2 л кипяченой воды, 250 г молотого натурального кофе, 250 г армянского или французского коньяка.

*Способ приготовления.* Непрерывно помешивая, нагрейте пудру до светло-коричневого цвета. Налейте воду и варите до образования густого сиропа. Добавьте в него коньяк и варите еще 25—30 минут. Сварите концентрированный кофе. Смешайте его с сиропом. Разлейте сироп в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

### **Вариант 2**

*Требуется:* 1 л воды, 150 г молотого натурального кофе, 400 г сахарной пудры, 100 г коньяка.

*Способ приготовления.* В кипящую воду засыпьте молотый натуральный кофе, коньяк и варите на слабом огне 20—25 минут, непрерывно помешивая. Затем снимите с огня, добавьте сахарную пудру, перемешайте, немного охладите, разлейте в хорошо промытые и прогретые бутылки и тщательно закупорьте.

...

### **Из жизни великих**

*Большим ценителем кофе был Вольтер. Известно, что холодная вода только подчеркивает вкус кофе. Когда однажды на светском приеме Вольтеру не подали к кофе чашку холодной воды, он немедленно оттуда ушел, не сказав ни слова. Был большой скандал. Но когда писатель все-таки объяснил, почему он так сделал, виновным в скандале посчитали хозяина дома.*

## Клубничный кофейный сироп

### Вариант 1

*Требуется:* 500 г сахарной пудры, 250 г свежей клубники (100 г клубничного варенья), 200 г натурального кофе, вода.

*Способ приготовления.* Непрерывно помешивая, обжарьте сахарную пудру на сковороде до светло-коричневого цвета. Разведите эту массу в 2 л воды, добавьте свежееотжатый сок ягод или варенье и варите на медленном огне до получения густого сиропа. Далее приготовьте сильно концентрированный черный кофе, соблюдая примерную пропорцию: 250 г кофе на 2 л воды. Готовый кофе, не охлаждая, смешайте с сиропом. Полученный продукт разлейте в прогретые бутылки и прочно закупорьте.

## Вариант 2

*Требуется:* 400 г сахарной пудры, 250 г свежей клубники (100 г клубничного варенья), 150 г кофейного порошка, вода.

*Способ приготовления.* Разведите в 1 л кипящей воды кофейный порошок и кипятите его 15 минут. Затем снимите с огня и, не дожидаясь охлаждения, добавьте в кофе сахарную пудру и свежееотжатый сок ягод или варенье. Перемешайте и разлейте в хорошо вымытые и прогретые бутылки, прочно закупорьте. При употреблении кофейного напитка разведите 1—2 ч. л. эссенции в одной чашке горячей воды или горячего молока.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение барана, это означает, что данный период благоприятен для работы на природе. Можно все силы посвятить сбору урожая или возделыванию огорода, и подобные действия очень быстро принесут желаемые результаты.*

## Как подавать кофе

Кофе, в отличие от чая, является довольно молодым напитком. Культура его потребления насчитывает около десяти столетий. В Европе она началась задолго до эпохи географических открытий, во времена крестовых походов, когда средневековые рыцари приобщились к разнообразным изыскам Востока (где, следует заметить, уже достаточно давно процветал настоящий культ кофе), в числе которых оказался и этот напиток. Благодаря своему бодрящему аромату и несравненному вкусу кофе легко завоевал сердца самых разных людей и по достоинству получил звание короля среди напитков.

А знаете ли вы, кто стал первооткрывателями нашего любимого кофе? Ими оказались эфиопские пастухи причем совсем случайно. Во время пожара в лесу они почувствовали необыкновенный, неведомый ранее аромат «поджарившихся» зерен тропического кофейного дерева.

Не удивительно, что первыми ценителями королевского напитка и стали, собственно, короли, но вскоре он получил популярность и в более низких сословиях. Переходя из рук в руки, из Азии в Европу, из страны в страну, кофе только укреплял свои позиции, и везде его готовили в соответствии с собственными национальными традициями и климатическими условиями. И в результате появилось столько сортов и всевозможных способов приготовления кофе, что вряд ли кто сегодня отважится назвать себя истинным знатоком в этой области.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение треугольника, гадающего ожидает несчастная неразделенная любовь или страсть к человеку, имеющему семью. Возможна также ситуация классического любовного треугольника, когда объект страсти будет отдавать свою любовь другому человеку.*

Сегодня кофе выращивают более чем в 75 странах Африки, Азии и Латинской Америки. На протяжении многих лет Бразилия является крупнейшей страной, производящей разные сорта кофе.

Несложно догадаться, что мало правильно приготовить напиток, нужно еще уметь преподнести его, сервировать. И сейчас мы попробуем открыть вам некоторые секреты и надеемся, что они не останутся без вашего внимания.

Существуют некоторые правила, действующие независимо от места и времени. Во-первых, кофе подается только в фарфоровых или фаянсовых чашечках, а во-вторых, чашечки должны быть



маленькими и глубокими. Это не только элементы эстетики, но и знание, что большое количество данного напитка способно причинить существенный вред нашему здоровью.

Всем нам знаком сорт крепкого турецкого кофе. Он не может быть растворимым, а значит, зерна необходимо варить. Причем варят его в специальной посуде – турке. Когда кофе готов, его разливают в крошечные фарфоровые чашечки и подают, но не на стол.

Стол с успехом заменяет большая квадратная доска, похожая на шахматную. Вам не покажется это столь удивительным, если вы вспомните, что турки предпочитают сидеть на полу, скрестив по-восточному ноги. Доску ничем не покрывают, расставляя посуду на ее поверхности. Как правило, она имеет ровный однотонный коричневый тон.

...

### **Кофе и здоровье**

*Особенно интенсивно распространяется влияние кофе на высшие отделы центральной нервной системы. Это тщательно изучали в лаборатории академика И.П. Павлова. Проведенные исследования позволили сделать вывод о том, что кофеин стимулирует процессы возбуждения в коре головного мозга, что ведет к усилению общего обмена и повышению жизнедеятельности тканей организма.*

А вот посуда отличается яркой, живописной окраской. На чашечках, блюдечках и кофейнике изображены восточные сюжеты: звезды и полумесяцы, павлины с расписными хвостами или просто экзотические узоры абстрактного характера. Турецкий кофе пьют без молока и без сахара, поэтому в набор посуды не входят кувшин и сахарница. Но так как кофе очень крепкий, обязательно наличие широкого ассортимента сладостей типа рогаликов с корицей, завитушек с маком, нуги, глазированной карамели, шербета, помадки и других восточных лакомств, выложенных на широких металлических или серебряных блюдах. Шоколад обычно не подается, гораздо чаще он является ингредиентом кофе.

Как известно, общепринятое время чаепития в Англии – 5 часов вечера. Но даже эти фанатичные любители чая не прочь насладиться утренней порцией кофе. А так как англичане – большие приверженцы чистоты и порядка, то кофейные сервизы они предпочитают белого цвета или, в крайнем случае, кремового. Кофейный сервиз включает, конечно, кофейник, кувшин для молока, 4–6 чашечек и блюдечек и сахарницу. Англичане в основном предпочитают растворимый гранулированный кофе, поэтому сначала посуду расставляют на столе, а потом заваривают его в кофейнике или, если он порционный, в чашках.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение рака, это означает, что гадающий слишком много уделяет внимания своим мыслям. Ему нужно не только размышлять, но и действовать, иначе в реальной жизни он рискует ничего не добиться. Он проведет свою жизнь в мечтаниях, но они будут бесплодными, не принесут никаких полезных результатов.*

Довольно популярны всевозможные добавки (цикорий, корица), в связи с чем на столе можно заметить стеклянные или фарфоровые флакончики с дырочками для специй. Но такое встречается крайне редко, исключительно для гурманов.

В кофе можно налить 2—3 чайные ложки коньяка. Это придаст не только необычный терпкий привкус, но и некоторые целебные свойства. В этом случае ставится небольшая емкость с ложечкой для разливки коньяка.

Конечно, как и чаепитие, потребление кофе желательно дополнить десертом. Хорошим угощением могут служить пирожные, трубочки с кремом, торты, конфеты, печенье, вафли и прочее. Их раскладывают на неглубокие, средней величины тарелки и расставляют по средней линии стола.

А как же пьют кофе у нас, в России? Характерных отличий от западных стран мы не имеем, потому что климатические условия и образ жизни у нас более схожий с ними, нежели с жителями Востока. Можете сервировать стол для кофе по стандарту, можете включить свою фантазию, но в любом случае это должно выглядеть красиво и уместно.

Накройте стол скатертью, покрывающей стол целиком, свисающей по сторонам, либо небольшой, открывающей его углы. Цвет скатерти может гармонировать с кофейным сервизом, а может составлять контраст.

...

### **Кофейные советы**

*Чтобы сделать вкус кофейного напитка более мягким, в чашку с кофе добавляйте молоко или сливки.*

**Если вы убеждены, что домашний уют невозможен без гармоничного сочетания во всем, предлагаем следующий вариант.**

Положите на стол фланелевую или любую другую мягкую ткань, а затем покройте ее скатертью. Это выровняет поверхность и смягчит стук приборов.

Выбирайте скатерть песочных либо коричневых оттенков, можно в клеточку, безукоризненно чистую и выглаженную. Посуду, прежде чем выставить на стол, протрите кухонным полотенцем снаружи и

внутри.

Начните с салфеток. Они могут быть белыми или сочетаться по цвету со скатертью. Салфетки обычно сворачивают треугольником, вчетверо, пополам, трубочкой и кладут слева и справа вдоль средней линии стола или размещают в салфетницах. Внимательно посмотрите на стол и мысленно обозначьте прямую линию приблизительно в 4—5 см от края стола. По этой линии расставляйте чашки на блюдечках так, чтобы каждая из них стояла напротив стула.

Учтите, что расстояние между приборами должно быть не меньше 60—70 см. А слева от чашки не забудьте поставить тарелку для десерта. Теперь переходим к самому главному.

...

### ***Из жизни великих***

*В честь кофе писали пьесы и стихи, создавали музыкальные произведения. Например, великий композитор Иоганн Себастьян Бах написал кантату о кофе.*

На средней линии стола с одной стороны ставят кофейник, а рядом – кувшин для молока или сливочницу. С другой стороны стола располагают сахарницу, сиропницу или розеточку с медом. В центре стола можете расставить всевозможные угощения: конфетницу, блюда с тортом, пирожными, тарелочки с печеньем, вафлями и другими сладостями.

Если считаете, что пришло время внести разнообразие в семейный очаг, смело экспериментируйте! Побалуйте своих домочадцев необычной, красочной сервировкой. И не помеха, что сегодня не Рождество, ведь любой будничным день ваши руки способны превратить в праздник.

Наверное, вы решите, что для этого вам непременно придется бежать в магазин за новой скатертью и прочим. Отнюдь нет. Все вы можете отыскать у себя же дома.

К примеру, если у вас нет пестрой однотонной яркой скатерти, прекрасной заменой ей окажется... шаль. Погладьте ее и постелите на журнальный столик (не забудьте что-нибудь подстелить под нее).

Теперь расставляйте кофейные чашечки на блюдцах, но, учитывая, что стол небольшой, расстояние от края можете сократить. Главное, чтобы приборы стояли устойчиво, а сидящим за столом было удобно ими пользоваться.

...

### ***Из жизни великих***

*На Востоке раньше одним из самых изысканных видов казни была чашечка кофе с бриллиантовым порошком. Смотрелось это красиво, а исход непременно оказывался летальным.*

Салфетки тоже могут иметь художественную окраску или рисунок. Подобные совсем нетрудно отыскать на торговых лотках. Такие салфетки смотрятся очень симпатично, да и по цене они доступны всем.

**Кофейник, молочник и сахарница расставляются, как и в первом варианте. Опять-таки, принимая во внимание маленькую площадь, достаточно подать одно большое блюдо с выпечкой и конфетницу. Мы уверены, что такой сюрприз понравится вашим близким и поднимет всем настроение.**

Существует большое разнообразие праздничных кофейных сервизов, так что выбор остается за вами. Поймите свое настроение, представьте, какую атмосферу хотелось бы вам создать в доме, и приступайте.

Классика. Белые чашечки с изящным золотым узором и такие же блюдца с кофейником будут выглядеть особенно благородно на белоснежной скатерти и послужат достойным завершением любого семейного торжества или приема.

Магия. Ноты Востока будут слышаться вам в каждой глотке кофе, если вы выберете набор, на темно-синем фоне миниатюрных приборов которого мерцают серебристые звездочки, создающие с напитком поистине неземное сочетание.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще просматривается изображение лошади, это означает, что гадающего окружают в большинстве своем честные и благородные люди. И если он подозревает кого-то из своих знакомых в неблагородных намерениях, он ошибается. Поэтому ему нужно самым внимательным образом относиться к людям, чтобы никого не обидеть и не нарушить гармонию во взаимоотношениях.*

Фантазия. Керамическая посуда терракотовых и оранжевых тонов с широкими чашечками с закругленными вовнутрь краями и в таком же стиле блюдами подарит веселое настроение и будет по достоинству оценена вашими друзьями.

Традиционно. Большинство хозяек и по сей день отдают предпочтение привычному кофейному сервизу теплых коричневых тонов. Так приятно, сидя летним вечером на балконе, насладиться кофе из таких же чашечек, из которых сам Петр I впервые попробовал этот замечательный напиток.

Кстати, если пьете кофе не дома, а на даче, можете и там творчески оформить уголок для этого приятного времяпрепровождения. С сервизами вы вряд ли будете экспериментировать, а вот относительно скатерти с радостью

дадим вам несколько советов.

Стол в саду или в беседке украсят скатерти из плотного льняного полотна желтого, красного или апельсинового цветов. Они не только порадуют глаз, но и придадут очарование вашему отдыху на природе.

У вас очень маленький столик? Не беда, без досок и топора его можно зрительно увеличить, если накрыть очень большой скатертью, а два конца обернуть вокруг ножек и связать друг с другом узлом.

...

### ***Кофе и здоровье***

*Особенно рекомендуется употребление кофе людям умственного труда, так как он возбуждает нервные клетки головного мозга, что способствует усилению восприимчивости и сосредоточенности мышления.*

Праздничное настроение создадут скатерти из легких тканей, например из батиста или тонкого сатина. Нежные цвета будут оригинально смотреться, когда поверх одной скатерти ляжет другая, меньшего размера.

## **Глава 17**

### **Что подать к кофе**

Одни напитки подают во время завтрака, другие – перед едой, третьи – во время еды, четвертые – после. На завтрак подают преимущественно горячие напитки и готовят их непосредственно перед употреблением. Кофе относится к горячим напиткам, подаваемым на завтрак, и многие со временем ограничивают свой утренний рацион принятием только одного этого напитка. Кто-то сводит свой завтрак до минимума, другие любят побаловать себя кофе в течение дня.

В любом случае, кофе не пьют пустым, к нему всегда что-то подают. В каждой стране есть свои традиции. В Америке с кофе традиционно едят бутерброды и сэндвичи, во Франции круасаны, в Бразилии кофе принято пить с канапе или тартинками, в России нет таких четких рамок и с кофе подают различные кулинарные изделия. Рецепты наиболее популярных мы и предложим вам в этой главе.

...

### ***Кофейные советы***

*Отличный десерт вы получите, украсив кофе ложкой сливок, взбитых в густую пену.*

### **Пирог «Шарлоттка»**

*Требуется:* 4 яйца, 250 г сахара, 1 стакан муки, ваниль, 5 яблок, растительное масло.

*Способ приготовления.* В пластмассовую миску разбейте 4 яйца и с помощью миксера или венчика взбейте до образования сильной пены, а когда масса станет достаточно густой, добавьте в нее сахар. Делайте это постепенно, чтобы пена не осела. Когда сахар растворится с яйцами, в смесь можно добавлять муку. Когда смешаете все ингредиенты, накройте миску крышкой, чтобы пена не осела, и приступайте к приготовлению начинки.

5 зеленых яблок средней величины нарежьте мелкими дольками. Форму, в которой вы будете выпекать пирог, смажьте растительным маслом, чтобы он не подгорел, дно формы также можно посыпать манной крупой, она не ощущается на вкус и в то же время не дает тесту подгореть. На дно формы выложите дольки яблок и залейте их приготовленным тестом. Делайте это при помощи деревянной ложки или лопатки, чтобы тесто не осело. Выпекайте пирог 20—30 минут при температуре 180—200°С. Подавайте к столу в горячем виде.

...

### ***Кофейные истории***

*У арабских шейхов было модно иметь специального повара, который готовил только кофе. Один такой повар, подкупленный врагами, однажды подсыпал своему хозяину в напиток яд, но умер сам, перепутав чашки.*

### **Безе**

*Требуется:* 6 яичных белков, 6 ст. л. сахара, 1 ст. л. молока.

*Способ приготовления.* Отделите желтки от белков. Взбейте белки до образования легкой пены, после этого постепенно добавьте сахар. Делайте это очень аккуратно, но не сбавляя темп взбивания, иначе пена осядет. Взбивайте эту массу до тех пор, пока не образуется густая пена, после добавьте ложку холодного молока (но не ледяного) и тщательно перемешайте. Тесто готово, если оно не выливается, когда вы переворачиваете кастрюлю. Выпекайте безе на противне. Смажьте противень растительным маслом и положите сверху плотную бумагу, которую также следует пропитать растительным маслом. Когда все приготовите, ложкой или лопаткой выложите полученное тесто на противень и выпекайте в течение 10—15 минут в духовке при температуре 200—220°С. Готовое безе подайте к столу в холодном виде.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще видно изображение рыбы, вам нужно внимательнее относиться к своим словам. Есть*

*риск, что неосторожно можно высказать свои тайны и секреты недоброжелателям. А уж они найдут, как воспользоваться полученной информацией. Поэтому нужно быть немым, как рыба, и не забывать мудрость: «Слово – серебро, молчание – золото».*

### **Ватрушка «Утренняя»**

*Требуется:* 1 стакан муки, 250 г сахара, 4 ст. л. молока, 150 г творога, яйцо, сода, ванильный сахар.

*Способ приготовления.* Смешайте муку с водой, половиной сахара и молоком. Тщательно замесите и раскатайте тесто в пласт толщиной 2—3 см. Отдельно смешайте творог и оставшийся сахар, разбейте туда яйцо, все перемешайте, добавьте соду, гашенную молоком. Всю эту массу выложите на тесто, немного заверните края ватрушки и посыпьте ванильным сахаром. Выпекайте в духовке при температуре 180°С на противне, смазанном жиром, в течение 20—30 минут, в зависимости от толщины ватрушки. К столу ватрушку подайте в горячем виде.

### **Рогалики «Нежные»**

*Требуется:* 20 г дрожжей, 1/5 стакана молока, 100 г сахара, 1,5 стакана муки, 100 г сливочного масла, яйцо, ванилин.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи с молоком и добавьте в них сахар, все это тщательно перемешайте и поставьте в теплое место на 10—15 минут. Когда опара будет готова, смешайте ее с мукой и растопленным сливочным маслом, замесите тесто и добавьте в него яйцо. Хорошо промесив тесто, поставьте его в теплое место и дайте подойти. Когда тесто настоится и подойдет, выложите его на стол и раскатайте толщиной 1/2 см. После этого разрежьте на продолговатые треугольники, смажьте растопленным сливочным маслом с сахаром и сверните в рожок. Выпекайте на противне, смазанном сливочным маслом, в духовке при температуре 180°С.

...

### **Кофе и здоровье**

*Чрезвычайно эффективно влияет кофе на работу желудочно-кишечного тракта. Это происходит в основном благодаря стимулирующему действию кофеина, кислот, ароматических и вкусовых веществ, образующихся в процессе обжарки зерен. Кофе стимулирует выработку желудочной секреции, в этом отношении он считается очень эффективным.*

## Язычки слоеные

*Требуется:* по 250 г муки и сахара, 2 яйца, 1/2 стакана молока, 200 г сливочного масла, ванильный сахар.

*Способ приготовления.* Разбавьте 250 г муки водой и замесите тесто, добавьте яйцо, молоко, 100 г сахара и немного сливочного масла, все тщательно перемешайте и раскатайте тесто. Растопите сливочное масло, смешайте его с сахаром, продолжая помешивать, оставьте на слабом огне до тех пор, пока сахар полностью не растворится. После этого снимите масляно-сахарную массу с огня и разбейте в нее яйцо, все тщательно перемешайте. При помощи кулинарной кисти нанесите тонкий слой этой массы на раскатанное тесто, затем сложите его конвертом и поставьте в теплое место. Через 15—20 минут, когда тесто подойдет, снова его раскатайте, смажьте масляной массой и снова сложите его конвертом.

Повторите эту процедуру 3—4 раза. Чем больше, тем пышнее и слоистее получатся язычки. Когда в последний раз нанесете на тесто масляно-сахарную массу, раскатайте его и при помощи специальной формы вырежьте небольшие кружки. Выложите их на противень, смазанный маслом, и подержите 10—15 минут в теплом месте, как только они подойдут, поставьте их в горячую духовку и выпекайте 20—25 минут при температуре 200°С. Готовую выпечку посыпьте ванильным сахаром.

...

### **Кофейные советы**

*Для украшения кофе и придания его вкусу экзотических оттенков вы можете использовать лимон или апельсин, нарезанный кружочками или ломтиками.*

### **«Пальчики»**

*Требуется:* 200 г муки, 1/2 стакана молока, 175 г сахара, яйцо, 250 г сливочного масла или маргарина, варенье или джем, сахарная пудра.

*Способ приготовления.* Порубите в небольшой кастрюле масло (маргарин), когда оно немного растопится, засыпьте муку и залейте эту массу теплым молоком. Все тщательно перемешайте до однородного состояния. После этого добавьте в тесто яйцо и всыпьте сахар, все снова перемешайте и поставьте в холодное место на 10—15 минут. По истечении этого времени раскатайте тесто в тонкий пласт толщиной не больше 5 мм. Разрежьте его на одинаковые квадратики. Тесто намажьте вареньем или джемом, не слишком толстым слоем, затем аккуратно сверните и выложите на противень, смазанный жиром. Выпекайте в духовке при температуре 200°С не больше 15 минут. К столу «пальчики»



подайте в горячем виде.

### Круасаны французские

*Требуется:* 7 ст. л. муки, 250 г сахара, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 120 г сливочного масла, орехи, изюм, ванильный сахар.

*Способ приготовления.* В подогретое молоко засыпьте муку, добавьте немного воды и замесите тесто, положите в него яйца и все тщательно промесите. Масло, предварительно растопив его на слабом огне, перемешайте с сахаром. Затем добавьте эту массу в тесто и снова все промесите вместе с изюмом и рубленым орехом (грецким или арахисом). В таком виде поставьте тесто в теплое место на 20—30 минут. Далее раскатайте его и поделите на 4—6 равных частей, придайте им овальную форму и в таком виде выложите на противень. Выпекайте круасаны в духовке, нагретой до 180—200°С, в течение 15—25 минут. Круасаны подайте к кофе в горячем виде, сразу после выпечки.

...

#### ***Из жизни великих***

*Сейчас в России есть рок-группа, которая называется «Черный кофе». Лидер о названии своей группы*

*говорит следующее: «Да, я часто пью кофе. И когда я выдумывал название, хотелось взять что-то достаточно энергичное и вместе с тем небанальное. По-моему, „Черный кофе” – это то что надо».*

### **Печенья «Вермишель»**

*Требуется:* 200 г муки, 2 яйца, 375 г сахара, 4 ст. л. молока, 100 г сливочного масла, ванилин, сахарная пудра.

*Способ приготовления.* Разбейте в муку яйцо, добавьте немного воды и замесите тесто. Все тщательно промешайте и засыпьте в тесто сахар, влив при этом теплое молоко. Снова промесите тесто и сделайте в нем небольшое углубление, положите в него растопленное масло и немного ванилина. Промесите тесто и, разделив его на несколько частей, поставьте на 1—1,5 часа в холодное место. Когда тесто достаточно остынет, проверните его через мясорубку. Появляющиеся из мясорубки «вермишeljки» прихватывайте через каждые 6—8 см и делайте из них небольшие печенья. После этого выложите их на противень, смазанный жиром, и выпекайте 15—20 минут. Когда печенья будут готовы, посыпьте их сахарной пудрой.

### **Печенья шоколадные**

*Требуется:* 200 г муки, 250 г сахара, 50 г какао, 70 г шоколада, 1/2 стакана молока, 100 г сливочного масла, вишня.

*Способ приготовления.* Замесите тесто из муки и воды, засыпьте сахар, все тщательно перемешайте. На слабом огне растопите сливочное масло, добавьте к нему молоко и засыпьте какао, все хорошенько перемешайте и доведите до кипения, а когда масса закипит, положите в нее шоколад и еще раз тщательно перемешайте. Поставьте массу на время в холодное место, чтобы она загустела, через 20—30 минут смешайте ее с тестом и раскатайте его в пласт толщиной 1 см. Тесто порежьте на большие треугольники и скрепите его края посередине, у вас получится некое подобие конверта. В центр печенья положите спелую вишню без косточки. Выпекайте 15—20 минут при температуре 200°С. К столу подайте в холодном виде.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение расчески – это говорит о том, что нужно больше внимания уделять своему внешнему виду. Вполне возможно, что окружающие с некоторым презрением и высокомерием относятся к гадающему только потому, что он слишком мало внимания уделяет себе, не*

*старается произвести благоприятное впечатление на других.*

### **Пирог «Апельсин»**

*Требуется:* 200 г муки, 80 г сахара, 1 ст. л. растительного масла, 4 ст. л. апельсинового сока или нектара, 15 г дрожжей, 1 ст. л. молока, ванилин, сода, молоко, апельсиновая цедра.

*Способ приготовления.* Смешайте дрожжи, 1 ст. л. сахара и воду, поставьте в теплое место, и как только эта смесь начнет бродить, приступайте к замешиванию теста. Замесите муку с опарой, добавьте сахар, все тщательно промешайте и влейте в тесто растительное масло. Когда тесто будет достаточно промешано, добавьте в него апельсиновый сок, смешанный с ванилином, соль, соду, гашенную молоком. Все тщательно промесите и положите апельсиновую цедру. Тесто выложите в форму, смазанную сливочным маслом, и выпекайте 30—40 минут при температуре 200°С. К столу подавайте в горячем виде как к горячему, так и к холодному кофе.

### **Струдель**

*Требуется:* по 250 г муки и сахара, 2 яйца, 1 ст. л. растительного масла, 150 г изюма, соль.

*Способ приготовления.* Замесите тесто, разбейте в него яйцо и дополнительно положите желток, добавьте сахар и тщательно все перемешайте. Сделайте углубление в тесте и влейте растительное масло, немного посолите и снова замесите тесто. Поставьте его в теплое место на 20—25 минут, после чего разделите на две части и раскатайте два пласта толщиной 1—1,5 см. Положите один пласт на противень и засыпьте сверху изюмом, накройте вторым пластом и смажьте белком все края и верхушку струделя. Выпекайте 20—30 минут, а когда он будет готов, разрежьте его на равные прямоугольники и подайте к столу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение обезьяны, значит, гадающему не нужно слишком серьезно смотреть на жизнь. Ему лучше быть веселее, тогда все вокруг не окажется столь мрачным и неприятным.*

### **Пудинг «Смородина»**

*Требуется:* по 100 г муки и смородины, 200 г сливочного масла, 8 яиц, 250 г сахара, 130 г молока, 1 г ванилина, 8 г желатина.

*Способ приготовления.* Растопите на небольшом огне сливочное масло, не снимая с огня, засыпьте муку, все размешайте и добавьте горячее молоко, доведите массу до кипения и снимите с огня. После этого в смесь добавьте 8 желтков и половину сахара. Все это перемешайте и немного остудите.

Отдельно взбейте белки и сахар до образования воздушной пены и добавьте их к первой массе. Все аккуратно перемешайте, но следите, чтобы белки не слишком осели. Бросьте несколько щепоток ванилина и на последнем этапе положите разбухший желатин. Еще раз все перемешайте и поставьте в холод на несколько часов. После этого подайте пудинг к горячему кофе.

### **Печенье «Геркулес»**

*Требуется:* 450 г овсяных хлопьев, 200 г сливочного масла, 150 г сахара, 2 яйца, 1—2 ст. л. овсяной муки, 1/2 ч. л. корицы, цедра лимона, 3 ст. л. молотых грецких орехов.

*Способ приготовления.* Овсяные хлопья предварительно поджарьте на сковороде до тех пор, пока они не станут золотистого цвета. После этого измельчите их ножом и смешайте с растопленным сливочным маслом и мукой, добавьте взбитые яйца с сахаром. Все тщательно перемешайте и замесите тесто. Положите в него корицу, лимонную цедру и грецкие орехи. Все снова перемешайте и выложите десертной ложкой на противень. Выпекайте 15—20 минут в горячей духовке.

...

### **Кофе и здоровье**

*Примерно через полчаса после принятия черного кофе кислотность в желудке достигает максимума. С увеличением концентрации напитка в желудке увеличивается содержание свободной соляной кислоты, возрастает общая кислотность, что ускоряет переваривание и эвакуацию пищи из желудка. Однако из этого можно сделать вывод, что людям с повышенной кислотностью желудка не следует чрезмерно увлекаться этим напитком.*

### **Булочка «Устрица»**

*Требуется:* 200 г муки, 175 г сахара, яйцо, 20 г дрожжей, 50 г сливочного масла, сода, соль, изюм.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи с сахаром и поставьте в теплое место. Когда опара будет готова, смешайте ее с мукой, разбейте яйцо и добавьте масло. Замесите тесто и оставьте его на 20—40 минут в теплом месте, пока оно не подойдет. Готовое тесто

раскатайте и разделите на несколько частей продолговатой прямоугольной формы. Добавьте в него изюм без косточек и сверните рулетом. Булочку сверху помажьте шоколадной глазурью.

### **Шоколадная глазурь**

*Требуется:* 1/2 стакана молока, 80 г какао, 50 г сахарной пудры, 100 г сливочного масла, несколько орехов.

*Способ приготовления.* Растопите сливочное масло, влейте теплое молоко, смешайте с сахарной пудрой, добавьте какао. Всю эту массу доведите до кипения и поставьте в холодное место, чтобы она загустела. Несколько грецких орехов измельчите. Когда масса загустеет, всыпьте в нее измельченные орехи, перемешайте и намажьте верхнюю часть «устриц». Выпекайте их на противне 30—40 минут при температуре 200°С.

...

### **Кофейные советы**

*Одной из самых распространенных добавок к кофе являются спиртные напитки. Вы можете использовать коньяк, ликер, настойки или различные вина.*

### **Сливочная колбаска**

*Требуется:* 300 г сливочного масла, 3 яйца, 500 г сахара, 1,5 стакана молока, 2 ст. л. молока обезжиренного, 1 ст. л. сухих сливок, ваниль, орехи, изюм, печенье.

*Способ приготовления.* Масло порубите ножом и добавьте к нему яйца, все тщательно перемешайте деревянной лопаткой и поставьте в холодное место на 15—25 минут. В это время сварите сгущенное молоко. Для этого разогрейте молоко и, как только оно начнет закипать, добавьте к нему сухие сливки и сухое обезжиренное молоко. Все тщательно размешайте, чтобы не было комков, и доведите до кипения. Когда оно закипит, высыпьте сахар и, энергично помешивая, продолжайте варить на среднем огне еще 20—30 минут, пока масса не загустеет. Остудите молоко и смешайте его с маслом. Замесите эту массу как тесто и раскатайте толстым слоем толщиной примерно 2 см. Разделите его на несколько частей и скатайте рулетом. Аккуратно скрепите края, оберните каждую колбаску фольгой и положите в холодильник на несколько часов. Подайте к столу в холодном виде.

...

### **Из жизни великих**

*Альберт Эйнштейн очень любил черный кофе и с юных лет ежедневно пил его по утрам. Не это ли помогло ему сделать свои открытия?*

### **Печенье сырное**

*Требуется:* по 300 г муки, сыра чеддера и сливочного масла, 3 яйца, 1 ст. л. молока, мускатный орех, кайеннский (очень жгучий) перец, кунжутное семя, миндаль, тмин.

*Способ приготовления.* Замесите тесто. Муку, сыр, размягченное сливочное масло и 2 яйца взбейте при помощи миксера, приправьте рубленым мускатным орехом и перцем. Все тщательно промесите и, завернув в фольгу, положите в холодное место на час. Затем раскатайте тесто толщиной 1/2 см на доске, посыпанной мукой. При помощи различных формочек вырежьте тесто. Смажьте печенье желтком, посыпьте кунжутным семенем, тмином и миндалем. Выпекайте в духовке в течение 10 минут при температуре 180°C.

### **Шербет фруктовый**

*Требуется:* 250 г клубники, плод манго, 3 киви, сок 3 лимонов, 55 г розового вина, 300 г сахара, 3 белка, 50 г виноградного сока.

*Способ приготовления.* Очистите клубнику от хвостиков и разомните в пюре. Киви порежьте на мелкие кусочки и смешайте с клубничным пюре. Плод манго очистите от кожицы, выньте косточку и разомните в пюре вместе с основной массой. Добавьте в пюре сок лимона, розовое вино и виноградный сок. Отдельно взбейте белки с сахаром и смешайте их с пюре. Полученный шербет разложите в емкости и поставьте в холодильник на несколько часов. К кофе шербет подайте в холодном виде.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще человек видит розетку, это означает, что он на правильном пути. Дело, которое он задумал, принесет ему немало выгоды. Он сможет реализовать все свои желания и получить немало преимуществ. Розетка также может означать, что в скором времени ожидается прибыль.*

### **Торт «Аист»**

*Требуется:* 2 лимона, 8 кусков сахара-рафинада, 4 яйца, по 200 г сахара и муки, по 100 г сметаны и сливочного масла, 3 ч. л. разрыхлителя, 50 г миндаля.

*Для начинки и украшения:* 600 г марципановой массы, 300 г сахарной пудры, сок 2 лимонов, тертая цедра, 1 ст. л. рома, 50 г шоколадной глазури, белок, смородиновое и абрикосовое желе, кокосовая стружка, пищевой краситель желтого цвета.

*Способ приготовления.* Растворите сахар в выжатом соке лимона,

добавьте немного тертой цедры. Отдельно взбейте яйца и сахар до образования пены, аккуратно смешайте их с лимонным соком, добавьте муку, сметану, все тщательно перемешайте. После этого добавьте в тесто размягченное масло, разрыхлитель и миндаль. Снова все перемешайте и вылейте тесто в разъемную форму с высокими краями. Выпекайте в духовке 35—40 минут при температуре 180°С. Когда корж будет готов, остудите и разрежьте его на несколько коржей.

Приступайте к приготовлению начинки. Заранее сделайте марципановую массу. Миндаль обдайте кипятком и просушите, затем пропустите через мясорубку или измельчите другим способом. Смешайте его с сахарной пудрой, белком и ликером, а когда все промесите, поставьте эту массу в холодильник на сутки. Для начинки разделите марципановую массу на две части. Одну часть смешайте с ромом и лимонным соком. Начините этим составом торт и смажьте края. Из второй части марципановой массы вырежьте с помощью формы круг и покрасьте ее красителем в желтый цвет. Этот марципановый круг положите сверху на торт и смажьте края взбитым белком с сахаром. Растопите шоколадную глазурь и перелейте ее в кулинарный кулек, нарисуйте на марципановой массе контуры аиста. Просеянную сахарную пудру смешайте с белком и с ее помощью обрисуйте края торта. Место вокруг аиста обложите фруктовым желе. В завершение торт обсыпьте кокосовой стружкой.

...

### **Кофе и здоровье**

*Кофе, увеличивая выделение желудочного сока, способствует повышению усвояемости пищи. Это его действие в основном и объясняет традицию подачи кофе в завершение трапезы.*

### **Торт «Цветочный»**

*Требуется:* 5 яиц, 200 г сахара, 8 г ванильного сахара, 125 г крахмала, 130 г муки, 3 ч. л. разрыхлителя, 50 г миндаля, 30 г апельсинового джема.

*Для глазури:* 300 г сахарной пудры, 2 белка, 1 ч. л. лимонного сока, пищевой краситель.

*Для крема:* 250 г сливочного масла, 100 г сахарной пудры, 1/8 стакана яичного ликера.

*Способ приготовления.* Отделите белки от желтков. Взбейте отдельно желтки, добавив в них 4 ст. л. теплой воды, 150 г сахара и ванильный сахар. Во взбитую желтковую массу высыпьте муку, крахмал и разрыхлитель. Отдельно взбитые белки добавьте к этой смеси, аккуратно перемешайте и вылейте бисквитную массу в разъемную форму с высокими краями, смазанную жиром и



обсыпанную мукой. Бисквит выпекайте 35 минут в горячей духовке. Когда он будет готов, разрежьте его на три коржа. Один из коржей поделите на 8 частей, срезав при этом углы. Смажьте все коржи и кусочки джемом, а затем остальной начинкой. Для этого приготовьте глазурь и крем.

Для глазури смешайте сахарную пудру с белками и лимонным соком. Разлейте глазурь в несколько емкостей и окрасьте ее в разные цвета пищевыми красителями. Затем этой разноцветной глазурью смажьте 8 бисквитных кусочков. Остальные коржи смажьте кремом, приготовленным следующим образом.

Размягченное масло взбейте до консистенции сметаны, добавьте сахарную пудру, яичный ликер и снова все взбейте. Два нижних коржа смажьте кремом, им же смажьте края торта. Сверху выложите разноцветные куски бисквита. Середину торта украсьте кремом. Сделайте при помощи кулинарного шприца розочку.

...

### ***Кофейные советы***

*При варке кофе вы можете использовать не воду, а молоко или смесь из молока и сливок. Приготовленный таким образом напиток обладает несколько меньшей крепостью и более мягким вкусом.*

К кофе можно подавать не только пироги, торты и пирожные. Подойдут и различные кремы и желе, которые можно приготовить, взбив несколько белков с сахаром, сливочным маслом, а добавив ванилин, можете приготовить ванильный крем. Взбив белки с молоком, сахаром и сливочным маслом, вы получите сливочно-молочный крем, которым можете намазать тосты или есть ложечкой непосредственно с горячим кофе. В заключение хотелось бы напомнить, что кофе относится к напиткам, которые пьют либо в горячем виде, либо в холодном, но никогда не теплым.

### **Пирог «Лаковый»**

*Требуется:* 250 г муки, 150 г сахарной пудры, 1 ч. л. пищевой соды или пекарского порошка, 120 г сливочного масла или маргарина, яйцо, 3/4 стакана молока, ванильный сахар или ванилин, щепотка соли.

*Для глазури:* 6 ст. л. молока, 110 г сахара, по 50 г сливочного масла и меда, 125 г крупно нарезанных грецких орехов, 2 желтка.

*Способ приготовления.* Муку с пищевой содой или пекарским порошком, сахаром, солью и жиром порубите длинным ножом до тех пор, пока тесто не станет однородным. Молоко прокипятите с ванильным сахаром или ванилином, а когда оно совсем остынет, взбейте с яйцом, добавьте в тесто и вымесите. Выложите в форму для выпечки тортов, приподняв края, вылейте наверх глазурь и выпекайте около 25 минут в духовке при температуре 180°С. Из

формы пирог выньте охлажденным.

Глазурь: в кастрюльке перемешайте молоко с сахаром, маслом и медом и подогревайте на медленном огне до тех пор, пока не растворится сахар и масса не станет однородной, снимите с огня, введите желтки (по одному), энергично взбивая, затем – орехи.

...

### ***Из жизни великих***

*На Востоке кофе наливают в чашку всего на треть, особое внимание уделяя цвету кофе. Так, в былые времена, для того чтобы добиться черного цвета, в плохой кофе добавляли краситель, схожий по происхождению с чернилами.*

### **Пирог медовый с лимонной начинкой**

*Требуется:* 600 г муки, 7 г пищевой соды, 4 ст. л. меда, 2 яйца, 50 г сливочного масла или маргарина, 150 г сахарной пудры, немного молока.

*Для начинки:* по 200 г сливочного масла и сахарной пудры, сок и цедра лимона.

*Способ приготовления.* В муку, смешав ее с пищевой содой, добавьте растопленный мед, яйца, масло или маргарин, сахар и молоко и замесите тесто. Разделите его на три части, каждую раскатайте и переложите на противни и выпекайте в духовке. Готовые и охлажденные пласты намажьте начинкой и соедините. Сверху пирог также намажьте начинкой и разрежьте на куски прямоугольной формы.

Начинка: масло разотрите с сахаром, добавьте цедру, лимонный сок (по каплям) и тщательно перемешайте.

### **Творожный кекс**

*Требуется:* по 250 г сливочного масла и сахара, 300 г творога, 500 г пшеничной муки, 4 яйца, 1/2 стакана изюма, лимон, сода, соль.

*Для глазури:* 1 стакан сахарной пудры, 3 ст. л. клюквенного сока.

*Способ приготовления.* Масло взбейте с сахаром, взбивая, добавьте по одному яйцу, а также натертую лимонную корку, сок половины лимона, пропущенный через мясорубку творог, изюм, соль, просеянную муку, вместе с лимонным соком растворенную соду. Тесто основательно вымесите, выложите в смазанную жиром форму с пустой серединой, выпекайте при умеренном жаре примерно 50 минут. Остывший кекс выньте из формы, покройте клюквенной глазурью (сахарную пудру смешайте с клюквенным соком) и подсушите в теплой духовке. Затем кекс можете покрыть комочками глазури из белка.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще прорисовываются пистолет или ружье, это означает, что нужно остерегаться возможного покушения на жизнь. Следует свести к минимуму общение с потенциально опасными людьми, потому что последствия могут быть самыми непредсказуемыми. Но если человек ведет обычную жизнь и не имеет дела с опасными факторами, ему нужно стараться не находиться ночью на улице или в безлюдных пустынных местах.*

### **Аморфы**

*Требуется:* 400 г муки, 200 г масла, 2 желтка, 15 г дрожжей, 1 ст. л. сливок (можно густой сметаны), 1,5 ст. л. сахара

*Способ приготовления.* Масло хорошо разотрите. Растирая, постепенно добавляйте в него по одному желтку с сахаром. Затем положите сметану, растертые с сахаром дрожжи и муку. Быстро все замесите. Выложите тесто на тарелку, накройте салфеткой и поставьте на час в холодильник. Затем еще раз вымесите. Приготовленное тесто раскатайте на доске в валики толщиной 1 см и разрежьте на куски длиной около 20 см. Эти куски сложите пополам и пару раз перевейте (как веревку) или же на каждом валике длиной 10—12 см сделайте 2—3 надреза и согните его по форме полумесяца. Перед выпечкой смажьте яйцом и посыпьте крупным сахарным песком. Выпекайте, пока они не зарумянятся.

### **Пышки мавританские с миндалем**

*Требуется:* 360 г муки, 7 г пищевой соды, 150 г сахарной пудры, 30 г ванильного сахара, 1 ч. л. молотой корицы, 40 г какао, 100 г сливочного масла или маргарина, 2 яйца, немного молока, миндаль.

*Способ приготовления.* Муку просейте через сито на разделочную доску, смешайте ее с пищевой содой, сахарной пудрой, ванильным сахаром, корицей, какао, добавьте масло или маргарин, яйца, молоко и замесите тесто. Сформируйте небольшие пышки, смажьте их яйцом и в каждую пышку, надколов ее, положите очищенный и крупно измельченный миндаль. Изделия переложите на слегка смазанный противень и выпекайте в духовке.

...

### **Кофе и здоровье**

*Черный кофе является сильным возбудителем желудочной секреции, поэтому его не рекомендуется употреблять больным язвенной болезнью и*

*гиперацидным гастритом. Однако те, кто страдает указанными недугами, но не может жить без кофе, могут найти компромиссное решение. Помогут различные заменители натурального кофе, такие как ячменный, желудевый и другие виды напитков.*

### **Торт венецианский**

*Требуется:* по 250 г сливочного масла и миндаля, 60 г сахарной пудры, пакетик ванильного сахара, 30 г рома, 12 яиц, по 400 г сливок и сахара

*Способ приготовления.* 9 желтков и 100 г сахара разотрите добела, добавьте ром и 250 г отваренных, очищенных от кожицы и молотых миндальных орехов, медленно помешивая, введите белки, взбитые в крепкую пену с 50 г сахара. Форму для торта смажьте растительным маслом, выложите фольгой и вылейте в нее тесто. Выпекайте торт в духовке, после чего охладите, не вынимая из формы. Остывший торт выньте, разрежьте на пласты и смажьте кремом. Верх и бока торта также смажьте кремом, посыпьте грильяжем и украсьте взбитыми сливками.

Крем сделайте из 250 г сахара, 2 яиц, желтка и пакетика ванильного сахара, взбитых на огне до получения очень густой массы. Крем охладите и постепенно, при непрерывном помешивании добавьте взбитое в пену сливочное масло.

### Кондитерские и кулинарные изделия с использованием кофе

Вы узнали, как приготовить кофе, сделать коктейли, а также с чем что подавать. Обратите внимание на несколько советов по приготовлению кондитерских блюд с добавлением кофе. Он придает кулинарным изделиям особый аромат и вкус.

...

#### **Кофейные советы**

*Если хотите наслаждаться вкусом кофе, но вам противопоказан кофеин, можете использовать его заменители. Существует множество прекрасных напитков, обладающих вкусом, практически неотличимым от вкуса кофейного напитка. Вы можете самостоятельно приготовить их из ржаных или ячменных зерен, цикория или желудей. Эти напитки могут употреблять даже дети.*

#### **Пирог «Зебра»**

*Требуется:* по 500 г муки и сахара, 2 белка, 200 г сметаны, 100 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, 50 г кофейных зерен, 1 ст. л. какао, 150 г грецких орехов, зеленое яблоко, соль, сода.

*Способ приготовления.* Замесите два вида теста: кофейное и сливочное. Для кофейного теста измельчите зерна до очень мелкого состояния и залейте 3/4 стакана горячей воды, добавив и порошок какао. Смешайте с одним белком, стаканом сахара и таким же количеством муки. Все это взбейте миксером, добавив еще 3/4 стакана воды или больше. Должна получиться достаточно жидкая масса. Кофейное тесто поместите в холодильник на 20—25 минут, чтобы оно немного загустело. В это время займитесь приготовлением сливочного теста.

Размягчите сливочное масло, размешайте его со сметаной, свежей и достаточно жидкой, к этой смеси добавьте стакан сахара, муки и один белок. Все это хорошо промесите. Если тесто получается очень густым, добавьте немного воды.

Оба вида теста должны быть такой же консистенции, как тесто, приготовленное для выпечки оладий. Когда кофейное тесто немного остынет и загустеет, можете приступить непосредственно к приготовлению пирога.

В круглую посуду, смазанную сливочным маслом, по очереди выливайте то одно, то другое тесто, так, чтобы пирог получился с разноцветными слоями. Тесто вливайте аккуратно, чтобы оно не смешалось. Делая последний слой, посыпьте пирог грецким орехом или украсьте кусочками зеленого яблока.

Пирог выпекайте в духовке при температуре 280—200°С в течение 20—25 минут. К столу подайте охлажденным.

...

### **Из жизни великих**

*Лион Измайлов о кофе: «Я пью немного кофе: одну большую чашку утром, чтобы проснуться, и иногда одну вечером, когда приходится работать по ночам. Но обязательно варю его сам. И подделок не терплю».*

### **Пирожное «Кофейное»**

*Требуется:* по 250 г муки и сахарной пудры, питьевая сода, 1 ч. л. молотого черного кофе, желток, яйцо, 200 г сливочного масла.

*Для начинки:* по 140 г сливочного масла и сахарной пудры, 1/4 стакана настоя натурального кофе, 1 ст. л. муки.

*Для кофейной помадки:* 250 г сахарной пудры, 2 ст. л. настоя горячего натурального черного кофе, 1 ст. л. сливочного масла

*Способ приготовления.* Смешайте муку с питьевой содой и сахаром, просейте смесь, добавьте к ней молотый натуральный кофе, яичный желток, яйцо и слегка размягченное сливочное масло или маргарин. Все тщательно перемешайте, замесите тесто и поставьте в холодильник на несколько часов.

Готовое тесто раскатайте в пласт толщиной 1/2 см и нарежьте в форме квадратиков или кружков. Разложите вырезанные фигурки на предварительно смазанном противне и выпекайте в духовке. Пирожные остудите и смажьте заранее приготовленной начинкой из какао. Теперь соедините по две детальки смазанной стороной и сверху отглазируйте кофейной помадкой. Глазурь сделайте так: смешайте сахарную пудру, кофейный настой и сливочное масло и варите на слабом огне до полного растворения сахара и карамелизации.

...

### **Кофе и здоровье**

*Людам, страдающим заболеваниями пищеварительной системы и кишечника, можно рекомендовать кофе с молоком, сливками и сахаром. В этом случае возбуждающее влияние кофе на желудочную секрецию значительно уменьшается.*

### **Кофейные пирожные из манной крупы**

*Требуется:* 20 г растворимого кофе, 250 г манной крупы, 1 стакан молока, 3 ст. л. сахара, 3 яйца, сливочное масло, соль.

*Способ приготовления.* Растворимый кофе заварите кипящим молоком и кипятите 5—10 минут, в кипящее молоко всыпьте манную крупу и варите при непрерывном помешивании 5—8

минут, снимите с огня и добавьте в кашу сахарную пудру. В горячую манную кашу положите 3 желтка и тщательно перемешайте, всыпав щепотку соли. Отдельно взбейте 3 яичных белка до образования воздушной пены и осторожно влейте эту пену в манную кашу. Полученную массу аккуратно перемешайте и выложите столовой ложкой на противень, смазанный сливочным маслом. Выпекайте печенье в духовке при 180°С в течение 10—15 минут. При желании в пирожные добавьте орех – грецкий или арахис.

### **Кофейные оладьи**

*Требуется:* 2 стакана кефира, 100 г сахара, по 1 ст. л. сливок и растворимого кофе, 3 ст. л. муки.

*Способ приготовления.* Холодный кефир взбейте с сахаром до полного его растворения, после чего добавьте к этой смеси сливки и, продолжая перемешивать, всыпьте муку. Все это размешайте до однородной массы. Растворимый кофе разведите 20—25 мл горячей воды, влейте его к основной массе и тщательно все размешайте. Масса окрасится в шоколадный цвет и вберет в себя запах кофе. Тщательно перемешайте и приступайте к выпечке оладий.

...

### **Кофейные советы**

*Если хотите попробовать напиток с экзотическим вкусом, приготовьте кофе, добавив в него шиповник или орехи.*

### **Кофейное суфле**

*Требуется:* 450 г сливочного масла, 8 ст. л. муки, 2 стакана молока, 1 ст. л. кофейного экстракта, 6 ст. л. сахарной пудры, 5 яиц, соль.

*Способ приготовления.* Сливочное масло растопите на небольшом огне, когда масло станет достаточно жидким, добавьте в него муку. Всыпьте муку маленькими порциями, чтобы не образовались комочки, массу помешивайте деревянной ложкой. Когда масло и мука перемешаются, снимите с огня и влейте холодное молоко. Все тщательно перемешайте и добавьте щепотку соли, продолжайте помешивать, пока масса не загустеет.

Когда масса станет густой, кастрюлю снова поставьте на огонь и нагревайте 2—4 минуты. В нагретую массу добавьте кофейный экстракт или растворимый кофе в соответствующей пропорции, все тщательно перемешайте и добавьте сахарную пудру.

В завершение в массу добавьте 5 яиц. Но сначала отделите желток



и взбейте его вместе с основной массой. Белок взбейте до воздушной пены и аккуратно влейте в кастрюлю. Все это осторожно перемешайте и выложите готовую массу в формы, смазанные сливочным маслом. Формы наполните наполовину, так как при нагревании суфле сильно поднимается и может «убежать». Суфле поставьте в горячую духовку и выпекайте 20—30 минут при температуре 200—220°С. Подайте к столу сразу после приготовления.

...

### **Из жизни великих**

*Шарль де Голль писал в своих мемуарах, что только кофе помогало ему в те годы, когда он возглавлял движение Сопротивления.*

*Когда по ночам ему приходилось разрабатывать планы сражений, чашка крепкого кофе помогала ему взбадриваться, смотреть на многие вещи по-другому, а также воплощать все свои свежие идеи и мысли «в жизнь».*

### **Кофейный рис**

*Требуется:* 220 г риса, 3 стакана молока, 8 ст. л. сахара, 2 ст. л. растворимого кофе, 2 желтка, сливки.

*Способ приготовления.* Рис хорошо промойте и залейте горячей водой, поставьте на огонь и кипятите 3—5 минут. Одновременно вскипятите молоко. Как только рис проварится нужное время, воду из-под него слейте и высыпьте его в кипящее молоко.

Прокипятите на небольшом огне еще около 10 минут, затем снимите с огня и добавьте сахар и сухой растворимый кофе. Хорошенько мешайте, пока он не приобретет коричневатый оттенок.

После этого в массу положите желток и снова подогрейте на огне, приблизительно 2—3 минуты, не доводя до кипения, и снимите с огня. Рис остудите и в таком виде подайте к столу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще человек видит изображение осьминога, это означает, что гадающего ожидает тяжелое и запутанное дело. Вполне возможно, что разрешение всех проблем потребует значительных денежных средств. Не исключено, что запутанное дело каким-то образом связано с невыполнением обязательств либо самого гадающего по отношению к кому-то, либо обязательств, которые кто-либо взял на себя по отношению к нему.*

## Кофейный пудинг

*Требуется:* 100 г сливочного масла, по 200 г муки и сахара, 2 стакана молока, 20 г молотого кофе, 8 яиц, ванилин.

*Способ приготовления.* Растопите сливочное масло на небольшом огне, когда оно достигнет нужной консистенции, добавьте в него стакан слегка поджаренной муки. Все это перемешайте и влейте кипящее молоко, доведите массу до кипения, после чего немного остудите. Когда масса станет немного холоднее, всыпьте в нее молотый кофе, 150 г сахара и желтки. Все это тщательно перемешайте, разбейте комочки.

Отдельно взбейте белки с 50 г сахара, затем к белкам добавьте ванилин. Взбитые белки аккуратно добавьте к основной массе и смешайте. Форму для пудинга заполните на 2/3 ее объема, предварительно смазав ее маслом. Выпекайте пудинг, поставив форму в кастрюлю с горячей водой. Пудинг подайте с подливкой.

...

### **Кофе и здоровье**

*Кофеин стимулирует обмен некоторых веществ в организме и нормализует работу отдельных желез внутренней секреции. Например, повышает усвояемость сахара и регулирует деятельность щитовидной железы.*

## Подливка

100 г сахара, 2 яйца, 30 г муки, 1 стакан молока и 1/2 стакана крепкого черного кофе, ванилин.

С сахаром отдельно взбейте 2 желтка, к ним добавьте 1/2 стакана холодного молока и немного ванилина. Отдельно смешайте оставшееся молоко и 1/2 стакана крепкого черного кофе. Эту массу поставьте на огонь и доведите до кипения, после чего добавьте первую массу и снова доведите до кипения. Когда закипит, снимите с огня и положите предварительно взбитые белки. Все аккуратно перемешайте. К столу подайте холодный пудинг с теплой подливой.

## Кофейный крем-желе

*Требуется:* 6 ст. л. сахара, 6 яиц, 3 ч. л. растворимого кофе, 1/3 стакана молока, 5—10 г желатина, 250 г сливок, ваниль.

*Способ приготовления.* Тщательно разотрите сахар с яичными желтками, размешайте, чтобы сахар растворился. В смесь добавьте 3 стакана очень крепкого кофе, смешанного с молоком. Полученную массу перемешайте и поставьте на слабый огонь, когда смесь достаточно загустеет, снимите с огня и положите в нее

разведенный в воде желатин. Массу перемешайте и поставьте в холодильник для охлаждения. Когда смесь загустеет, влейте в нее сливки, насыпьте сахар и немного ванилина. Все это снова перемешайте, разлейте в чашки и поставьте в холодильник. Крем-желе подайте к столу холодным и украшенным взбитыми сливками с сахаром.

...

### **Кофейные советы**

*Перед тем как варить кофе с орехами, ядрышки обжарьте в духовке при температуре около 150°C. После этого измельчите ядра орехов вместе с зернами кофе.*

### **Крем-желе с апельсиновыми корками**

*Требуется:* 1 стакан сливок, 2 ст. л. молока, 3 ст. л. сахара, 100 г цедры, 5 г желатина, 1 ч. л. растворимого кофе.

*Способ приготовления.* Смешайте сливки, теплое молоко и сахар, взбейте все это до муссоподобного состояния. В эту массу добавьте нарезанную мелкими кусочками засахаренную апельсиновую цедру и все перемешайте. Желатин замочите в холодной воде и смешайте его с чашкой крепкого черного кофе. Эту смесь перемешайте с первой массой и аккуратно взбейте, после чего крем уберите в холодное место на час и подайте к столу в холодном виде.

...

### **Из жизни великих**

*Эрнест Хэмингуэй говорил, что первая чашка кофе лишает человека беспокойства, вторая – покоя, а третья – сна, что, впрочем, не мешало ему пить по 3–4 чашки кофе в день.*

### **Ореховые ломтики к кофе**

*Требуется:* 120 г сахара, 5 яиц, 3 ст. л. ванильного сахара, 100 г грецких орехов, по 2 ст. л. кофе и панировочных сухарей, 100 г печенья.

*Способ приготовления.* Смешайте немного сахара, желтки и ванильный сахар, взбейте все до пенистой массы. Продолжая помешивать, добавьте кофе, измельченные грецкие орехи, панировочные сухари и раскрошенное печенье. Все это тщательно перемешайте. Отдельно взбейте белки до воздушной пены и добавьте их к основной массе. Полученную массу выложите в смазанную сливочным маслом и посыпанную мукой продолговатую форму, поставьте в горячую духовку и выпекайте до появления румяной корочки.

Готовый батончик достаньте из формы и порежьте на продолговатые ломтики, посыпьте сверху ванильным сахаром и подайте к столу.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение очков, это означает, что гадающего пытаются обмануть. Вполне возможно, что это уже продолжается довольно долго, но он не желает сам видеть этот обман. На его глазах будто очки, которые мешают адекватному восприятию действительности.*

### **Кофейный торт**

*Требуется:* 5 яиц, 1/2 стакана кофе, 280 г сахара, 170 г муки.

*Для начинки:* 4 яйца, 150 г сахара, 1/2 стакана молока, 1 ст. л. растворимого кофе.

*Способ приготовления.* Отделите белок от желтка и взбейте белок до пенистой массы. Половину стакана очень крепкого кофе смешайте с сахаром и поставьте на огонь. Продолжая помешивать, доведите смесь до кипения и варите, пока она не превратится в густую массу. Снимите с огня и добавьте пену взбитых белков, энергично помешивая, введите желтки и муку. Все это снова тщательно перемешайте и залейте в форму, смазанную жиром и посыпанную мукой. Торт выпекайте при средней температуре 20—25 минут. Остывший торт разрежьте по горизонтали на несколько пластов и смажьте кремом.

*Для крема:* смешайте 4 желтка с сахаром и взбейте до получения пены. Продолжая помешивать, добавьте горячее молоко и поставьте смесь на слабый огонь. Как только смесь закипит, снимите ее с огня и всыпьте растворимый кофе. Все тщательно перемешайте и уберите в холодное место. Когда смесь достаточно охладится, смажьте кремом торт и подайте к столу.

...

### **Кофе и здоровье**

*Исследования качеств кофе позволили сделать вывод, что напиток регулирует жизнедеятельность микроорганизмов.*

### **Кофейная карамель**

*Требуется:* 8 ст. л. сахара, 250 г сливочного масла, по 1 стакану кофе и сливок.

*Способ приготовления.* Растопите на слабом огне сливочное масло, добавьте в него сахар и помешайте смесь. Масло с сахаром

оставьте на огне еще 10—12 минут, хорошо перемешав, влейте по стакану очень крепкого кофе и свежих сливок, варите еще 10 минут, непрерывно помешивая. Смажьте растительным маслом большую форму и вылейте в нее полученную смесь. Ее готовность проверьте следующим образом: каплю смеси капните в стакан с холодной водой. Если она не растекается, значит, смесь готова. Жидкую карамель вылейте в форму и, как только она немного застынет, разрежьте ее на квадратики и охладите в холодильнике.

### **Кофейное мороженое**

*Требуется:* 4 яйца, 270 г сахара, 2 ст. л. молотого кофе, 1 стакан молока, желатин.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и взбейте их с сахаром, затем добавьте молочный кофе (вскипятите молоко и всыпьте в него кофе и 2 ст. л. сахара). Кофейно-желтковую смесь поставьте на огонь и, постоянно помешивая, доведите до кипения, затем, сняв с огня, продолжайте помешивать до полного остывания смеси. Перелейте ее в мороженицу, добавьте желатин и поставьте замораживаться.

...

### **Кофейные советы**

*При правильном употреблении кофе способен приносить ощутимую пользу. Недаром кофеин входит в состав многих лекарств. Но не пытайтесь самостоятельно лечить какие-либо заболевания при помощи кофе, ведь иногда его применение может быть противопоказано.*

### **Масляный кофейный крем**

*Требуется:* яйцо, 100 г сахара, 200 г сливочного масла, 1/5 стакана молока, 2 ст. л. кофейного экстракта.

*Способ приготовления.* Смешайте яйцо и сахар, добавьте молоко и поставьте на огонь, чтобы сахар полностью растворился (смесь не должна свернуться). Снимите смесь с огня, взбейте масло и разбавьте его охлажденной смесью, затем влейте кофейный экстракт (его можно заменить очень крепким кофе). Все тщательно перемешайте и немного взбейте. После этого крем поставьте в холодное место и остудите.

### **Кофейный мусс**

*Требуется:* 200 г сливок, 2 ст. л. молока, 4 желтка, 150 г сахара, 2 ч. л. кофейной эссенции.

*Способ приготовления.* Холодные сливки смешайте с ледяным

молоком, тщательно взбейте. Отдельно взбейте желтки с сахаром, добавив к ним кофейную эссенцию, можете заменить ее 1 ч. л. растворимого кофе. Осторожно смешайте обе смеси и поставьте в холодное место. Подайте мусс, предварительно остудив его.

...

### ***Из жизни великих***

*Большим любителем кофе был, вероятно, французский король Людовик Четырнадцатый. Упоминаний об этом, правда, не сохранилось, зато до наших дней дошел рецепт его любимого кофе.*

### **Мусс кофейно-шоколадный**

*Требуется:* 200 г молочного шоколада, 4 яйца, 50 г сливочного масла, 100 г сахарной пудры, 2 ст. л. молока, 20 г молотого кофе.  
*Способ приготовления.* Молочный шоколад поломайте на мелкие кусочки, добавьте холодное молоко и на слабом огне растопите эту массу, затем положите сливочное масло и, помешивая, один за другим вбейте туда желтки. Не доводя смесь до кипения, всыпьте сахар. Сварите очень крепкий кофе, влейте его в смесь и все тщательно перемешайте. Снимите с огня и остудите. В это время взбейте в пену белки с сахарной пудрой, влейте эту массу к первой смеси и все снова перемешайте. Переложите мусс в чашку и уберите в холодильник.

### **Кофейный крем**

*Требуется:* 200 г сливок, 1/4 стакана молока, яйцо, 20 г натурального кофе, 8 г желатина.  
*Способ приготовления.* Отделите яичный желток и разотрите его с сахаром и ванилью. Непрерывно помешивая, влейте горячее молоко и поставьте эту смесь на водяную баню. Варите, пока смесь не загустеет, после этого положите в нее разбухший желатин и сухой растворимый кофе, все тщательно перемешайте и оставьте массу на 30—40 минут до полного загустения. Сливки взбейте с белком и добавьте их к основной смеси. Поставьте смесь в холодное место на 20—30 минут. Крем можете подать как самостоятельное блюдо, так и в сочетании с различными кондитерскими изделиями.

...

### ***Гадание на кофейной гуще***

*Если в кофейной гуще человек видит изображение коровы, это означает материальное благополучие и спокойную жизнь. Дела у гадающего идут хорошо, он может не беспокоиться, дать себе передышку и отдохнуть. В ближайшее время не ожидается никаких*

*нежелательных перемен, все идет своим чередом, без особых взлетов, но и без резких падений.*

### **Крем орехово-кофейный**

*Требуется:* 80 г сливок, 160 г сахара, 1/4 стакана молока, яйцо, 20 г орехов, 2 ст. л. молотого кофе, 8 г желатина.

*Способ приготовления.* Миксером взбейте свежие сливки с 60 г сахара. Отдельно смешайте яйцо, молоко и оставшийся сахар, взбейте все до пены и добавьте молотый кофе. Перемешивайте все до тех пор, пока масса не приобретет коричневый оттенок. Взбитые сливки смешайте с яично-молочной массой и положите в нее разбухший желатин, все перемешайте. Орехи обжарьте на сковороде, измельчите их и положите в крем. Ореховый крем поставьте в холодное место и остудите.

### **Кондитерский кофейный крем**

*Требуется:* 50 г муки, 125 г сахарной пудры, 4 желтка, 2 стакана молока, 1 ст. л. растворимого кофе, 30 г сливочного масла, ванилин.

*Способ приготовления.* Смешайте муку и сахарную пудру, положите желтки и размешайте все вместе. В кипящее молоко всыпьте растворимый кофе и кипятите 2—3 минуты, после чего обе смеси соедините и размешайте. Полученную массу поставьте на огонь и доведите до кипения, когда закипит, снимите и добавьте сливочное масло. Крем поставьте в холодное место. Подайте этот десерт в охлажденном виде.

...

### **Кофе и здоровье**

*Кофе в какой-то степени схож со спиртными напитками, но не имеет тех побочных эффектов, которые возникают при употреблении последних. Кофеин возбуждает, согревает и активизирует мозговую деятельность человека, но не несет опьяняющего и расслабляющего действия, свойственного алкоголю.*

### **Кофейные сэндвичи**

*Требуется:* 100 г шоколада, 30 г сливочного масла, 1 ч. л. растворимого кофе.

*Для бисквитного теста:* 4 яйца, по 250 г сахара и муки, разрыхлитель для теста.

*Способ приготовления.* Взбейте яйца до воздушной пены, всыпьте сахар и муку, все тщательно перемешайте, добавьте разрыхлитель для теста. В смазанную жиром форму выложите тесто и выпекайте 15—25 минут в горячей духовке при температуре 200—220°С.

Молочный шоколад растворите в 3 ст. л. теплой воды, в шоколадную массу добавьте растопленное масло и молотый кофе. Все это тщательно перемешайте и поставьте в холодное место на 15—20 минут.

Когда бисквит будет готов, достаньте его из духовки и разрежьте на несколько слоев. Как только бисквит остынет, смажьте коржи кремом. Таким же способом можно приготовить рулет. Для этого выпекайте бисквит на противне и, пока он еще горячий, намажьте кремом и сверните в трубочку.



...

### **Кофейные советы**

*Если вы обжариваете кофейные зерна арабики, они приобретут после жарки равномерную коричневую окраску, но не ждите этого от сорта робуста – их окраска после жаренья обычно достаточно неровная.*

### **Сдобные кофейные рожки**

*Требуется:* 15 г дрожжей, 280 г муки, по 70 г сахара и сливочного масла, 2 яйца, 3 ст. л. молотого кофе, 4 ст. л. молока, ванилин.

*Способ приготовления.* В нескольких ложках молока разведите дрожжи и добавьте в них сахар, все это поставьте в теплое место на 10—15 минут. Затем опару смешайте с мукой, энергично помешивая, добавьте масло, смешанное с молотым кофе, и яйцо. Тщательно промесите тесто, чтобы не было комочков, и снова поставьте в теплое место. Как только тесто подойдет, раскатайте его в тонкий пласт, далее разрежьте его на узкие прямоугольники и скатайте из них палочки толщиной в палец. Возьмите по два таких жгутика и сплетите их в рожки. Выложите их на противень, смазанный сливочным маслом, обмажьте кулинарной кистью желтком и посыпьте орехами. Выпекайте рожки в горячей духовке 15—25 минут при температуре 200°С.

### **Кофейный крем с вафлями**

*Требуется:* 4 яйца, 4 ст. л. сахара, 1 ст. л. молотого кофе, 200 г вафель.

*Способ приготовления.* Отделите белок от желтка. Последние перемешайте с сахаром и взбейте до воздушной пены. Заварите кофе половиной стакана крутого кипятка и добавьте его, когда он немного остынет, в желточную массу. Белки взбейте отдельно, и как только первая масса окончательно остынет, добавьте туда белковую пену. Все аккуратно перемешайте и засыпьте полученный крем измельченными сливочными вафлями.

...

### **Из жизни великих**

*Когда корреспондент какой-то газеты спросил Эльдара Рязанова, как тот относится к кофе, тот рассказал следующее: «В одной восточной стране жил правитель. Как-то раз он устроил состязание мастеров приготовления своего любимого напитка, главным судьей, конечно, был он сам. Победившему мастеру было предложено выбрать себе подарок по вкусу. Тот попросил себе дочь правителя в жены. Правитель разбушевался, отправил мастера в тюрьму и решил:*

*пусть ему принесет смерть то, что принесло и успех, то есть кофе. В назначенный день перед мастером поставили две чашки с кофе и сказали: „В одной из чашек яд, выбирай сам“. Но так как мастер уже много лет варил кофе и хорошо знал свое дело, по запаху ли, или по цвету, но понял он, где находится яд, и остался жив.*

### **Английский кофейный крем**

*Требуется:* 125 г сахарной пудры, 4 желтка, по 1 стакану кофе и молока, 2 ч. л. крахмала.

*Способ приготовления.* Разотрите сахарную пудру с желтками и влейте в эту массу по стакану крепкого черного кофе и горячего молока. Все размешайте и процедите через мелкое сито, затем подогрейте до 60—65°С на слабом огне и снова процедите. После этого в крем добавьте крахмал, разведенный с сахаром, и все тщательно перемешайте. Когда крем будет готов, поставьте его в холодное место.

### **Коктейль кофейный**

*Требуется:* 1/3 стакана лимонада или оранжада, 1/5 стакана газированной воды, 2 ст. л. кофейного сиропа, кружок лимона или апельсина, пищевой лед.

*Способ приготовления.* Смешайте лимонад, газированную воду и кофейный сироп, встряхните в шейкере, затем вылейте в специальный высокий стакан для коктейля. Добавьте несколько кусочков пищевого льда и украсьте кружком лимона или апельсина.

...

### **Гадание на кофейной гуще**

*Если в кофейной гуще просматривается изображение бокала или чашки, это предвещает скорое изменение семейного положения. Если у гадающего нет семьи, вероятно, в скором времени она появится. Если у гадающего есть семья, возможно, в скором времени ожидается прибавление в семействе.*

### **Коктейль яблочно-кофейный**

*Требуется:* 20 г кофейного сиропа, 80 г яблочного морса или сока, 50 г компота из любых фруктов.

*Способ приготовления.* Смешайте кофейный сироп и яблочный морс в шейкере, вылейте в высокий бокал, добавьте несколько ягод из компота-ассорти и фруктового сиропа. Украсьте

соломинкой или зонтиком.

### Торт «Нежность»

*Требуется:* 2 стакана муки, по 1/2 стакана картофельного крахмала и сахара, 15 яиц.

*Для начинки и крема:* 300 г кофейной пропитки, 1/2 стакана сахара, 2 яйца, 1 стакан молока, 400 г сливочного масла, ванильная пудра.

*Для украшения:* 40 г лесных орехов, 10 г бисквитной крошки.

*Способ приготовления.* Яйца с сахаром подогрейте на водяной бане до 40—42°С, энергично помешивая венчиком. Затем охладите до 20°С, непрерывно взбивая смесь венчиком в течение 20—30 минут. Далее массу смешайте с мукой и еще раз все хорошо перемешайте. Для сливочно-кофейного крема сахар и молоко смешайте и подогревайте на слабом огне, постоянно помешивая. Смесь доведите до кипения. Оставшийся сахар и яйца разотрите венчиком до густой белой пены. В полученную смесь тонкой струйкой влейте нагретое молоко, выдержите при температуре 95°С на водяной бане до тех пор, пока она слегка не загустеет (4—5 минут), затем процедите через сито. Немного охладите и взбейте, постепенно добавляя в размягченное сливочное масло. В конце взбивания, через 20—30 минут, положите сахарную пудру или ароматизаторы.

Выложите тесто на смазанный растопленным маслом противень и слегка посыпьте мукой. Поверхность теста выровняйте широким ножом, бисквит выпекайте при температуре 190—220°С в течение часа. Готовность определяется по цвету корочки и по упругости. Свежий бисквит при нарезке крошится, поэтому выдержите его после приготовления в течение 8 часов.

Выпеченный и выдержанный бисквит разрежьте на два слоя и пропитайте кофейной пропиткой. Приготовьте пропитку следующим образом: кофейный настой, сделанный на основе молотого кофе, перемешайте с сиропом для пропитывания в соотношении 1:2, добавьте воды и немного подержите на огне. Прослоите торт сливочно-кофейным кремом. Поверхность торта украсьте кофейным кремом, бисквитной крошкой и орехами. Можно сделать красивую надпись при помощи крема, выдавливаемого из кондитерского мешочка.

...

#### **Кофе и здоровье**

*Несмотря на правдивость информации о положительном воздействии кофе, он может оказывать на организм и вредное влияние. Напиток противопоказан при гипертонии, бессоннице,*

### **Трюфели**

*Требуется:* 250 г сахара, 1 стакан молока, 500 г муки, 3 ст. л. сливочного масла, яичный желток, 1 ст. л. растворимого кофе, 2 ч. л. рома или ромовой эссенции, 50 г спирта или другого крепкого алкогольного напитка.

*Способ приготовления.* Молоко вскипятите вместе с сахаром на медленном огне. Муку слегка обжарьте на сухой сковородке и просейте через мелкое сито. Растопленное сливочное масло взбейте вместе с яичным желтком, добавьте муку, молоко и оставшиеся компоненты. Все вымесите и, посыпав руки сахарной пудрой и растворимым кофе, скатайте в небольшие шарики. Придайте шарикам форму трюфелей. Трюфели уложите в цветные бумажки и храните в картонных коробках.

### **Кофейная запеканка**

*Требуется:* 300 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 75 г маргарина, 100 г сахара, соль, 6 яиц, 40 г лимонных цукатов, 3 ст. л. растворимого кофе, ванилин.

*Способ приготовления.* Пшеничный хлеб нарежьте небольшими ломтиками и замочите в молоке. Маргарин, соль и сахар разотрите до появления белой пены, постепенно добавляя яичные желтки. Полученную смесь перемешайте вместе с хлебной массой, положите растворимый кофе и сахарный песок, цукаты и ванилин, осторожно введите, слегка помешивая, взбитые в пену белки. Приготовленную массу выложите в форму, смазанную жиром или растопленным сливочным маслом. Запекайте в духовом шкафу в течение 50 минут при температуре 200—220°С. Запеканку украсьте сахарной пудрой или размолотыми орехами.

...

#### **Кофейные советы**

*Если вы любите мягкий вкус кофейного напитка с чуть заметной кислинкой, выбирайте сорт арабика. Если же вас больше привлекает в кофе его крепость и горечь, отдавайте предпочтение зернам робуста.*

### **Ореховые колбаски**

*Требуется:* 60 г пшеничного хлеба, 75 г песочного печенья, 70 г сахара, 120 г маргарина или сливочного масла, 15 г растворимого кофе, 80 г ядрышек лесных орехов.

*Способ приготовления.* Хлеб (предпочтительнее черствый)

нарежьте мелкими кубиками, орехи слегка обжарьте на слабом огне. В растопленное масло добавьте нарезанный хлеб, орехи, печенье, растворимый кофе, сахар, хорошо перемешайте. Полученную массу заверните во влажную целлофановую пленку, придавая изделию форму колбаски, и поставьте на холод на 3—4 часа. Перед подачей к столу колбаску нарежьте ломтиками.

...

### ***Из жизни великих***

*Мадам Блаватская утверждала, что запах кофе способствует расслаблению и погружению в себя.*

### **Заключение**

После знакомства с этой книгой вы сможете применить на практике все новое, что узнали, прочитав книгу. И, воспользовавшись рецептами книги, приготовите превосходный кофе, от которого невозможно оторваться. Теперь вам известно, что необходимо, чтобы ваш кофе всегда был ароматным и вкусным. Воспользовавшись советами, о которых написано в книге «Твоя кофейня», вы всегда будете уверены во вкусе приготовленного вами кофе.

Перед тем как приготовить по какому-либо новому рецепту кофе для друзей и близких, попробуйте прежде всего сварить его для себя. В этом деле немаловажное значение имеет мастерство. Немного набив руку на каком-либо рецепте, предложите сваренный вами по нему кофе друзьям – они будут удивлены оригинальными вкусовыми качествами напитка, его ароматом, мягкостью и тем, как вы быстро справились, буквально выжав из кофейных зерен весь их аромат и лучшие качества.

Но не стоит останавливаться на каком-то одном понравившемся вам рецепте. Лучше, если вы постепенно попробуете сварить кофе по каждому из предложенных рецептов. Поверьте, вам не придется жалеть о потраченном времени. Зато, когда вы узнаете на практике свойства каждого из сортов кофе, поймете разницу между хорошими кофейными зернами и не очень, а также отличие вкусовых качеств в зависимости от степени помола, длительности варки и различных добавок, вы сразите близких «наповал» своими практическими навыками в приготовлении кофе.

Многообразие приведенных в этой книге рецептов и советов могут оказаться очень полезными. Например, если в хмурый дождливый день вас решил навестить какой-либо гость с настроением, скажем так, «ниже среднего», его сможет согреть и поднять настроение чашка напитка «Огненный кофейный пунш», «Черная красавица» или любого другого, оказавшегося незаменимым в данной ситуации. И наоборот, если за окном невыносимая жара, прекрасным угощением для ваших гостей будет холодный кофе,

например «Кофе-гляссе» или «Холодный кофе с молоком», а то и просто «Кофейный лед».

Для приверженцев здорового образа жизни, привыкших пить по утрам соки и любящих вкус свежих фруктов, но желающих немного взбодриться, в книге приводятся рецепты приготовления кофе с различными фруктами и соками, в зависимости от вкусовых предпочтений.

Кроме того, в книге даны рецепты кофе, традиционные для той или иной страны, что, согласитесь, по крайней мере интересно попробовать. Тех, кто перепробовал немало различных видов кофе, возможно, порадует своим новым вкусом кофе, приготовленный по экзотическому рецепту.

К тому же приведенные в книге рецепты кофейных сиропов и коктейлей принесут немало удовольствия не только вам, но и детям.

Словом, прочитанное в нашей книге вы сможете без особых усилий применить на практике и разнообразить свое представление и представление ваших друзей о кофе.



**Елена Маслякова**

# Твоя блинная

## Аннотация

Русские блины – блюдо, любимое многими. Однако лишь незначительная часть людей знает, как правильно испечь блины и какие их разновидности существуют. Данная книга является уникальным изданием, посвящающим читателя в историю блинов. Особенности приготовления пресных, воздушных, заварных и дрожжевых блинов, блинов с кашей, припеком, блинцов и блинчиков, а также всевозможных начинок к ним, – все это можно найти в книге. Кроме того, издание содержит информацию о традициях, связанных с этим блюдом, напитках и соусах, которые принято подавать к ним, советы, следуя которым можно улучшить вкус этой выпечки, пословицы и поговорки, высказывания великих о блинах и многое другое. Книга заинтересует всех, кто отдает предпочтение русской кухне и любит готовить.

Елена Владимировна Маслякова

Введение

Глава 1. История блинов

Глава 2. Оборудование для домашней блинной

Глава 3. Блины пресные (на соде)

С гречневой мукой

С манной крупой

Кефирные

Овсяные

Творожные

«Наслаждение»

Соевые

«Монастырские»

С окаррой

С томатным соком

«Бабушкины»

«Уральские»

«Барские»

На воде

Кофейные

Картофельные

Глава 4. Блины на дрожжах

Дрожжевые опарные

Скороспелые опарные

Медовые опарные

Сдобные опарные

«Шоколадные»

«Диетические»



Ржаные  
Древнерусские, из смешанной муки  
Простые безопасные  
Безопасные фруктовые  
Безопасные особые  
Безопасные диетические на кефире  
Сдобные весенние  
Ржаные с капустой  
Детские сдобные с орехами и медом

#### Глава 5. Блины воздушные

Воздушные пшеничные  
Овсяные «Сюрприз»  
Манные  
Воздушные розовые  
Ржаные воздушные  
Воздушные на сметане  
Воздушные с тмином  
Воздушные с черносливом  
Манно-овсяные  
«По-флотски»  
«Кострома»  
«Донские»  
Воздушные на сливках  
С орешками  
«Яблочко»  
Воздушные цитрусовые  
Воздушные картофельные  
Воздушные на кефире

#### Глава 6. Блины с кашей

Овсяные  
Картофельные  
Картофельные (2)  
Манные  
С манной кашей (2)  
С пшенной кашей  
С гречневой кашей  
С пшеничной кашей  
С геркулесовой кашей  
С рисовой кашей  
Рисовые  
С ячневой кашей  
С гурьевской кашей  
С перловой кашей  
С рисовой и пшенной кашей  
С пшенной кашей и тыквой  
«Пшеничные»  
С творогом

С тыквенной кашей  
С полентой  
Гороховые  
«Праздничные»  
«Ассорти»  
С кашей из саго  
«Утренние»

#### Глава 7. Блины заварные

Дрожжевые заварные  
Гречнево-пшеничные  
Заварные гречневые  
Тыквенные (1)  
Тыквенные (2)  
Заварные на соде  
«На скорую руку»  
Заварные с луком  
Заварные с яблоками  
Заварные с картофелем  
Заварные с пшеном  
Заварные с изюмом  
Заварные с курагой  
Заварные капустные

#### Глава 8. Блины с припеком

С жареным луком  
С жареной капустой  
С жареными грибами  
С морковью и луком  
С зеленью  
С яйцом и луком  
С тыквой  
С солеными огурцами  
С сыром  
С мясом  
С изюмом  
С гречневой кашей

#### Глава 9. Блины масленичные

«Русское угощение»  
«К празднику»  
«От гостеприимной хозяйки»  
«Сладкие»  
«К чаю»  
«Лакомый кусочек»  
«Сюрприз»  
«Воздушные»  
«Традиционные»  
«К ужину»  
«Ягодные»

«Проводы зимы»  
«Легкие»  
«Русские»  
С овощами  
«Ассорти»  
«Особые»  
«Лимонные»  
«Праздничные»  
«Нежные»  
«Румяные»  
«Необычные»  
«Тещино угощение»  
«Молочные»  
«Угощение от молодой жены»  
«Гурьевские»  
«Русская деревня»  
«Грибные»  
«Гороховые»  
«Абрикосовые»  
«К завтраку»

#### Глава 10. Блинцы

Кислые  
Медовые с изюмом  
Фруктовые с кусочками фруктов  
С кабачком  
С картофельным пюре  
С сырым картофелем  
С паштетом  
С печенью  
На кефире  
На кефире с медом  
С молочной кашей  
С ржаным хлебом  
Сухарные  
Диетические  
Шоколадные  
Детские  
Розовые  
Капустники  
С грибами  
Пивные  
С апельсиновым соком  
Медовые с водкой  
Клюквенные  
Старинные русские «Рябинушка»  
Славянские с отрубями  
Безопарные с отрубями

К кофе  
Сдобные  
С творогом

#### Глава 11. Блинчики кислые (на дрожжах)

Молочные  
Гречневые  
Картофельные  
Овсяные  
Скороспелые  
Пшенные  
Медовые  
Творожные  
Яблочные  
Простые  
На сметане  
Розовые дрожжевые  
Десертные  
Манные на дрожжах  
На простокваше  
На соевом молоке  
Фруктовые  
Абрикосовые  
На сгущенном молоке  
Сырные  
Шоколадные  
На пиве  
С вишневым сиропом

#### Глава 12. Блинчики пресные (на соде)

«Пальчики оближешь»  
«Сытные»  
«Богатырские»  
Манные  
Разноцветные  
С сюрпризом  
«Тюлевые»  
Шоколадные  
«Снежная королева»  
«Отличное настроение»  
«Розовые»  
Постные  
К пиву  
С редькой

#### Глава 13. Блинчики воздушные

С медом  
С творогом  
С яблоками  
С мясом

Со сметаной  
Розовые  
С кремом  
Манные  
Яблочные  
Соевые  
На фруктовом соке  
С абрикосами  
С изюмом  
С сыром  
С селедочным фаршем  
С тыквой  
Со свеклой  
Блинчики  
Морковные  
Медовые  
С вареньем  
Ванильные  
Апельсиновые  
Шоколадные  
На сухом молоке  
На сгущенном молоке  
Кофейные  
Сметанные  
Сливочные  
Лимонные  
На киселе  
«Сюзетт»

#### Глава 14. Начинки для блинчиков

Творожная  
Из риса с яйцами  
Грибная  
Морковная  
Яблочная  
Из кураги  
Из соленых грибов  
Из гречки и печени  
Орехово-медовая  
Малиново-творожная  
Манная с вареньем  
Из кураги и изюма с лимонным соком  
Мясная  
Овощная  
Ягодная  
Сливовая  
Абрикосовая  
Вишневая

Грушевая  
Из джема и яблок  
Из гречневой крупы с говяжьим фаршем  
Пшенная  
Пшенно-тыквенная  
Ореховая  
Картофельная  
Яблочно-коньячная  
Желтковая  
С маком  
Творожная  
Творожная с изюмом  
Из готового яблочного повидла  
Из ревеня  
Острая  
Луковая  
Из говяжьей печени  
Паштет из печени трески  
Рыбная с гречневой кашей  
Из фасоли  
Из помидоров с яйцами  
Из рыбного паштета  
Свекольная  
Из трески  
Из плавленого сыра  
Куриный фарш  
Из риса и сыра  
С картофелем и томатом  
Из тыквы с медом  
Из рубленых яиц с рыбой  
Из огурцов с морковью

#### Глава 15. Блинчатые пироги и блинницы

Блинчатый пирог «Русское поле»  
«Вишенка»  
«Овощной»  
«Яблочно-сливовый»  
«Деревенский»  
«Медовый»  
«Куриный»  
«Десертный»  
«Летний»  
«Манный»  
«Молочный»  
Блинница «Гороховая»  
Пшеничная  
«Грибная»  
«Мясная»

«Рыбный»  
«Особый»  
«Ленивый»  
«Купеческий»  
«Лапшица»  
«Букет»  
«Лисичка»  
«Лесной»  
Блинница «Сладкоежка»  
«Царский»  
«Крестьянская»  
«Славянский»  
Блинница «Лакомка»

#### Глава 16. Запеканки из блинов

Запеканка с картофелем  
С мясной начинкой  
Морковно-блинные запеканочки  
С кукурузной начинкой  
Вьетнамские  
Испанская  
Творожно-блинная  
С грибной начинкой  
«Сладкая» с абрикосами  
«Экзотическая»  
«Осилишь, богатырь?»  
«Фейерверк лета»  
Блинно-ореховая  
«Райское наслаждение»  
С морской капустой  
Хрустящая «Шипы розы»

#### Глава 17. Соусы к блинницам и запеканкам

«Медовый»  
«Ванильный»  
С вином из ягод  
«Малиновый»  
«Шоколадный»  
«Ассорти»  
Со сливками и грибами  
«Яичный»  
Смородиновый с лимоном  
«Летний»  
«Чесночный»  
«Светлый»  
«Сливочный»  
«Клюквенный»  
Сметанный  
«Пикантный»

«Нежный»  
«Традиционный»  
«Яичный»  
«Деликатесный»  
«Ореховый»  
«Крестьянский»  
«Деревенский»  
«Творожный»  
«Царский»  
Майонезный  
Кефирный  
Из тыквы с медом  
Сырный  
Из помидоров  
Луковый  
Яблочный  
Из ревеня  
Желтковый  
Яблочный с коньяком  
Грушевый  
Из варенья  
Абрикосовый  
Вишневый  
Ягодный  
Сливовый  
Из сухофруктов  
Манный

#### Глава 18. Напитки к блинам

Чай черный  
Чай с лимоном  
Чай со сливками  
Ягодный чай  
Цитрусовый чай  
Мятный чай  
Чай «Липовый цвет»  
Напиток «Молочный»  
Напиток из ревеня  
Напиток «Вишенка»  
Апельсиновый напиток  
Молоко с фруктово-ягодным сиропом  
Напиток «Лимонная симфония»  
Напиток из клюквы  
Напиток «Клубника в молоке»  
Томатный напиток  
Малиновый морс  
Кофе с молоком или сливками  
Кофе на молоке



Холодный кофе  
Какао  
Какао со сгущенным молоком  
Какао со взбитыми сливками  
Какао с яичным желтком  
Апельсиновый сок со сливками  
Кисель клюквенный  
Клубничный кисель  
Вишневый кисель  
Кисель яблочный  
Кисель из шиповника  
Молочный кисель  
Компот яблочный  
Компот из персиков  
Вишневый компот  
Компот яблочно-мандариновый  
Компот из сухофруктов  
Коктейль «Кофейный»  
Черносмородиновый коктейль  
Морковно-яблочный коктейль  
Заключение

## **Введение**

Если раньше вы никогда не пекли блины, значит, познакомившись с этой замечательной книгой, обязательно научитесь готовить это вкуснейшее блюдо. Книга поможет вам даже стать настоящим профессионалом блинного дела. В ней вы найдете и достаточно простые, и оригинальные рецепты их приготовления, а также

поближе познакомитесь с нашей историей, особенно с теми ее моментами, которые касаются «происхождения» блинов. В давние времена блины считались культовым блюдом славян и играли довольно значительную роль в их жизни, особенно во время всевозможных праздников.

Возможно, именно поэтому существовало огромное количество различных рецептов их приготовления. С чем только не пеклись блины! Раньше шутили, что «блин с любым блюдом охоч». Так, на Масленицу устраивались настоящие состязания среди хозяек, у кого и какие блины будут вкуснее: из пресного и дрожжевого теста, из разных сортов муки, с добавлением всевозможных приправ, большие или маленькие.

К сожалению, сегодня перед нами не слишком радостная картина: некоторые, например, стали уже забывать, чем различаются между собой блины, блинчики и блинцы. Со временем многие рецепты оказались незаслуженно забытыми. Однако мы решили вспомнить о старинных традициях и рассказать читателю, насколько они применимы к новым условиям жизни. Именно поэтому вы не только узнаете, в чем же заключается различие между блином и его вариациями, но и познакомитесь с особенностями их приготовления.

Существует множество разнообразных рецептов всевозможных блинных пирогов и запеканок, в прежние времена очень популярных из-за своих вкусовых качеств и особой сытности. Вы можете самостоятельно поэкспериментировать, подбирая к своим запеканкам и блинницам новые оригинальные соусы и начинки. Помимо этого, вам наверняка захочется удивить домочадцев и гостей какими-либо новыми напитками. Рецепты последних также изложены на страницах этой книги.

Помимо рецептов и исторической справки, вас наверняка заинтересует и глава о том, как лучше оборудовать место для выпечки блинов, какую посуду и приспособления эффективнее использовать. Ведь нередко от того, какой сковородой вы пользуетесь для выпечки блинов, зависят их вкусовые качества. Так, к примеру, считается, что лучшие блины получаются на чугунных сковородах. Раньше их вообще предпочитали печь в русских печах, где они подрумянивались одновременно с обеих сторон, поэтому имели характерный коричневый оттенок, хотя их не приходилось переворачивать в процессе жарки. Сейчас, конечно, очень тяжело найти в городских условиях русскую печь, однако некоторые старинные рекомендации будут к месту и теперь.

Помимо своей чисто практической направленности, книга наверняка заинтересует вас небольшими рассказами о русских традициях, связанных с блинами, пословицами и поговорками о блинах. Насколько широко блины были и остаются популярными,

говорит и тот факт, что даже известные писатели и поэты нередко упоминают о них в своих произведениях, отрывки из которых вы также увидите в этом издании. Известно, что многие великие люди не отказывали себе в удовольствии съесть на завтрак или ужин блин-другой. Об этом вы также узнаете, прочитав книгу.

Здесь же представлена масса советов, как сделать свои блины вкуснее, ароматнее и оригинальнее. Эта книга подойдет даже тем, кто упорно заботится о своей фигуре и избегает употреблять в пищу мучное. Все дело в том, что некоторые виды блинов, например из пресного теста на растительном масле, совершенно не повлияют на ваш вес. Поэтому даже люди, испытывающие проблемы с лишним весом, смогут побаловать себя любимым лакомством. Другими словами, мы надеемся, что эта книга будет интересна, а главное, полезна широкому кругу читателей, ведь следовать ее советам и рекомендациям могут не только женщины, но и мужчины, желающие хотя бы раз в году сделать своей жене и детям что-нибудь приятное. Издание написано простым, доступным языком и содержит поистине ценную информацию о блинах и их приготовлении.

## Глава 1. История блинов

Первое упоминание о блинах относится к VIII веку. На стоянке кривичей, найденной археологами вблизи озера Ильмень, была найдена кухонная утварь. Из черепков, обнаруженных в выгребных ямах, восстановлена посуда. Среди осколков глиняных кувшинов встречались и фрагменты плоских блюд. Предполагают, что такого рода посуда использовалась для хранения пирогов, а также блинов. Считается, что самым распространенным блюдом из теста после хлеба были блины.

Из всего множества племен, существовавших в те времена в Европе, посуда такой формы встречалась только у славеней и кривичей. Эти народы проживали на территории нынешних Ленинградской и Новгородской областей.

Историки-этнографы предполагают, что появление блинов связано с народными языческими обрядами. Так, у древних славян было распространено идолопоклонничество. В те времена существовало множество богов. Например, бог Солнца – Ярило, бог плодородия – Дажьбог, Перун – бог молнии и грома.

...

### ***Из жизни великих***

*Великий русский князь Владимир в 988 году крестил Русь. Он отменил языческие праздники. Первобытные языческие обычаи сопровождались жестокостью и насилием. Например, в жертву некоторым богам в равной степени могли приносить как животных, так и*

*людей, рядом с умершим хоронили его живую жену. Имели место и особенные языческие праздники. Один из них, сохранившийся до наших дней, – Масленица. На нее в большом количестве готовили блины. Сам князь с детства любил их, а также праздник, посвященный проводам зимы. В результате языческий обычай сохранился и в наши дни, существуя параллельно с обычаями православия. Наибольшей популярностью в те времена пользовались блины с медом.*

Древние люди старались стать как можно ближе к божествам. Очень популярным был обряд принесения в жертву животных. Кроме того, славяне мастерили всевозможные фигурки богов – идолов. Одним из таких идолов можно по праву считать блюдо из теста – блин, который по форме напоминал солнце. В основном блины готовили во время великих праздников. В наше время осталось несколько таких праздников. Один из них – проводы зимы – Масленица. Главным героем праздника было чучело, наряженное в женское тряпье или в солому. Вымышленный персонаж держал в руках масляный блин, отсюда и название. В редких случаях в руках у Масленицы была сковородка. Праздник продолжался в течение недели.

Так как металлические изделия в конце I тысячелетия были большой редкостью, то и блины готовили в основном в глиняных печах на плоской каменной плите, которую смазывали животным жиром. Постепенно технология приготовления блинов совершенствовалась. Чуть позже в обиходе славянских племен стала появляться посуда из металла. В основном это были сковороды и жаровни из чугуна (высокоуглеродистая сталь). В это же время появились знаменитые чугунки, которые и до сих пор встречаются в глухих деревнях. Жаровни мазали не только салом, но и другими маслами. Все зависело от того, какой достаток был у семьи.

Первоначально качество муки оставляло желать лучшего. Иногда в тесто кроме пшеничной муки клали ржаную. Таким образом, в те времена у блинов были особенные вкусовые качества.

...

### ***Русские традиции***

*По всей России на перекрестках больших и малых торговых путей существовали так называемые ярмарки. Это особые места, которые оживлялись лишь несколько раз в год, во время ярмарочных гуляний. Основное время проведения ярмарок определялось завершением сбора урожая. Самые богатые россияне ехали на крупные ярмарки в Москву или Новгород. Люди победнее съезжались на местные ярмарки.*

*Основная деятельность ярмарок – купля-продажа приготовленных к этому дню товаров. Но неотъемлемой частью было и гулянье, открывались питейные палатки, скоморохи давали представления, проводились конкурсы рукоделия и женского мастерства. В числе основных блюд, оцениваемых на таких конкурсах, всегда присутствовали всевозможные блины.*

В древности тесто для блинов готовили с добавлением пивных дрожжей. Но с течением времени рецепты и технология их выпечки эволюционировали. Такое изменение рецептов связано с историческими событиями, происходившими в те времена в Восточной Европе.

Разрозненные племена стали объединяться в небольшие княжества. Так появились в Киевской Руси, Владимиро-Суздальское и другие знаменитые владения русских князей. В конце IX столетия князь Владимир принял христианство. Крещение Руси сыграло большую роль в отношениях с Византией. Все языческие праздники были отменены. Стали строиться христианские церкви и храмы, развивалась каменная архитектура, появилась фресковая роспись.

Некоторые языческие праздники прочно закрепились среди русского народа. Люди по-прежнему отмечали Масленицу. Церковь не смогла искоренить все прежние обычаи.

Рецепт блинов издавна известен среди славянских племен. В самом начале их готовили без начинок, а только мазали жирами. Впоследствии их стали есть с различными добавками, таким образом появились блинчики. Для начинки старались использовать самые недорогие продукты, в основном это были грибы, в редких случаях мясо. Сладкая начинка представляла собой всевозможные виды варенья (чаще всего яблочное), а также творог.

Множество славянских племен жили в десной зоне, перемежающейся болотистыми местами, а значит, и клюквой, голубикой, брусникой, морошкой. Здесь, видимо, впервые и стали делать ягодную начинку для блинов. Обычно ягоды перетирали с сахаром, ранее – с медом. Впоследствии появилось огромное количество всевозможных начинок. Их разнообразие объясняется территориальной близостью различных племен, полукочевым образом жизни некоторых из них, а значит, и взаимопроникновением культур и обычаев.

300 лет русский народ находился под гнетом татар. За эти годы многое из культуры завоевателей перетекло к славянам. Кухня степняков отличалась пристрастием к мясным блюдам.

Популярными считались плов, жаркое со всевозможными соусами. Эта традиция заимствована у татар. Впоследствии рецепты

изменялись, дополнялись и доводились до совершенства. Таким образом появились новые мясные блюда. Мясо стали добавлять в изделия из теста. Как и пироги, блины начиняли мясным фаршем, в основном говяжьим.

Восточный вариант приготовления мясного фарша для блинов отличался присутствием огромного количества разнообразных специй и пряностей. Такие блины ели с острым соусом, приготовленным из мясного бульона со сливочным маслом, морковью, репчатым луком и т. д. Большой популярностью пользовался ливерный фарш, который рубили из внутренних органов, в основном из печени.

...

### **О блинах**

*Братья Гримм в своей сказке « Волк и лиса » так описывают вкусовые качества истинно русского блюда – блинов: «Проглотил волк блины вмиг и говорит: – Они такие вкусные, что мне еще хочется. Пошел и свалил всю миску на пол – одни только черепки остались.»*

Многочисленные войны послужили объединению русских княжеств в большое государство. Образовались Украина и Белоруссия, другие страны, где складывалась своя национальная кухня. Все заимствования в области поварского искусства постепенно изменялись и совершенствовались в соответствии со славянскими традициями. Таким образом и появились разновидности блинов. Причем изначальный рецепт теста практически не изменился, менялась технология их приготовления. В средние века блины были неотъемлемой частью праздничного стола. Это блюдо нашло свое место на столе как в княжеской палате, так и в самой бедной избе.

До XVI века Сибирь была неизвестна русскому народу. Попытки проникнуть в восточные земли неоднократно предпринимались различными первооткрывателями. Подобным образом в Сибири оказался и Ермак. Осваивая новые территории, этот человек торговал с местным населением, производил обмен товарами. Многие ученые предполагают, что благодаря походам Ермака сибиряки впервые узнали о существовании блинов. Местное население в основном занималось охотой и рыболовством, здесь и не ведали о существовании пшеницы. Это была единственная сложность, возникшая на пути продвижения блинов на Восток. Немного позже в Сибири стали выращивать пшеницу, таким образом блины прочно закрепились в кухне народов, населяющих восточную часть нашей страны.

...

### **Из жизни великих**

*Сын царя Василия III, оставивший заметный след в*

*истории средневековой Росу, был известен своей жестокостью и презрением к поданным Но на его счету не только казни и опричнина, этот человек проводил государственные реформы. Иван Грозный укрепил торговые отношения с иноземными странами, освободил большие территории, занятые татарскими ордами.*

*Грозный любил принимать в своих хоромах иностранных послов. В гостях у царя побывали послы из Византии, Германии, Англии, Польши, из других заморских государств. Царь с почтением относился к визитерам, устраивал огромные пиры, на которых в основном подавали истинно русские блюда: осетрину, черную икру, жаркое, а на десерт – блины с медом. Ведь от того, насколько щедро украшен стол, зависело представление о могуществе и богатстве государства.*

В европейской части России в это время наибольшей популярностью пользовались блины со сметаной. Иногда в сметану добавляли творог. В описании царских пиршеств часто упоминается о блинчиках с творогом, которыми угощались только дворяне. Самым почетным гостям, в основном чужеземцам, предоставлялось право отведать блинов с черной или красной икрой. Тогда же появилась еще одна разновидность блинов – творожники. Тесто для них готовили по тому же рецепту, что и для блинов, только с добавлением творога. Блины настолько прижились в народе, что даже глобальные реформы Петра I не смогли искоренить это «деревенское» кушанье.

Петр Великий «прорубил» окно в Европу, тем самым дал возможность торговли европейских стран с Россией. И потянулись в нашу страну суда с иностранными товарами. Царь хотел приобщить Россию к европейской цивилизации. Для достижения своей цели он ввел слишком много новшеств, необычных для русского народа. В этот период кулинария пополнилась огромным количеством заморских блюд: появились пирожные, торты, невиданные напитки (кофе, шоколад). И тем не менее на больших приемах иностранных гостей угощали сугубо национальными блюдами. В это время в странах Западной Европы считали Россию неразвитой страной, где по улицам городов ходят медведи и бородатые мужики в тулупах. Правда, Россия славилась блинами с медом, они всегда пользовались популярностью среди иностранных гостей.

...

### ***Пословицы и поговорки о блинах***

*Праздничный стол без блинов – что дерево без листьев.*

Позже блины в аристократических кругах стали выходить из моды. Во времена царствования Екатерины Великой было не принято



подавать гостям такого рода кушанье, это считалось слишком несолидно. По правилам этикета, блины полагалось подносить ко рту при помощи вилки. Этот процесс занимал слишком много времени. Для того чтобы подцепить блин, нужно было обладать большой ловкостью и настойчивостью, так как пекли их из тонкого теста. Несмотря на это, блины довольно успешно выдержали конкуренцию и до сих пор радуют нас своим неповторимым вкусом. Блины и блинчики были популярны среди людей со средним достатком, а также среди крестьян. Эти люди, совершенно не стесняясь своего невежества, подносили блины ко рту самыми универсальными столовыми приборами – руками. Этот поистине русский обычай так и остался в русской культуре. И в наше время принято брать блины руками.

Многие знаменитые личности, оставившие заметный след в истории России, весьма любили блины. Например, знаменитый баснописец Иван Андреевич Крылов был в этой области истинным гурманом: он мог есть блины в любое время и в любых количествах.

Как известно, многим людям лакомства улучшают настроение, а некоторых – вдохновляют. Лев Николаевич Толстой считал, что обязательным блюдом в любой трапезе должны быть блины с медом, а работая над очередным литературным шедевром, просто требовал, чтобы ему в обязательном порядке подавали их к столу.

...

### ***Пословицы и поговорки о блинах***

*У богатого блины горой, а у бедного – с дырой.*

В настоящее время существует несколько разновидностей этой выпечки: собственно блины, блинчики, блинцы и оладьи. Каждый вид имеет свой рецепт приготовления и, соответственно, специфические вкусовые качества. Настоящие блины должны быть толстыми и большими. Для приготовления обычных блинов используют дрожжевое тесто (кроме того, в качестве разрыхлителя зачастую вместо дрожжей кладут взбитые белки). Тесто для блинчиков делается без дрожжей, но с молоком и большим количеством яиц, из-за чего блинчики получаются тоненькими. Блинчики подают и как самостоятельное блюдо, и с различными соусами. Весьма популярны у гурманов и блинчики, фаршированные какой-нибудь начинкой. В качестве начинки наиболее часто используются творог, изюм, лук и яйца, мясной и рыбный фарши.

Оладьи отличаются от блинов размерами. Тесто для них приготавливают дрожжевое, в результате оладьи получаются пухленькие. Вкус у них своеобразный, потому что тесто не совсем хорошо прожаривается. Оладьи в основном намазывают сливочным маслом и посыпают сахарным песком или пудрой. Промежуточная стадия между оладьями и блинами – блинцы.

В наше время, когда большинство женщин, не говоря уже о мужчинах, работают, дорога каждая свободная минута, в результате времени на приготовление очень замысловатых блюд не остается. Поэтому домашние хозяйки опасаются длинных рецептов. Приготовление блинов из дрожжевого теста, когда надо его вымешивать, а потом ждать, чтобы оно поднялось, требует достаточно много времени. Это послужило поводом для упрощения рецептов. Например, теперь не каждая домохозяйка знает о существовании блинцов. Самыми распространенными изделиями можно считать блинчики, испеченные из теста с молоком и яйцами. Наиболее популярные начинки для блинчиков – творог с изюмом и обжаренный мясной фарш.

...

### **Русские традиции**

*Блины нельзя строго определить как деревенское или крестьянское блюдо. Однако именно в деревне развивалась традиция их выпечки. И до сих пор в сельской местности нет ни одного дома, где не пекли бы блинов и где не было бы своего семейного рецепта, которому следуют в точности и передают детям. В городах такое можно встретить гораздо реже. Хотя каждая хозяйка пекла блины так, как она могла и как нравилось ее семье, существовали и общие условия. Так, блин должен быть толстым, но пышным, хорошо пропеченным. В нем должно быть много дырочек, но сверху и снизу он должен быть гладким, почти без дырок, румяный, не подгоревший и не бледный. Блины также должны быть одинакового размера.*

В настоящее время в России блины едят с чаем, в редких случаях как закуску к алкогольным (горячительными) напиткам. Часто их пекут на сливочном масле и сравнительно редко на свином сале и животном жире. Блины, смазанные жиром, питательнее. Издавна известно, что жиры – энергетически ценный продукт. Блины с медом – одно из популярных блюд в России. Медовые блинчики – актуальное угощение на праздничном столе. Обычай берет свое начало от Медового Спаса. Это древнерусский праздник, который устраивается в то время, когда мед скапливается в больших количествах. Существует и яблочный Спас. Начинка из яблочного варенья для блинчиков появилась также в результате христианского праздника. Во время языческого праздника Костромы принято есть блины с творогом.

Самыми искусными мастерами в приготовлении блинов можно по праву считать деревенских жителей, так как мастерство их выпечки в древние времена устно передавалось из поколения в поколение. И только во времена Петра I рецепты стали переносить на бумагу. Какими блины были в средние века, узнать сейчас не

составит особого труда. Для этого достаточно побывать в селах старообрядцев, небольшое число которых сохранилось до наших времен на Урале, в Западной и Восточной Сибири. Здесь вы найдете в первозданном виде все старообрядческие обычаи, в том числе и особенности приготовления пищи. Блины здесь пекут так, как пекли в незапамятные времена, рецепт практически не изменился.

Большинство начинок появилось еще до крещения Руси. Чтобы блины не надоедали повторяющимися начинками, хозяйки старались разнообразить их всевозможными наполнителями. Наиболее популярными считались и до сих пор считаются тушеная капуста, с картофель, а также салаты из овощей.

На территории России проживает множество народностей, и это способствует смешению разных культур. Объединение в свое время России и Украины сыграло большую роль в формировании современной культуры. Один мудрый человек сказал: « Если двое людей обменяются яблоками, то у каждого останется по яблоку. Если у двух людей есть по идее, и они ими обменяются, то у каждого останется по две идеи». Государство Российское объединяет в себе восточную и западную культуры. В разные времена степень проникновения этих культур была неодинакова – преобладало влияние стран Азии. Изменение влияния в основном обусловлено расширившимися отношениями России с европейскими странами.

Сегодня в европейской части России очень высокая плотность населения. Здесь живут украинцы, белорусы, казахи, татары, мордва, кавказские народы и т. д. Между людьми разных национальностей, проживающими на одной территории, происходит обмен опытом, в том числе и в области поварского искусства.

На Украине принято обжаривать блины на свином сале, которое растапливают на сковороде. Затем обжаривают лук, добавляют помидоры и яйца, то есть жарят яичницу с томатами. Это блюдо едят вместе с блинами. К блинчикам украинцы в основном приготавливают фаршированное мясо (свинину) или картофель. В некоторых случаях свинину заменяют птицей, которую предварительно пропускают через мясорубку. В основном для этих целей используют мясо кур или гусей, в редких случаях утиное. Иногда блинчики начиняют жареными грибами.

Сладкие блины также довольно распространены на Украине. Редко в тесто добавляют соль. Слегка соленые грибы идут как закуска к горилке. Для блинчиков украинцы иногда делают начинки из овощного фарша. Интересная особенность данного рецепта: фарш термически не обрабатывают. Состав ингредиентов, добавляемых в блинчики, географически изменяется. На Западной Украине предпочитают блинчики с морковным фаршем, в который кладут

сахар. Люди, проживающие в восточной части этой страны, приготавливают фарш из сахарной свеклы.

В Белоруссии довольно популярны блинчики с вареными яйцами и зеленым луком. Часто начинку для них готовят, включая большое количество разных специй. Народным белорусским блюдом являются блинчики с грибами, картофелем и луком. Блинчики с тушеной капустой по вкусовым качествам напоминают хорошо известные пирожки с тушеной капустой. Также большой популярностью пользуются необычные для России блинцы, по внешнему виду напоминающие оладьи.

...

### ***Из жизни великих***

*Один из великих русских людей – Александр Невский – знаменит как герой Ледового побоища. После победы над врагами на большом пиру, на котором князю подносили блины с медом. О том, что предпочитали великие люди, можно узнать только по описанию торжеств и великих праздников. Князь, по описанию, был высокий и крепкий человек, обладавший великой силой. К блинам на пирах предпочитали подавать душистый липовый мед. Уже в те далекие времена появилось первое упоминание о блинах, в которые заворачивали творог со сметаной. Такое кушанье еще не было распространено среди простонародья, естественно, что ими угощались князья и их приближенные. Вполне возможно, что во времена Александра Невского блины по вкусу сильно отличались от тех, которые едят в настоящее время.*

Среди народов, проживающих на Юго-Востоке России, наиболее распространены начинки из рисового фарша с яйцом, из щавеля с сахарным песком.

На Дальнем Востоке считаются деликатесом блинчики с красной икрой. Неповторимый вкус у блинчиков с крабовым мясом. Наиболее популярен фарш из морской рыбы. Часто для этих целей используют тихоокеанскую сельдь. В редких случаях для блинов готовят мясную начинку с добавлением крупных креветок, консервированных каштанов, а также кунжутного масла.

«Ареал» блинов постоянно расширялся. Они завоевали новые страны. В настоящее время блины очень популярны в Нидерландах, Англии и Бельгии. Здесь также периодически устраиваются соревнования по их приготовлению. Несколько результатов даже занесены в Книгу рекордов Гиннеса. В 1990 году в Нидерландах выпекли блин, масса которого составляла 1300 кг, а диаметр – 10,03 м. При таких огромных размерах он имел очень небольшую толщину – всего 2,6 см.

В Восточной Европе, а именно в Болгарии, для блинчиков

используют начинку из баклажанной икры. Не меньшей популярностью у домашних хозяек пользуются блинчики с паштетом из кабачков и брынзы. Иногда для них приготавливают специальный чесночный соус с шаровидным сладким перцем. В Болгарии часто в качестве начинки используют мазеник – паштет по-асеновградски. Кроме грецких орехов в такой паштет добавляют чеснок, растительное масло и уксус.

Греческая кухня также привнесла некоторые изменения в рецепт блинов. Большой популярностью пользуется начинка из фаршированных огурцов, куда добавляют томатную пасту, муку, а также лимонный сок. Редко в качестве начинки используют обжаренную фасоль.

В Испанской обычно в блинчики помещают свиной паштет по-каталонски. Для него используют белое вино, молотый черный перец, гвоздику и майоран.

На Пиренейском полуострове предпочитают блины с суфле, которое приготавливают из апельсинового сока, сливочного масла, муки, яичного белка. Поскольку в Испании под клубнику заняты огромные плантации, здесь к блинам подают сладкую подливку из перетертой свежей клубники и сметаны. Из-за жаркого климата блины здесь употребляют с мороженым или же обмакивают в холодный молочно-фруктовый коктейль.

В Германии предпочитают мясные и рыбные блюда. Именно поэтому здесь самая распространенная начинка для блинчиков – колбасный фарш, особенно домашнего приготовления.

Из всего сказанного можно сделать вывод, что русские блины – блюдо достаточно древнего происхождения, за долгие годы ставшее одним из любимых лакомств практически на всем земном шаре.

## Глава 2. Оборудование для домашней блинной

В этой главе мы подробно рассмотрим все, чем должна быть оборудована домашняя блинная, все, что может вам пригодиться при жарке блинов, а также расскажем о способах, которые помогут поддерживать в кухне чистоту и порядок.

Начнем по порядку. Во-первых, для приготовления теста вам понадобятся довольно вместительные емкости. Для дрожжевого теста, увеличивающего свой объем по крайней мере в 2 раза, подойдет кастрюля на 5—6 л, но может пригодиться и емкость поменьше, объемом около 3 л – для замешивания теста для блинчиков, блинцов и прочего. 2—3 кастрюли разной величины, эмалированные или из нержавеющей стали, должны быть всегда под рукой.

...

### **О блинах**

*«...Чичиков свернул три блина вместе и, обмакнув их в растопленное масло, отправил в рот, а губы и руки вытер салфеткой. Повторивши это три раза, он*

*попросил хозяйку приказать заложить его бричку.  
Настасья Петровна тут же послала Фетинью,  
приказавши в то же время принести еще горячих  
блинов.*

*– У вас, матушка, блинцы очень вкусны, – сказал  
Чичиков, принимаясь за принесенные горячие».  
Н.В. Гоголь. «Мертвые души»*

Старайтесь использовать их исключительно для работы с тестом, так оно очень чувствительно к посторонним запахам. Если вам все-таки приходится пользоваться емкостью из алюминия или другого цветного металла, советуем не оставлять в ней тесто на долгое время. Иногда неиспользованное тесто хозяйки ставят на ночь в холодильник, в этом случае его необходимо перелить в кастрюлю с нейтральным покрытием.

Накрывайте кастрюлю с тестом не крышкой, а чистой льняной или хлопчатобумажной салфеткой или полотенцем. Таких салфеток на кухне должно быть несколько.

Вам понадобится и сито для просеивания муки, чтобы она перед замешиванием обогатилась кислородом. Можете пользоваться традиционным деревянным ситом с капроновой сеточкой, но подойдет и металлическое, с достаточно мелкой сеткой из металла. Просеивайте муку прямо на чистый кухонный стол или на специальную разделочную доску. Просеивание муки также предохраняет от попадания в тесто различных паразитов и постороннего мусора.

...

### **Блинные советы**

*При замешивании блинного теста можно использовать необычную технологию, а вернее, порядок смешивания ингредиентов: разотрите яйца с сахаром, добавьте соль, затем попеременно всыпайте небольшие порции муки и вливайте молоко, каждый раз доводя тесто до густоты сметаны. В конце влейте оставшееся молоко и размешайте тесто венчиком или миксером.*

Размешивать тесто можно простой столовой ложкой, но целесообразнее это делать специальным венчиком или пружинкой. Венчиком очень удобно взбивать яйца, их консистенция при этом становится особенно однородной. Жидкое тесто для блинчиков и даже более густое тесто для блинов также размешивайте венчиком, если он достаточно жесткий. Но, безусловно, наиболее продуктивный и наименее трудоемкий способ – использование миксера.

Выбор современных миксеров с самыми разнообразными насадками поистине огромен. Основные параметры, на которые стоит обратить внимание – это мощность миксера и наличие у него

соответствующих насадок. Форма их может быть различна, но наиболее удобной для перемешивания жидкого теста считается насадка из тонкой жесткой проволоки в форме призмы или параллелепипеда. Но даже довольно мощный миксер не сможет долго перемешивать густое тесто, поэтому при его замешивании следите, чтобы он не перегрелся и не перегорел. При приготовлении легкого, более жидкого теста для блинчиков и тонких блинов миксер – незаменимый помощник. Его функцию с успехом может выполнить и кухонный комбайн, если в нем заложено выполнение таких операций.

...

### **О блинах**

*Наш великий поэт Александр Сергеевич Пушкин воспел блины в своем романе «Евгений Онегин». Описывая семью Лариных, русскую по своему духу и жизненному укладу, несмотря на стремление хозяйки по молодости подражать западным образцам, он отмечает: «У них на Масленице жирной водились русские блины». В этом все – и наше православие, и органично сочетающееся с ним язычество, и древнейшие традиции России – русские масленичные блины.*

Рекомендуем использовать миксер или комбайн лишь на первом этапе, когда тесто еще жидкое, не вся мука смешана с жидкостью и вы продолжаете добавлять ее. Очень важно для качества теста тщательно вымесить его именно на этом, первом, этапе, чтобы не возникло множества мучных комков, справиться с которыми потом будет нелегко. Миксер поможет вам в этом. Оставшуюся часть муки продолжайте замешивать вручную. Это предохранит миксер от перегрева.

Для выкладывания блинного теста на сковороду необходимы половник или обыкновенная большая ложка. Никаких особенных требований к ним не предъявляется. Круглая форма половника может быть более удобной, если у емкости для теста также закругленное дно. Таким половником будет проще зачерпывать остатки теста. Но это не столь существенно.

Для выпекания блинов и блинчиков различных размеров вам понадобятся неглубокие сковороды без крышек, специально предназначенные для выпекания блинов. Для небольших блинчиков – небольшого диаметра, для настоящих блинов – большие. Основным требованием к ним являются качество покрытия и абсолютная плоскость дна. Такой параметр, как толщина дна, у сковород может быть различным. На сковородках с толстым дном блины выпекаются медленней, но зато прогреваются равномернее. На подобных сковородах наши бабушки выпекали большие блины из дрожжевого теста в русской печке. Размер



сковородок для настоящих русских блинов должен быть достаточно большим, дно может быть как тонкое, так и потолще, но для более качественного пропечения лучше пользоваться сковородой с дном, толщина которого не менее 5—6 мм.

...

### **Русские традиции**

*Одна из самых эффектных русских традиций, признанных и популярных во всем мире, – это обычай подавать блины с черной зернистой икрой. Таким образом, в оборудование вашей блинной можно включить стеклянную, мельхиоровую или даже серебряную вазочку, а также специальную небольшую ложечку для икры в виде лопаточки.*

Для тонких, «ажурных» блинчиков подойдут небольшие сковороды с дном толщиной около 3 мм. На сковородках с тонким дном появляется большая опасность пригорания. Для выпекания блинцов и блинов с припеком можно использовать сковороды потолще. Углубленная форма сковороды не всегда подходит. Края «блинной» сковороды должны быть невысокими, с мягко закругленными бортиками. Иначе они будут все время пригорать по краям, там, где толщина теста меньше.

Еще один важный критерий качества – покрытие сковороды. Современные технологии предоставляют в наше распоряжение самые разнообразные типы покрытий, тефлоновые, антипригарные, со специальным стеклянным напылением. Все они вполне подойдут для наших целей, но нужно иметь в виду, что такое покрытие очень чувствительно к воздействию металлических предметов, и придется пользоваться при выпечке блинов только деревянными лопаточками. Это создаст некоторые неудобства. Такой лопаточкой перевернуть тонкий блин, который так и норовит прилипнуть по краям к сковороде, не так легко. Так что самым удобным материалом для сковороды можно считать нержавеющую сталь или какой-либо сплав, который не так легко повредить при переворачивании блинов.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы не приходилось смазывать сковороду перед выпеканием каждого блина, опытные хозяйки советуют влить растительное масло прямо в тесто. После тщательного перемешивания миксером или венчиком тесто готово. Лишь перед первым блином всю поверхность разогретой сковороды необходимо аккуратно смазать маслом.*

Можно пользоваться и простейшими железными сковородками без специального покрытия. Но ухаживать за ними гораздо труднее, так как при малейших капельках влаги, остающихся на их

поверхности, они покрываются ржавчиной. Возможно также прилипание теста к поверхности сковороды. В этом случае тщательнее промазывайте сковороду маслом. Перед началом работы еще холодное дно смажьте вручную, затем поставьте на огонь и долейте еще немного масла. И все равно на некачественном покрытии первый блин, согласно поговорке, может «выйти комом».

Довольно важным элементом сковороды является длинная ручка. Пользоваться традиционным сковородником не слишком удобно, да и небезопасно, так как технология профессиональной выпечки подразумевает «свободное владение» сковородой. Ее же все время приходится снимать с огня, наклонять, крутить и переворачивать. Лучше, если ручка сделана из дерева или другого не слишком нагревающегося, термостойкого материала. Ручка из металла, постоянно нагреваясь, создаст определенные неудобства и даже может привести к серьезным ожогам.

...

### **Русские традиции**

*По русской традиции, блины подавались, обильно смазанные сливочным маслом. Растопленное масло буквально капало с каждого. Особенной жирностью отличались блины на масленой неделе. Это связано с предстоявшим Великим постом. В последнюю, скоромную, неделю перед постом как бы накапливались силы для его преодоления.*

Целесообразно для выпекания блинов иметь нескольких одинаковых сковородок (двух или более). Технология выпечки параллельно на нескольких сковородах, можно сказать, профессиональная. Темп при этом значительно ускоряется. Так что, если у вас большая семья, осваивайте этот метод, так вы сэкономите массу времени. Приобретите пару небольших сковородок с тонким дном и пару – большего диаметра и с дном чуть потолще, с длинными и удобными ручками.

Основное требование к лопаточкам для переворачивания блинов, как всегда – удобство. Для сковородок с современным антипригарным покрытием вам понадобятся деревянные лопаточки, но тонкие и при этом довольно широкие, чтобы ими было удобно подцеплять блины. Правда, чем тоньше край лопаточки, тем больше опасность, что он сломается. Выбирайте их из твердых пород дерева, чтобы фактура не была рыхлой, легко расщепляющейся. Такая лопаточка прослужит дольше.

...

### **Блинные советы**

*Для улучшения вкуса при складывании в стопочку каждый блин смазывайте небольшим кусочком топленого масла. Иногда – по вкусу хозяйки –*

*насыпают сахар или добавляют мед. Таким образом, блины сразу готовы к употреблению.*

Для сковородок из обычных металлов подойдут лопатки из нержавеющей стали или прочного сплава. Форма их может быть самой различной, лишь бы они были удобны в пользовании. Но оптимальной считается удлиненная прямоугольная форма с чуть закругленными углами, которые будут легко подцеплять блин и не рвать его при этом.

Впрочем, некоторые профессионалы переворачивают блины не лопатками, а одним ловким движением сковороды, когда блин подлетает в воздух, там переворачивается и падает на подставленную сковороду уже другой стороной. Но и при этом способе лопаточка бывает нужна, когда край блина чуть прилипает и его необходимо отсоединить от поверхности сковородки. Только тогда свободно лежащий блин легко оторвется и взлетит в воздух. Для овладения таким способом переворачивания нужна тренировка, иначе можно потерять энное количество продукции.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины лучше пропекались, перед выпечкой обязательно хорошенько раскалите сковороду на огне – это дает прекрасные результаты. И сковороды лучше использовать проверенные временем: чугунные или стальные, так как на капризной тефлоновой сковороде хорошо зажарить блин весьма проблематично.*

Некоторые способы предусматривают выпекание блинов из дрожжевого теста в духовом шкафу, по старому бабушкиному рецепту, когда их не жарили, а выпекали в русской печи. Для такого способа вам пригодится толстая чугунная сковородка с довольно высокими закругленными краями. Она может быть и без ручки, ставят ее в «печь», вернее, в духовку, с помощью старинного сковородня.

Самые современные способы, наоборот, предусматривают новейшие технологии. Широко известны блинницы таких популярных фирм, как Tefal, Ardo, Siemens и других. Их прекрасные антипригарные покрытия, выполненные с учетом самых последних разработок, возможность выпекать одновременно несколько блинчиков, удобство в пользовании привлекают все большее число любителей этого исконно русского блюда. Но при всех технологических совершенствах, по нашему мнению, в блинах, приготовленных на такой современной блиннице, пропадает какой-то секрет. Очарование, живая, «легендарная» сущность русского блина исчезает. Но, с другой стороны, взамен приходят скорость, иногда так необходимая, и вполне современные удобства.

...

### **Русские традиции**

*Европейская традиция подразумевает использование столовых приборов в сервировке, то есть разрезание блинов с помощью ножа и вилки. Но по русской традиции блины всегда берут руками, и поэтому для удобства участников трапезы на столе должны присутствовать салфетки – полотняные, гармонирующие по цвету со скатертью, или бумажные.*

Для складывания готовых блинов у хорошей хозяйки должны быть приготовлены широкие плоские тарелки разных размеров, например такие, которые используются для пиццы. На такой тарелке они не будут изгибаться. Диаметр тарелки должен быть немного больше готового блина, иначе свисающие края через некоторое время высохнут и сломаются.

Ассортимент начинок, наполнителей и припеков, как вы поймете, прочитав эту книгу, просто огромен. Для приготовления мясного фарша понадобится мясорубка – хоть ручная, хоть электрическая. Подойдет и универсальный кухонный комбайн достаточной мощности с предусмотренной операцией измельчения мяса. Для рубки овощей, например капусты, можно использовать специальные деревянные корытце и топорик с двойным лезвием. И мясо в таком корытце можно изрубить довольно мелко.

Для приготовления картофельного пюре пригодится деревянная толкушка или специальное приспособление из нержавеющей стали с круглыми дырочками. Всевозможные керамические или эмалированные миски также не помешают на кухне.

...

### **Блинные советы**

*Для смазывания сковородки каким-либо жиром хорошо использовать гусиное перо. Но можно использовать просто кусок марли или другой ткани, сложенной в несколько слоев. Ткань обмакивают в растительное масло и смазывают ею сковороду.*

Обычный способ приготовления овощного и мясного фарша предусматривает его пассерование или обжаривание почти до полной готовности. Для этого вам понадобится довольно глубокая сковорода с крышкой. Для растирания творога пригодятся глубокая миска и круглая деревянная ложка.

Некоторые опытные хозяйки считают, что керамическая миска и деревянная ложка (без росписи и не покрытая лаком) совершенно необходимы для растирания яиц. Считается, что растертые таким способом, с добавлением небольшого количества сахара, они приобретают особенно равномерную и мягкую консистенцию. Яйца лучше соединять с молоком или другой жидкостью уже в растертом, готовом виде.

Не забудьте, пожалуйста, о такой важной детали кухонного оборудования, как обычная терка. Иногда в фарше используются тертые овощи. Хорошо, если терка имеет несколько граней с разными размерами и конфигурацией отверстий. Сыр твердых сортов например, натирают на особенно мелкой терке, которая так и называется – «терка для сыра».

...

### **Блинные советы**

*Чтобы удалить со сковороды пригоревшие остатки теста, которые, накапливаясь, уже не очищаются обычным способом, опустите сковороду в воду с пищевой содой (на 1 л воды – 1 ст. л. соды) и прокипятите ее в течение некоторого времени.*

Терки полностью заменят кухонный комбайн в том случае, если его у вас нет. Различные овощи, фрукты, корнеплоды можно, правда, с меньшим комфортом, натереть на терках разного размера и конструкции. Наиболее удобной считается терка в форме усеченной равносторонней призмы.

При отсутствии универсального комбайна может пригодиться такой почти забытый кухонный элемент, как лукорезка. Это специальное ручное устройство, измельчающее репчатый лук до состояния почти однородной массы. Луковый сок в таком приспособлении не разбрызгивается по сторонам, а остается под компактным колпачком, что очень удобно.

Еще один удобный прибор, о котором не стоит забывать при накоплении своего рабочего арсенала – это чеснокодавилка. Конечно, чеснок можно и натереть на мелкой терке, и нарезать ножом. Но это простое приспособление сделает вашу работу более быстрой и комфортной. Лучший вариант этого прибора – в виде рычага с емкостью для зубчиков чеснока и тщательно пригнанными деталями. Некоторые из образцов снабжаются специальной пластмассовой чисткой для отверстий. Это особенно удобно, ведь часто дырочки чеснокодавилки забиваются волокнами, от которых не так просто их освободить.

...

### **Русские традиции**

*Чаще всего блины идут как десерт к чайному столу, но в русских традициях подавать их отдельно и даже как закуску к «аперитиву», то есть к небольшой выпивке перед обедом. В этом случае к блинам подается множество острых и соленых закусок, таких как различные густые соусы, маринованная и соленая рыба, икра, грибы, разнообразные соленья и т. д.*

Всевозможные приспособления вроде яйцерезки, для удаления вишневых косточек, щипцов для колки орехов также должны присутствовать на кухне хорошей хозяйки. Ведь опыт, который

прибавляется с каждой готовкой, будит фантазию, а удобные и надежные кухонные принадлежности сделают ее легко осуществимой. Блины – это не так просто, как кажется на первый взгляд.

Еще важна на кухне кофемолка. И вовсе не для того, чтобы молоть на ней кофе. Она используется для получения сахарной пудры, измельчения различных пряностей. Выбор кофемолки тоже довольно серьезное дело, не менее серьезное, чем выбор миксера или кухонного комбайна. Все эти бытовые электроприборы относятся к предметам длительного пользования. Кофемолку выбирайте наиболее надежной марки (Roventa, Siemens, Bosch, Braun).

...

### **Блинные советы**

*При выпекании блинов тесто иногда слишком «навязывает» на ложку. В этом случае перед зачерпыванием следует обмакивать половник или ложку в холодную воду. Тогда тесто любой консистенции будет легко соскальзывать на свороду.*

Еще один важный нюанс, если не хотите, чтобы блины приобрели запах кофе, целесообразно завести отдельную кофемолку для измельчения сахарной пудры и молотых специй. Тогда вам не придется тщательно отмывать ее после каждой процедуры. Обычно опытные хозяйки имеют на кухне две кофемолки. Как вариант приобретите вторую кофемолку – не электрическую, а ручную. Сахарную пудру и специи можно готовить именно на этой недорогой кофемолке. Если вспомнить бабушкины способы, то полноценным заменителем кофемолок может стать обыкновенная ступка с пестиком.

Закончив выпекание блинов, приведите всю посуду и приспособления в порядок. Для мытья кастрюль подойдет обыкновенное хозяйственное мыло и чистящие пасты. Но если в кухонном арсенале есть сковороды со специальным покрытием, пастой пользоваться нельзя. Твердые частицы в ее составе могут повредить поверхность, оставить на ней царапины. Для чистки сковородок с тефлоновым покрытием подойдут жидкие моющие средства «Fairy», «Sunlight», «Дося», а также моющие жидкости отечественного производства («Капля»). Ни в коем случае при очистке подобных покрытий нельзя пользоваться щетками, ершиками и другими жесткими приспособлениями. Только обыкновенная мягкая тряпочка или губка не оставит на поверхности сковороды никаких следов.

...

### **Блинные советы**

*Если в долго хранившейся муке завелись какие-либо жучки, после просеивания можете прожарить ее на*

*противне в духовке. После 10—15 минут в духовом шкафу при температуре 150—180 °С все жучки и их личинки погибнут. Но чтобы мука не стала коричневой, противень следует поворачивать и муку немного помешивать.*

Чтобы держать в идеальной чистоте сковороды из нержавеющей стали, железа, других металлов или сплавов без специальных покрытий, вам пригодятся и жесткие металлические сеточки для чистки посуды, и щетки, а также различные чистящие пасты и порошки. Не помешают и современные чистящие жидкости, все тот же «Fairy». Растительное масло, на котором довольно часто жарят блины, как известно, не очень хорошо смывается. Да и другие жиры, а также пригоревшие остатки теста, обычно прилипающие к краям сковороды, лучше удалять с помощью хорошего моющего средства.

Мясорубки после использования аккуратно очищайте мягкой тряпочкой и хорошим моющим средством. Ножи, которые часто делаются из ржавеющего материала, нуждаются в особо бережном уходе. После чистки и мытья тщательно вытрите их и сложите в сухое место. Хранить мясорубку можно в картонной коробке или холщовом мешочке, так она будет готова к употреблению в любой момент.

...

### **Блинные советы**

*Необходима посуда не только для приготовления блинов, но для сервировки стола. Для небольших блинчиков подойдет набор десертных тарелок, для больших – большие столовые тарелки. Для сметаны, растопленного масла, варенья и джема нужны специальные вазочки с десертными ложками.*

Внимательно следует относиться и к хранению миксера. После его использования грязные насадки тщательно вымойте и досуха вытрите полотенцем. Сам миксер, если он испачкан брызгами, протрите мягкой влажной тряпочкой с небольшим количеством моющего средства, после этого вновь протрите чистой тряпкой и сухим полотенцем. Аналогично ухаживайте и за кухонным комбайном. Аккуратность в обращении с электроприборами, тщательный уход за ними – гарантия того, что они прослужат вам очень долго.

Терки и другие мелкие элементы кухонного быта также нуждаются в уходе. Обычно они делаются из металла, реагирующего на влагу и остатки продуктов. И если их не очищать со всей аккуратностью моющими средствами, через некоторое время они могут испортиться, потерять внешний вид и покрыться налетом ржавчины. Лопаточки, ножи, лукорезки, чеснокодавилки – все это должно постоянно находиться в чистоте и постоянно быть готовым к

применению.

...

### **Русские традиции**

*В старину очень популярным блюдом были пирожки из блинчиков. В готовые блинчики заворачивали фарш из мяса или мозгов, затем их помещали в кляр и обваливали в толченых сухарях. Далее пирожки обжаривали в масле или сале. Готовое блюдо посыпали отдельно обжаренной петрушкой.*

Чистые, блестящие кастрюли, сковороды, лопаточки и другие приспособления – залог хорошего настроения, а значит, и качественной выпечки блинов в следующий раз. Полностью очищенная поверхность сковороды должна быть хорошо промыта и досуха вытерта. Храните сковороды в сухом месте, иначе вы будете вынуждены каждый раз перед началом выпечки старательно очищать их от слоя ржавчины.

Вот, пожалуй, и весь арсенал оборудования и приспособлений, который может понадобиться для приготовления различных блинов.

Профессионалам кулинарного искусства совершенно необходимо быть и теоретически подготовленными. Таблица калорийности продуктов обязательно должна присутствовать на вашей кухне в качестве если не настольной книги, то настенного украшения. Этот, казалось бы, довольно обширный перечень не должен слишком вас пугать. Ведь все предметы кухонного обихода можно использовать и при приготовлении других самых разных блюд. Из всего перечисленного списка только сковороды и, возможно, кастрюли для замешивания теста требуют повышенного внимания, так как при выпечке блинов на них ложится основная нагрузка. Остальные приборы и приспособления универсальны в использовании.



### Глава 3. Блины пресные (на соде)

#### С гречневой мукой

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 1,5 стакана гречневой муки, 2 стакана простокваши, 3 яйца, 0,5 ч. л. соды, 250 мл кипятка, 2 ст. л. сахара, 3 ст. л. растительного масла, 60 г сливочного масла, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* Яйца разотрите с сахаром, добавьте простоквашу, соль, ванилин и еще раз все тщательно размешайте, влейте немного воды и, постепенно засыпая муку, замесите густое тесто. Затем залейте соду половиной стакана кипятка, размешайте и влейте в тесто. Тщательно вымесите его и оставьте на 15—20 минут.

Непосредственно перед выпечкой блинов в тесто введите растительное масло. Выпекайте на раскаленной сковороде, предварительно смазанной небольшим количеством растительного масла. Каждый готовый блины смазывайте сливочным маслом. К столу подавайте в горячем виде со сметаной, вареньем или

повидлом.

...

### **Блинные советы**

*Ваши блины будут воздушнее и вкуснее, если в тесто вы введете отдельно взбитые желтки и белки, причем желтки лучше растереть с сахаром в фаянсовой или фарфоровой посуде, желательно в теплом месте. Белки следует сначала остудить, а после взбить в густую пену.*

### **С манной крупой**

*Требуется:* по 1/2 стакана манной крупы и клубничного сиропа или жидкого шоколада, 2 стакана молока, 2 яйца, 3/4 стакана муки, 3 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, соль.

*Способ приготовления.* Сначала сварите манную кашу на молоке и добавьте в нее сливочное масло. Далее влейте в тесто яйца, взбитые с сахаром, всыпьте муку, соду, гашенную уксусом, соль и все хорошенько размешайте до однородной массы. Готовое тесто оставьте при комнатной температуре на 20 минут. Блины выпекайте на раскаленной сковороде, предварительно смазанной небольшим количеством растительного масла, подрумянивая их с обеих сторон.

К столу подавайте в горячем виде, обильно полив клубничным сиропом или жидким шоколадом.

### **Кефирные**

*Требуется:* 1 стакан кефира, 2 яйца, 2 стакана муки, 1/3 стакана растительного масла, 50 г сливочного масла, 3 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* В кефир добавьте яйца, сахар, соль и ванилин, тщательно взбейте венчиком. Небольшими порциями добавьте муку и замесите однородное по консистенции тесто. Разведите соду небольшим количеством воды и введите в тесто, затем – 4 ст. л. растительного масла и размягченное сливочное масло, еще раз все хорошенько размешайте. Поставьте в прохладное место на 20—25 минут. Когда оно будет готово, выпекайте блины на хорошо разогретой сковороде, предварительно смазанной оставшимся растительным маслом, хорошо прожаривая и подрумянивая их с обеих сторон. Подавайте к десерту в горячем виде со сметаной или йогуртом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Если вы заботитесь о своей фигуре, можете для блинов*

*использовать соевую муку. В ее состав входит собственно соевая мука – 65 %, картофельная или пшеничная мука – 30 %, сахар – 3 % и соль – 2 %.*

### **Овсяные**

*Требуется:* по 1 стакану хлопьев «Геркулес», молока и муки, 2 яйца, 3 ст. л. сахара, 60 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, 4 ст. л. растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Сначала измельчите хлопья, пропустив их через кофемолку. В стакан молока выпустите яйца, добавьте сахар, соль и все взбейте венчиком. Затем постепенно введите перемолотые хлопья и муку и еще раз хорошенько размешайте. Если тесто получилось густоватым, добавьте в него немного воды и еще раз тщательно размешайте до исчезновения комков. В последнюю очередь погасите соду уксусом и введите в тесто, перемешайте и оставьте при комнатной температуре на 15—20 минут, чтобы оно дошло.

Выпекайте блины на хорошо разогретой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Чтобы блины хорошо снимались, сковороду заранее прокалите со щепоткой соли и протрите бумагой. В процессе выпечки каждый готовый блин смазывайте небольшим кусочком сливочного масла. Подавайте к десерту в горячем виде со сметаной или густыми сливками.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины были не только вкусными, но и полезными, можете добавить в тесто различные овощные и фруктовые соки, например морковный, малиновый, клубничный, грейпфрутовый.*

### **Творожные**

*Требуется:* 100 г творога, 3 яйца, 1/2 стакана сахара, 1 стакан кислого молока, 2 стакана муки, 3 ст. л. растительного масла, 50 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Творог хорошенько разотрите с половиной сливочного масла, яйцами и сахаром, затем залейте молоком и тщательно размешайте. Добавьте соду. Постепенно, небольшими порциями, введите муку. Вымешивайте тесто до тех пор, пока оно не станет однородным. Затем влейте растительное масло и еще раз хорошенько размешайте. Оставьте при комнатной температуре на 20 минут, а затем приступайте к выпечке.

Выпекайте на хорошо прогретой сковороде, причем смазать ее можете только один раз – перед первым блином, в дальнейшем

этого не требуется, поскольку блины и так превосходно снимаются со сковороды. Готовые блины смажьте оставшимся сливочным маслом и в горячем виде подавайте к столу. Они превосходно подойдут к напиткам, содержащим молоко, например к какао, чаю или кофе.

...

### **Блинные советы**

*Ваши блины будут вкуснее и пышнее, если, замесив тесто, вы оставите его на 15—20 минут в прохладном месте.*

### **«Наслаждение»**

*Требуется:* 1 стакан кефира или простокваши, 1/2 стакана джема или повидла, 3 яйца, 2 стакана муки, 3 ст. л. растительного масла, 60 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В кефир или простоквашу выпустите яйца, добавьте соль, джем или повидло и все перемешайте. Затем всыпьте муку и вымешивайте тесто до тех пор, пока не растворятся все комки. Далее разведите соду 2 ст. л. кипятка и добавьте в тесто. Оставьте его доходить при комнатной температуре около получаса. Затем влейте в готовое тесто растительное масло и приступайте к выпечке на сильно разогретой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Можете после каждого блина вновь не смазывать сковороду, поскольку блины будут и так хорошо сниматься. Готовые блины смажьте сливочным маслом. К столу подавайте со сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*Если вы хотите порадовать себя и своих близких блинчиками, однако заботитесь о своем весе, для начинки возьмите свежие фрукты, в крайнем случае можете воспользоваться обезжиренным творогом или соевой начинкой.*

### **Соевые**

*Требуется:* 1 стакан соевого молока, 3 яйца, 2 стакана муки, по 3 ст. л. сахара и растительного масла, 2 ст. л. малинового сиропа, 50 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, соль.

*Способ приготовления.* В соевое молоко добавьте яйца и хорошенько взбейте. Затем добавьте сахар, малиновый сироп, сливочное масло, гашенную уксусом соду и еще раз тщательно размешайте. В последнюю очередь введите муку. Вымешивайте тесто до однородной консистенции, оставьте при комнатной

температуре на 15—20 минут. Выпекайте блины на хорошо прогретой сковороде, предварительно смазанной сливочным маслом.

Готовые блины также смажьте сливочным маслом. Подавайте к столу в горячем виде с теплым молоком.

...

### **Блинные советы**

*Блины, испеченные в русской печке, хорошо пропекаются, причем одновременно с обеих сторон. Кроме того, они приобретают тот самый особый русский «дух», который совершенно невозможно создать в городских условиях.*

### **«Монастырские»**

*Требуется:* 1 яйцо, 1 стакан воды, 2 стакана муки, 1/2 стакана растительного масла, 1/3 ч. л. соды, 1/2 ч. л. уксуса, соль.

*Способ приготовления.* В яйцо влейте стакан воды и добавьте немного соли, все тщательно размешайте. Соду погасите уксусом и введите туда же. Затем всыпьте муку и замесите густое тесто до однородности. Раскатайте его на круглые лепешки и выпекайте на раскаленной сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Подавайте блины в горячем виде с красной или черной икрой.

...

### **Подсчитаем калории**

*Тучным людям желательно не есть блины, испеченные на сале или сливочном масле, поскольку это существенно повышает их калорийность. Если вы страдаете избыточным весом, используйте для этих целей растительное масло. Считается, что оливковое и соевое масло прекрасно сжигает жиры.*

### **С окаррой**

*Требуется:* 100 г окарры, 1 стакан соевого или коровьего молока, 2 яйца, 2 стакана муки, 1/2 ч. л. соды, 60 г сливочного масла, 3 ст. л. растительного масла, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* Окару разведите соевым или коровьим молоком, выпустите 2 яйца, добавьте растительное масло, ванилин и все размешайте. Всыпьте муку и тщательно перемешивайте до исчезновения комков. Затем разведите соду небольшим количеством кипятка и влейте в тесто. Если хотите, чтобы блины были тоньше, возьмите побольше кипятка, если наоборот, то, соответственно, поменьше. Еще раз тщательно перемешайте и оставьте тесто на 15—20 минут при комнатной

температуре доходить.

Блины выпекайте на разогретой сковороде, предварительно смазанной сливочным маслом, подрумянивая каждый с обеих сторон. Готовые блины подавайте к столу в горячем виде с острым селедочным паштетом или маринованными грибами.

...

### **Блинные советы**

*После того как вы погасили соду кипятком, необходимо немного остудить ее прежде чем выливать в тесто. Иначе часть муки заварится и в тесте образуются комки, которые впоследствии практически невозможно размешать. В этом случае блины не получатся такими пышными, как хотелось бы.*

### **С томатным соком**

*Требуется:* 2 стакана томатного сока, 2 яйца, 3 стакана муки, 3 ст. л. растительного масла, 40 г сливочного масла, 1 ч. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, соль.

*Способ приготовления.* В томатный сок добавьте яйца, сахар, гашеную уксусом соду, соль и тщательно перемешайте. Постепенно всыпая муку, замесите тесто, влейте 2 ст. л. растительного масла и еще раз хорошенько вымесите. Оставьте его при комнатной температуре на 10—15 минут. Блины выпекайте на раскаленной сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Каждый готовый блин смазывайте сливочным маслом.

К столу подавайте в горячем виде с салатами из свежих овощей. Если блины остыли, при желании их можно разогреть на медленном огне в сковороде.

...

### **Подсчитаем калории**

*Известно, что блины из пресного (бездрожжевого) теста менее калорийны, нежели дрожжевые. Но если вы заботитесь о своей фигуре, пресные блины желательно не есть на ночь. Они больше подойдут в качестве завтрака, поскольку не только утолят голод, но и зарядят вас энергией на весь день.*

### **«Бабушкины»**

*Требуется:* 1 стакан огуречного рассола, 2 яйца, 2 стакана ржаной муки, 1 ч. л. сахара, 1/2 стакана растительного масла, 1/2 ч. л. соды, 60 г сливочного масла, гвоздика, соль.

*Способ приготовления.* В огуречный рассол добавьте яйца, соль,

сахар, немного молотой гвоздики и все хорошенько взбейте венчиком. Затем влейте растительное масло и, продолжая взбивать понемногу, всыпьте всю муку. Вымешивайте тесто до полного растворения комков. Разведите соду небольшим количеством воды и влейте в тесто. Еще раз тщательно вымесите. Готовое тесто поместите в прохладное место на 15—20 минут. Выпекайте первый блин на хорошо прогретой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. В дальнейшем сковороду можно не смазывать, блины и так будут прекрасно сниматься.

Готовые блины пропитайте сливочным маслом и подавайте к столу в горячем виде с холодными и горячими закусками. Эти блины можно подать и вместо хлеба к гороховому супу, борщу или рассольнику.

...

### **Блинные советы**

*Несмотря на то что блины в целом являются традиционным блюдом, и здесь вы можете поэкспериментировать. Попробуйте испечь, к примеру, пиццу. Налейте тесто для блинов на сковороду, сверху уложите тонко нарезанные колбасу, помидоры, лук, посыпьте тертым сыром. Закройте крышкой и выпекайте на медленном огне до готовности. Конечно же, переворачивать этот блин не следует.*

### **«Уральские»**

*Требуется:* 2 стакана молочной сыворотки, 3 яйца, 3 стакана муки, луковица, 100 г грибов, 1/2 ч. л. соды, 3 ст. л. растительного масла, 1 стакан сметаны, перец, соль.

*Способ приготовления.* К молочной сыворотке добавьте яйца, соду, перец, соль и тщательно размешайте. Затем, постепенно всыпая муку, заведите тесто. Мелко порубите лук, измельчите грибы, обжарьте их в небольшом количестве растительного масла, остудите и добавьте в тесто. Все еще раз хорошенько размешайте и оставьте тесто при комнатной температуре на 10—15 минут. Выпекайте блины на хорошо прогретой сковороде, смазанной растительным маслом. Каждый блин смажьте сметаной, подавайте к столу в горячем виде с горячими и холодными закусками.

...

### **Блинные советы**

*Вы можете разнообразить вкус обычных пресных блинов и блинчиков, добавив в них всевозможные тертые овощи и фрукты. Так, к примеру, для этого превосходно подходят тертые морковь, картофель, кабачок, тыква, яблоки, груши, а также всевозможные*

ягоды.

### «Барские»

*Требуется:* 1 стакан кислой сметаны, 3 яйца, 2 стакана муки, 250 мл кипяченой воды, 1/2 стакана растительного масла, 2 ст. л. сахара, 40 г сливочного масла, ванилин, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В кислую сметану добавьте яйца, растительное масло, соль, соду, сахар и полстакана кипяченой воды. Все размешайте до исчезновения комков. Если сметана густая и тесто, соответственно, получилось слишком густым, понемногу добавляя воду, размешивайте его, добываясь нужной консистенции. Оно должно напоминать не очень густую сметану. Готовое тесто оставьте на 15—20 минут при комнатной температуре.

Блины выпекайте на горячей сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Если вы не любите слишком жирных блинов, при выпечке не смазывайте каждый раз сковороду растительным маслом. Достаточно сделать это для первого блина, последующие и без масла превосходно снимутся. Если вы используете посуду с тефлоновым покрытием, растительное масло для смазывания вообще не пригодится. Готовые блины сдобрите сливочным маслом и в горячем виде подавайте к столу с вареньем, джемом или повидлом.

...

#### **Блинные советы**

*Если вы хотите придать своим блинам оригинальный вкус, добавьте в тесто промытый изюм, мелко порезанную курагу и измельченные орехи. И ваши блины будут не только невероятно вкусными, но и очень сытными и полезными.*

### На воде

*Требуется:* 250 мл воды, 2 яйца, 2 стакана муки, 2 ст. л. сахара, по 3 ст. л. растительного масла и майонеза, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана сахарной пудры, 1 ч. л. какао, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* Воду вскипятите и остудите, положите в нее желтки, растертые с сахаром, майонез, растительное масло, соду, гашенную в уксусе, ванилин, соль и все перемешайте. Затем, не переставая мешать, всыпьте муку. Отдельно взбейте яичные белки миксером, однако пена не должна быть слишком густой, и добавьте их в тесто. Все тщательно вымесите до однородной массы. Выпекайте блины на хорошо прогретой сковороде, равномерно подрумянивая их с обеих сторон.



Готовые блины смажьте небольшим количеством сливочного масла. Остальное масло взбейте с сахарной пудрой и какао. К столу подавайте в горячем виде, поместив на каждый блин ложечку шоколадной смеси.

...

### **Подсчитаем калории**

*Считается, что один блин из пресного теста по энергетической ценности заменяет половину тарелки каши, одну тарелку супа или две тарелки салата, так что если вы заботитесь о своей фигуре, обязательно помните об этом, садясь за стол.*

### **Кофейные**

*Требуется:* 400 г сгущенного кофе, 3 яйца, 2 стакана молока, 3 стакана муки, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, 1 г растворимого цикория, 3 ст. л. растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Сгущенный кофе смешайте с молоком, добавьте яйца, соду, гашенную в уксусе, растворимый цикорий, соль и все размешайте. Затем, продолжая размешивать, понемногу всыпьте муку и замесите однородное тесто. Оставьте его на 10—15 минут при комнатной температуре. Блины выпекайте на разогретой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. К десерту подавайте в горячем виде.

...

### **Блинные советы**

*Для того чтобы блины из пресного теста получились воздушнее, добавьте в тесто ложку коньяка. Это не только существенно повлияет на плотность блинов, но придаст им своеобразный тонкий вкус и аромат.*

### **Картофельные**

*Требуется:* 300 г картофеля, 3 яйца, 1 стакан кефира, 1/2 стакана муки, 1/2 ч. л. соды, 3 ст. л. растительного масла, 40 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Очищенный картофель сварите в небольшом количестве воды, растолките и остудите. Добавьте яйца, кефир, растительное масло, соль и хорошенько перемешайте, всыпьте муку и заведите густое тесто. Растворите соду в небольшом количестве муки и введите в тесто. Блины выпекайте на хорошо разогретой и смазанной растительным маслом сковороде, подрумянивая их с обеих сторон.

Готовые блины сдобрите небольшим количеством сливочного масла и подавайте в горячем виде с холодными и горячими закусками. Если подаете их как самостоятельное блюдо, к ним

прекрасно подойдут салат из квашеной капусты, соленая рыба и маринованные овощи.

#### Глава 4. Блины на дрожжах

##### Дрожжевые опарные

*Требуется:* 1000—1200 г пшеничной муки высшего сорта, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных или 1—2 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, пакетик ванилина, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* 3 стакана молока подогрейте до 60 °С. Растворите в горячем молоке 1/2 ст. л. сахара, немного остудите и разведите дрожжи. Постепенно добавьте 3/4 стакана муки, размешайте, чтобы не было комочков, накройте крышкой и поставьте в теплое место для подъема. Первый раз опара должна подойти за 60—80 минут. Осадите тесто. Взбейте яйца с оставшимся сахаром, всыпьте соль и ванилин.

В подошедшую опару влейте взбитые яйца и всыпьте муку, добавляя продукты поочередно и постоянно размешивая, чтобы тесто получилось однородным и немного гуще деревенской сметаны. Затем влейте растительное масло и опять смешайте. Поставьте тесто в теплое место еще на 30—40 минут. Подошедшее тесто ошпарьте молоком, подогретым до 85 °С, быстро перемешайте, добавьте соду, еще раз перемешайте и выпекайте блины.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленым маслом.

...

##### **Из жизни великих**

*Еще одна знаменитость в истории России – Степан Разин, известный как предводитель восстания донских казаков. Атаман собирался освободить всех подневольных людей, установить среди них равенство. В войске атамана находились представители почти всех национальностей, проживающих в те времена на территории Руси, – мордва, татары, чуваша, марийцы и т. д. Наиболее распространенной пищей среди них считались всевозможные разновидности блинов. Сам Разин предпочитал блинчики с мясом, а блины – с медом. До сих пор в деревнях, расположенных на территории бывших поселений донских казаков, местные жители отдают предпочтение блинчикам с мясной начинкой. Это говорит о том, что здесь остались верны традициям своих предков.*

## Скороспелые опарные

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки высшего сорта, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, пакетик ванилина, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте молоко до 70 °С, добавьте 1 ст. л. сахара, немного остудите и разведите в этой смеси дрожжи. Все хорошо размешайте, плотно накройте и поставьте в теплое место на 10 минут. В это время просейте муку. 500 г муки смешайте с сахаром, ванилином и солью. Сделайте посередине углубление. Вбейте в него яйца и замесите тесто. Когда оно станет гуще сметаны, добавьте дрожжевую закваску. Замесите довольно жидкое тесто, плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 30—35 минут.

В поднявшееся тесто влейте растительное масло и дайте постоять еще 20—25 минут. Досыпьте муку до густоты хорошей сметаны и выпекайте блины. Такое тесто замешивают чуть жиже, чем простое опарное. Оно легче поднимается, не перекипает, поэтому не требует добавления соды. Но блины из него выпекают более тонкие и получаются они не такие пышные.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый сметаной, смешанной с сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Небольшое количество сахара активизирует дрожжевое брожение в тесте, однако 1 ч. л. сахара содержит 25 ккал. Кроме того, сахар, легко окисляясь, способствует лучшему усвоению жиров, что дополнительно повышает пищевую ценность блинов.*

### Медовые опарные

*Требуется:* 4 стакана муки, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных дрожжей, 2 яйца, 3—4 ст. л. сахара, 1/2 стакана жидкого меда, пакетик ванилина, 250 мл растительного масла, соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Молоко нагрейте до 70 °С, растворите в нем 1 ст. л. сахара, немного остудите и разведите дрожжи. Постепенно всыпьте стакан муки, размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 20—30 минут для расстаивания. Оставшуюся муку просейте, всыпьте в нее соль и ванилин, перемешайте, сделайте углубление в середине. Взбейте яйца с сахаром, влейте в муку и замешивайте тесто, постепенно вливая готовую опару.

Густое тесто плотно накройте крышкой и поставьте расстаиваться в тепло на 40—50 минут. Мед растопите на водяной бане, влейте в него масло и перемешайте. В поднявшееся тесто влейте масляно-медовую смесь, осадите его и дайте еще раз подойти. Ошпарьте тесто кипятком и быстро перемешайте, всыпьте соду и

перемешайте еще раз. Дайте постоять еще 15 минут. Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленым маслом, смешанным с медом.

...

### **Русские традиции**

*Праздником блинов на Руси считалась не только Масленица, как принято думать. Блины были повседневной пищей русских крестьян, и каждый день хозяйки совершенствовали свое мастерство, придумывали добавки, старались выпечь их по-разному. В каждой деревне существовали свои блинные обычаи и традиции. Основным «днем блинов» считался день помола новой муки. Бабы выпекали блины из новой муки и выходили с ними на улицу. ими угощали всех встречных, ребяташки бегали по всей деревне и старались съесть как можно больше вкусного лакомства. Молодые девки водили хороводы вокруг хозяйки, у которой самая большая гора блинов, привлекая таким образом к ней прохожих. Считалось, что чем больше блинов у хозяйки в этот день съедят чужие люди, тем лучше и дольше сохранится мука, тем вернее, что ее хватит до нового урожая.*

### **Сдобные опарные**

*Требуется:* 4 стакана муки, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных дрожжей, 4—5 яиц, 3—4 ст. л. сахара, пакетик ванилина, по 1 стакану растительного масла и жирной сметаны, 150 г сливочного масла, соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Молоко нагрейте до 70 °С, растворите в нем 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи. Всыпьте стакан просеянной муки, хорошо размешайте, чтобы не было комков. Плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 50—70 минут.

Яйца взбейте с сахаром, добавьте сметану, размягченное сливочное масло, соль и ванилин. Смешайте все до однородной массы, влейте эту смесь в подошедшую опару и, постепенно всыпая оставшуюся муку, замесите густое тесто. Плотно накройте крышкой и поставьте расстаиваться в тепло на 40—50 минут. В поднявшееся тесто влейте растительное масло, осадите его и дайте еще раз подойти. Ошпарьте тесто кипятком и быстро перемешайте, всыпьте соду и перемешайте еще раз.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленым маслом и посыпая сахаром.

...

### **О блинах**

*Посреди небесных тел  
Лик луны туманный,  
Как он кругл и как он бел,  
Точно блин с сметаной.  
Каждую ночь она в лучах  
Путь проходит млечный.  
Видно, там, на небесах,  
Масленица вечно!*

*М.Ю. Лермонтов*

### **«Шоколадные»**

*Требуется:* 4 стакана пшеничной муки высшего сорта, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 4—6 ст. л. сахара, 3—4 яйца, 1 стакан растительного масла, пакетик ванилина, 3—4 ст. л. какао, плитка черного горького шоколада, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте до 65 °С, растворите в нем 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи, добавьте стакан муки, размешайте, плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 50—60 минут.

Яйца взбейте с сахаром. Муку просейте, смешайте с солью, какао и ванилином, сделайте углубление в середине. Понемногу вливая в него опару, замесите тесто, накройте крышкой и поставьте в тепло на 30—40 минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, хорошо размешайте, введите соду, 1/4 стакана кипятка, быстро перемешайте и выпекайте.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым маслом, смешанным с шоколадной стружкой.

...

### **Подсчитаем калории**

*При окислении в организме 1 г белков или 1 г углеводов, так или иначе входящих в состав блинов, образуется 4,1 ккал, а при окислении 1 г жира – 9,3 ккал. При рациональном питании жиры и углеводы могут частично заменять друг друга, белки в организме незаменимы.*

### **«Диетические»**

*Требуется:* 600 г муки ржаной и 400 г пшеничной муки, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, яйцо, 1 стакан растительного масла, 1/4 ч. л. ванилина, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В подогретом до 65 °С молоке растворите 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи, постепенно всыпьте

стакан муки, хорошо размешайте до однородной массы. Плотно накройте крышкой и поставьте в тепло на 40—60 минут. Оставшуюся муку просейте, смешайте с солью и ванилином, сделайте углубление в середине. Взбейте яйца с сахаром, соедините с готовой опарой, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Готовое тесто накройте крышкой и поставьте в тепло на 30—40 минут для подъема.

Когда тесто подойдет, влейте растительное масло, добавьте соду, хорошо размешайте и выпекайте. Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте нежирным кефиром.

...

### **Русские традиции**

*В городах к блинам относились прагматичнее. Они были самым дешевым и удобным для уличной торговли блюдом. На большом московском базаре существовал так называемый обжорный ряд, где продавалась готовая еда для приезжих купцов да и москвичей, пришедших за покупками. Блины продавали как самостоятельное блюдо или с всевозможными начинками из мяса, рыбы, колбас, сладких десертов. Все, чем торговали в обжорном ряду, можно было завернуть в блин и съесть тут же. Продавали блины с начинкой и блинчатые пироги, разрезанные на куски или целыми. Обжорный ряд был постоянным праздником блинов.*

### **Ржаные**

*Требуется:* 5 стаканов ржаной муки крупного помола, 1 л молока, 200 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 2 ст. л. сахара, яйцо, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В подогретое до 65 °С молоко введите 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи, всыпьте стакан муки, размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте крышкой и поставьте в тепло на 30—40 минут.

Яйцо взбейте с сахаром, введите понемногу в осаженную опару. Оставшуюся муку просейте, смешайте с солью, сделайте углубление в середине. Вливая в углубление опару, осторожно смешивайте ее с мукой. Замесите тесто, накройте крышкой и поставьте еще раз для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, добавьте соду, 1/4 стакана кипятка, быстро размешайте и пеките блины.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*В период беременности и кормления в питании*

женщины должно содержаться 2 г белков на 1 кг собственного веса. Большая часть белков должна быть молочного происхождения. Поэтому при приготовлении блинов в это время лучше использовать натуральное молоко и молочные начинки.

### **Древнерусские, из смешанной муки**

*Требуется:* 2 стакана ржаной муки, по 1 стакану пшеничной муки, молотой сушеной лебеды и растительного масла, 1 л воды, 200 г теста для закваски, 1 ст. л. меда, соль.

*Способ приготовления.* Воду подогрейте до 65 °С. Растворите в ней мед, немного остудите и добавьте закваску, плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 20—30 минут. Муку просейте, смешайте с солью. Замесите тесто, дайте ему подняться еще несколько раз. Когда тесто подойдет во второй раз, влейте масло, добавьте лебеду и хорошо размешайте и пеките блины. Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым молоком.

...

### **Из жизни великих**

*Несмотря на глобальные реформы, проводимые Петром I, среди дворянства не перевелись почитатели истинно русской пищи. Один из них – великий полководец Суворов. Этот необычный человек испытал на себе все тяготы походной солдатской жизни, порой не раз делил свой стол с солдатами. В полевых условиях он питался тем же, что ели солдаты, и совершенно этого не стеснялся. В русский деревнях, через которые проходили войска, Александр Васильевич был почетным гостем. Каждая семья считала своим долгом пригласить к себе знаменитого полководца. Учитывая бедность деревенской жизни, на стол к чаю чаще всего подавали блины. Суворов никогда не отказывался от них. Позже, побывав на приемах во многих странах, полководец по-прежнему склонялся к тому, что нет ничего лучше национальной русской кухни.*

### **Простые безопарные**

*Требуется:* 1000—1200 г пшеничной муки высшего сорта, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, 1 пакетик ванилина, 1/2 ч. л. соды, 1/2 ч. л. соли.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте до 70 °С, добавьте 1 ст. л. сахара, остудите, введите дрожжи, размешайте до



однородности, плотно накройте крышкой и поставьте в тепло. Просейте муку, добавьте сахар, соль, ванилин, сделайте углубление в середине, вбейте яйца и начинайте замешивать тесто. Понемногу вливайте дрожжевую закваску. Замешайте густое тесто без комочков, плотно накройте крышкой и поставьте в тепло для расстаивания.

Тесто должно подняться за 40—50 минут. Влейте в него масло, осадите, снова накройте крышкой и поставьте еще раз для подъема. Безопарное тесто поднимается труднее опары. Поэтому лучше дать ему подойти 3 раза. После этого ошпарьте тесто кипятком и быстро перемешайте, добавьте соду, еще раз перемешайте и выпекайте.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленым маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*В зависимости от рода деятельности здоровому взрослому человеку в сутки необходимо потреблять от 3000 до 5000 ккал. При интенсивных занятиях спортом потребность в энергии может повышаться до 7000 ккал. Дрожжевые блины содержат больше калорий, чем пресные. Калорийность блинов повышается, если добавлять в тесто вместо подсолнечного масла животные жиры, например сливочное или топленое масло.*

### **Безопарные фруктовые**

*Требуется:* 4—6 стаканов муки, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных дрожжей, 4 яйца, 4—6 ст. л. сахара, пакетик ванилина, 1 стакан растительного масла, 350 г фруктов или ягод (клубники, абрикосов, слив и т. д.), соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Молоко нагрейте до 70 °С. Растворите в нем 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи. Плотно накройте крышкой и поставьте в тепло на 10 минут. Ягоды протрите через сито и перемешайте с маслом. Взбейте яйца с сахаром. 4 стакана муки просейте, добавьте соль и ванилин, перемешайте. Сделайте углубление в середине. Влейте в муку взбитые в пену яйца и замешивайте тесто, добавляя понемногу дрожжевую закваску.

Густое тесто плотно накройте и поставьте расстаиваться в тепло на 40—50 минут. В поднявшееся тесто влейте масляно-фруктовую смесь, добавьте муку, осадите его и дайте подойти еще несколько раз. Ошпарьте тесто кипятком и быстро перемешайте, всыпьте соду и перемешайте еще раз. Тесто должно быть однородным и густым, как сметана, без комочков.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленным маслом или фруктовым джемом.

...

### **Блинные советы**

*Если дети не любят блины, можно добавлять в тесто ягоды малины, ежевики, черники. Блины приобретут необычный вкус, цвет, а также забавные «глазки». Дети будут есть их с большим удовольствием.*

### **Безопасные особые**

*Требуется:* 4 стакана муки, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных дрожжей, 2 яйца, 3—4 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, пакетик ванилина, 3—4 гвоздики, 1/8 ч. л. душистого перца, 50 г рома, 1 стакан подсолнечного масла, соль.

*Способ приготовления.* Молоко нагрейте до 70 °С. Растворите в нем 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи. Плотно накройте и поставьте в тепло на 10 минут. Просейте муку, добавьте соль, ванилин, перец, молотую гвоздику. Яйца взбейте с сахаром, небольшими порциями влейте ром, не переставая взбивать. Полученную смесь вливайте в углубление в муке и замешивайте тесто.

Густое тесто плотно накройте и поставьте расстаиваться в тепло на 40—50 минут. В поднявшееся тесто влейте масло, осадите его и дайте еще раз подойти. Ошпарьте тесто кипятком и быстро перемешайте, всыпьте соду и перемешайте еще раз.

Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая каждый топленным маслом.

...

### **Из жизни великих**

*Во времена правления Екатерины Великой гордостью российской науки считался и до сих пор считается Михаил Васильевич Ломоносов. Гениальность этого человека поистине не знала границ. Он занимался одновременным изучением многих наук, по его инициативе был создан Московский университет, который и по сей день носит имя великого ученого. Из истории известно, что родом Ломоносов из Холмогор, которые находятся недалеко от Архангельска. Отец его был простым помором. До 19 лет Михайло занимался рыболовством, помогал отцу. Затем перебрался в Москву и стал учиться в духовной семинарии. В скромных крестьянских семьях было принято подавать к столу блины. Естественно, что став великой личностью, Михаил Васильевич по-прежнему признавал блины одним из лучших лакомств.*

## Безопасные диетические на кефире

*Требуется:* 4 стакана ржаной муки мелкого помола, 250 мл воды, 200 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3 стакана свежего кефира, 2 ст. л. сахара, яйцо, 150 г твердого сыра, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Воду подогрейте до 65 °С и растворите в ней 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи, плотно накройте и поставьте в тепло на 10 минут. Яйцо взбейте с сахаром, добавьте кефир и растворенные дрожжи, хорошо перемешайте.

Муку просейте, смешайте с солью и ванилином, сделайте углубление в середине. Небольшими порциями вливайте кефирно-яичную массу и смешивайте ее с мукой. Замесите тесто, накройте и поставьте в тепло на 70—80 минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, хорошо размешайте, добавьте соду, 1/4 стакана кипятка, быстро перемешайте и пеките блины.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым маслом, смешанным с сырной стружкой.

...

### **Подсчитаем калории**

*Наибольшей пищевой ценностью наделены белки мяса, рыбы, молока, яиц и некоторых овощей (картофеля и капусты), нередко используемых в качестве добавок к блинам и блинчикам.*

## Сдобные весенние

*Требуется:* 4 стакана муки, по 1/2 л березового и кленового сока, 100—150 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, 3 яйца, 500 г свежих грибов, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Смешайте соки и подогрейте до 65 °С. Растворите в них 1 ст. л. сахара, остудите и разведите дрожжи, плотно накройте и поставьте в тепло на 10 минут. Грибы отварите до готовности, пропустите через мясорубку. Взбейте 2 яйца с сахаром, вмешайте в них грибную массу.

Муку просейте, смешайте с солью, сделайте углубление в середине. Вливайте в углубление яичную массу и смешивайте с мукой. Затем вмешайте сброженный сок. Замесите тесто, накройте крышкой и поставьте в тепло на 50—70 минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, хорошо размешайте, добавьте соду, 1/4 стакана кипятка, быстро размешайте и пеките блины. Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым

маслом, смешанным с яйцом (яйцо вбейте в кипящее масло и взбивайте вилкой до полной готовности яйца, добавьте соль).

...

### **Блинные советы**

*Для более оригинального вкуса на каждый готовый блин можно налить чуточку коньяка или рома.*

### **Ржаные с капустой**

*Требуется:* 4 стакана ржаной муки, 1 л молока, 200 г хлебопекарных 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 1 ст. л. сахара, 2 яйца, 500 г свежей капусты, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте до 65 °С. Растворите в нем сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1 стакан муки, хорошо размешайте до однородности, плотно накройте и поставьте в тепло на 60 минут.

Капусту потушите на слабом огне до полной готовности, пропустите через мясорубку. Яйца взбейте, соедините с капустой. Оставшуюся муку просейте, смешайте с солью, сделайте углубление в середине. Выложите в углубление яично-капустную смесь, опару и замесите тесто, накройте крышкой и поставьте в тепло на 40 минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, добавьте соду, 1/4 стакана кипятка, быстро перемешайте и пеките блины.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым маслом.

...

### **Русские традиции**

*Высококалорийные блины с различными добавками – идеальное блюдо для восполнения недостающей энергии. Со временем «блинные» традиции Руси стали широко использоваться и в европейской кухне.*

*Например, широко известная итальянская пицца – это своеобразный аналог российских блинов с припеком. То же самое можно сказать о различных изделиях из пресного дрожжевого или недрожжевого теста. Многие мучные изделия, любимые у других народов, происходят от традиционных российских блинов. Это означает, что российская кухня получила признание во всем мире.*

### **Детские сдобные с орехами и медом**

*Требуется:* 4 стакана пшеничной муки высшего сорта, 1 л молока, 100—150 г хлебопекарных или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст.

л. сахара, 1/2 стакана жидкого меда, 4 яйца, по 1 стакану растительного масла и очищенных грецких орехов, пакетик ванилина, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте до 65 °С и растворите в нем 1 ст. л. сахара, остудите и добавьте дрожжи, плотно накройте и поставьте в тепло на 10 минут. Грецкие орехи измельчите на кофемолке. Мед разогрейте и соедините с маслом. Муку просейте, смешайте с солью, молотыми орехами и ванилином, сделайте углубление в середине, влейте в него взбитые яйца и дрожжевую массу.

Замесите тесто, накройте и поставьте в тепло на 50—60 минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, соединенное с медом, хорошо размешайте и пеките.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым маслом и медом.

## Глава 5. Блины воздушные

### Воздушные пшеничные

*Требуется:* 1000 г муки пшеничной, 5 яиц, 500 г сливочного масла, 3,5 стакана молока, 2 ст. л. сахара, 1/2 стакана растительного масла (для смазки), соль.

*Способ приготовления.* В просеянную муку добавьте сахар и перемешайте. Желтки отделите от белков и влейте их в мучную смесь, растирайте ее деревянной ложкой до тех пор, пока не образуется густая однородная масса без комков. В мучную массу постепенно, маленькими порциями влейте молоко, не прекращая помешивать. Затем всыпьте соль и вновь все перемешайте. Масло растопите на огне, немного остудите и влейте в тесто, полученную массу размешайте до однородного состояния. Белки энергично взбейте венчиком или миксером до густой пены и влейте в тесто, все снова перемешайте.

Выпекайте на сковороде, раскаленной на огне и смазанной растительным маслом, сдобрите сливочным маслом и подавайте к столу.

...

#### **Блинные советы**

*Если хотите, чтобы у вас получились хорошо взбитые белки, никогда не взбивайте их в алюминиевой посуде: они от этого темнеют. Используйте для этой цели любую другую посуду – эмалированную или керамическую.*

### Овсяные «Сюрприз»

*Требуется:* 2 стакана овсяной крупы, 1 л молока, 1 ст. л. сахара, 3 яйца, 1—2 стакана муки, 1/2 стакана растительного масла, соль, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Воду смешайте с молоком и на этой смеси сварите овсяную кашу жидкой консистенции, немного остудите ее. Охлажденную кашу протрите сквозь сложенную в несколько слоев марлю. В полученную однородную массу всыпьте сахар и размешайте его до полного растворения. Затем добавьте соль и вновь все перемешайте. Отделите белки от желтков. Желтки добавьте в овсяную смесь и доведите до однородного состояния. Влейте туда также 1 ст. л. растительного масла и еще раз перемешайте. Белки взбейте до густой пышной пены и введите в овсяное тесто, хорошенько перемешайте все содержимое. Добавьте муку и вновь перемешайте до однородности. Выпекайте блины на растительном масле. Готовые изделия сдобрите сливочным или топленым маслом, после чего подавайте к столу.

...

#### ***Подсчитаем калории***

*100 г ржанных блинов, съеденных на завтрак, чрезвычайно благотворно действуют на процесс пищеварения и равносильны 200 г пшеничных блинов по количеству содержащейся в них клетчатки.*

## Манье

*Требуется:* 1 стакан манной крупы, 50 г сливочного масла, 5 яиц, 2 ст. л. сахара, 4 стакана молока, 300 г пшеничной муки, 1/2 стакана растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Часть молока (примерно 1,5 стакана) доведите до кипения, после чего постепенно, тонкой струйкой всыпьте манную крупу, постоянно помешивая, чтобы не образовывались комки. Сварите манную кашу до готовности, добавьте сахар и соль, сливочное масло, все тщательно перемешайте и дайте массе остыть. С оставшимся молоком разведите муку и введите в эту смесь манную кашу. Хорошенько перемешайте. Отделите желтки от белков. Желтки введите в тесто и размешайте, а белки взбейте венчиком или миксером до образования густой пенистой массы, добавьте в тесто, влейте туда также 1,5 ст. л. растительного масла и взбейте всю массу еще раз. Выпекайте на растительном масле. Готовые блины подавайте со сметаной.

...

### **Из жизни великих**

*Говорят, что великая русская царица Екатерина II очень любила традиционные русские блины, такие, как до сих пор пекутся на масленицу, – толстые, большие, преимущественно из дрожжевого теста, и обильно смазанные маслом. Екатерина, как известно, была по происхождению немкой и, конечно, у себя на родине настоящих русских блинков не едала. А первый раз попробовала она их в России, и с тех пор они стали ее любимой едой. Она говорила, что блины напоминают ей Россию: они такие же щедрые и добрые.*

### **Воздушные розовые**

*Требуется:* 5 красных помидоров средней величины, 2 яйца, 1 стакан молока, 1/2 стакана пшеничной муки, 4 ст. л. растительного масла, 1/2 ст. л. сахара, соль, 1,5 стакана воды.

*Способ приготовления.* Спелые помидоры нарежьте небольшими ломтиками, залейте водой и варите до размягчения. Протрите их сквозь мелкое сито или сложенную в несколько слоев марлю, посолите, добавьте сахар, растительное масло и хорошо размешайте. Затем, не прекращая помешивать содержимое, влейте постепенно молоко.

Отделите желтки от белков. Желтки вылейте в помидорную смесь и тщательно размешайте до однородного состояния. В помидорную смесь тонкой струйкой засыпьте муку, не прекращая помешивать. Белки хорошенько взбейте миксером или венчиком до образования пенистой, увеличившейся в объеме массы и сразу вылейте в помидоры, взбейте. Тесто должно получиться жидким. В случае, если оно слишком густое либо слишком жидкое, добавьте в него соответственно молока или муки.

Выпекайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом. Готовые блины смажьте сливочным маслом и подавайте к столу.

...

### **Подсчитаем калории**

*В блинах, испеченных из овсяной или отрубной муки, содержание клетчатки вообще становится рекордно высоким и достигает в некоторых случаях 20 %, то есть в 100 г готовых блинов содержится до 20 г клетчатки в связанном виде, что особенно полезно для здоровья человека.*

### **Ржаные воздушные**



*Требуется:* 1000 г ржаной муки, 5 яиц, 300 г сливочного масла, 4 стакана молока, 1/2 стакана растительного масла, 1 ст. л. сахара, 1 стакан сметаны, соль.

*Способ приготовления.* Ржаную муку просейте сквозь мелкое сито, тонкой струей влейте в нее слегка подогретое молоко, постоянно помешивая. Растопите сливочное масло и, немного остудив, влейте его туда же. Добавьте соль, сахар и все размешайте до однородности. Отделите белки от желтков. Желтки вбейте в мучную смесь, а белки взбейте венчиком или миксером, влейте в тесто и вновь тщательно взбейте. Затем добавьте в тесто 1,5 ст. л. подсолнечного масла и 2 ст. л. сметаны, перемешайте.

Выпекайте блины на сковороде, предварительно раскаленной и смазанной растительным маслом. Подавайте со сметаной, творогом или мясом.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины были вкуснее, их желательно сразу смазывать сливочным маслом или сметаной, а после этого дать немного полежать – таким образом можно складывать их друг на друга. В результате получается горка вкусных, хорошо промаслившихся и мягких блинов. Смазывать их растительным маслом не рекомендуется – это придает им неприятный вкус и запах.*

### **Воздушные на сметане**

*Требуется:* по 500 г топленого масла, пшеничной и ржаной муки, по 100 г манной крупы и сливочного масла, 4 стакана молока, по 1/2 стакана сметаны и растительного масла, 6 яиц, 2 ст. л. сахара, соль, 1/3 ч. л. толченой корицы.

*Способ приготовления.* Смешайте тщательным образом ржаную и пшеничную муку, добавьте манную крупу и постепенно, тонкой струйкой, влейте в мучную смесь молоко, постоянно размешивая до однородного состояния. Растопите топленое масло и влейте его в тесто, введите туда также сметану и все опять размешайте. Засыпьте в полученную массу сахар, соль и корицу, перемешайте. Отделите желтки от белков. Желтки вбейте в тесто, а белки взбейте в густую пену, затем также влейте в тесто и еще раз хорошенько перемешайте. Выпекайте на раскаленной сковороде на растительном масле. Готовые блины смазывайте сливочным маслом. Подавайте с вареньем или творогом.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г блинов с творожной начинкой в среднем содержится 390 ккал. Если творог сладкий,*

*калорийность увеличивается минимум на 20 %.*

*Словом, блины являются очень сытным блюдом, даже небольшой порции обычно хватает, чтобы восполнить недостаток калорий в организме.*

### **Воздушные с тмином**

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки, 5 яиц, 100 г семян тмина, 50 г толченой корицы, 300 г сливочного масла, 4 стакана молока, по 1/2 стакана растительного масла и малинового варенья, 2 ст. л. сахара, 1 стакан сметаны, 1/3 ч. л. ванилина, соль.

*Способ приготовления.* В муку тонкой струйкой влейте слегка подогретое молоко, постоянно помешивая. Добавьте сметану и растопленное сливочное масло, все перемешайте. Всыпьте соль, сахар, корицу, тмин, ванилин и выложите варенье. Все вновь перемешайте. Желтки отделите от белков и смешайте их с тестом, а белки энергично взбейте до пышной пены, влейте их в тесто и взбейте теперь уже все содержимое до однородного состояния. Выпекайте на раскаленной сковороде, смазанной подсолнечным маслом. Готовые блины подавайте со сливочным маслом.

...

### **Из жизни великих**

*Иван Грозный был человеком чрезвычайно набожным и богобоязненным, но и он очень любил блины и масленичные гулянья. Однажды он глядел из окна своего дворца, как народ гуляет на масленицу, и вдруг увидел калику перехожего, стоящего, опираясь на свой дорожный посох, и глядящего прямо на него. Царь приказал привести этого человека к себе в покои. На вопрос царя, почему он не веселится и не ест блины, тот ответил ему:*

*– Я сам из Тулы, иду по святым местам, а блинов не ем потому, что обет дал: три года скоромного не вкушать. Похвалил его царь и попросил, чтобы он помолился за него в святых местах.*

### **Воздушные с черносливом**

*Требуется:* 1000 г ржаной муки, 5 яиц, 4 стакана молока, 400 г сливочного масла, 1/2 стакана растительного масла, по 2 ст. л. сахара и меда, 1/2 ч. л. ванилина, 1 стакан сметаны, 1 ст. л. тертого чернослива, соль.

*Способ приготовления.* В муку медленно влейте слегка подогретое молоко и, непрерывно помешивая, доведите до однородного состояния. Добавьте в полученную массу сметану и перемешайте. Затем засыпьте поочередно ванилин, соль, сахар, тертый

чернослив, положите мед и влейте растопленное сливочное масло. Миксером все энергично перемешайте.

Отделите белки от желтков. Желтки вмешайте в тесто, а белки взбейте до густой пены, после чего влейте их в тесто и взбейте уже все содержимое вместе. Выпекайте на раскаленной сковороде на растительном масле, готовые блины подавайте со сметаной или джемом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Калорийность ржаного блина несколько ниже, чем пшеничного, она составляет примерно 345 ккал на 100 г продукта, хотя и это очень высокий показатель. У ржаных блинов есть еще одно преимущество перед пшеничными: они содержат больше клетчатки, что заставляет лучше работать кишечник.*

### **Манно-овсяные**

*Требуется:* по 500 г овсяной муки и манной крупы, 4 стакана молока, 5 яиц, 2 ст. л. сахара, 400 г сливочного масла, 2 ч. л. корицы, 1/2 ч. л. ванилина, 1 ч. л. толченой гвоздики, соль.

*Способ приготовления.* Сварите на молоке манную кашу жидкой консистенции. В остуженную кашу всыпьте овсяную муку и размешайте, затем влейте растопленное сливочное масло и добавьте ванилин, корицу, гвоздику, сахар и соль, все тщательно смешайте. Отделите белки от желтков. Желтки смешайте с тестом, а белки взбейте в крепкую пену, влейте в тесто и все вновь взбейте. Выпекайте блины на подготовленной сковороде. Подавайте со сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Опытные хозяйки обязательно просеивают муку перед тем, как готовить тесто. Это не только предохраняет тесто от попадания инородных тел, но и делает муку более легкой, «воздушной», насыщает ее кислородом, она лучше замешивается.*

### **«По-флотски»**

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки, 5 яиц, 4 стакана молока, 1/2 ч. л. сахара, 400 г сливочного масла, 900 г тушенки, луковича, соль.

*Способ приготовления.* Муку смешайте с молоком до однородной консистенции и влейте туда растопленное сливочное масло, всыпьте сахар и соль. Белки отделите от желтков. Желтки смешайте с тестом, а белки взбейте миксером до густой пены,

введите их в тесто и все вместе взбейте. Готовые изделия смажьте сливочным маслом. Тушенку пропустите через мясорубку и смешайте с мелко порубленным репчатым луком. В каждый блин положите небольшую порцию мясной смеси, сверните блины и подогрейте их на сковороде.

Подавайте к столу, полив сметаной и посыпав зеленью.

...

### **Подсчитаем калории**

*Блины с любой сладкой начинкой, особенно с вареньем или джемом, – самые сытные. Калорийность такого блина может достигать 361 ккал на 100 г и даже более. Здесь соединяются две «грозы» для тучных людей: сладкое и мучное.*

### **«Кострома»**

*Требуется:* 1000 г ржаной муки, 4 стакана молока, 4 яйца, по 1 ст. л сахара и крахмала, 1/2 стакана растительного масла, 400 г сливочного масла, 900 г сладкого творога, соль.

*Способ приготовления.* Ржаную муку просейте и смешайте с молоком до однородности. Добавьте растопленное сливочное масло, крахмал и размешайте, всыпьте сахар и соль, вновь перемешайте. Отделите от желтков белки. Желтки смешайте с тестом, белки взбейте и влейте в тесто, после чего все содержимое очень хорошо взбейте.

На раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, испеките блины. На каждый из них положите небольшую порцию сладкого творога, сверните конвертом, поджарьте. Подавайте в таком виде к столу.

...

### **Из жизни великих**

*Такое истинно русское блюдо, как блины с икрой, очень уважало русское купечество. Известнейший меценат Савва Морозов всему предпочитал блины с черной икрой, да еще под смирновскую водочку. Он говорил, что даже если бы такого блюда не было на свете, то его следовало изобрести, чтобы оно дарило людям радость.*

### **«Донские»**

*Требуется:* 700 г ржаной муки, 300 г овсяной муки, 5 куриных или 2—3 гусиных, 400 г сливочного масла, 4 стакана молока, по 1/2 стакана растительного масла и сметаны, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. ванилина, 1 ч. л. корицы, соль.

*Способ приготовления.* Ржаную и овсяную муку смешайте, постепенно влейте молоко и перемешайте до однородной консистенции. Добавьте растопленное сливочное масло и сметану, сахар, соль, ванилин, корицу, снова перемешайте. Желтки отделите от белков и добавьте в тесто, а белки взбейте в густую пышную пену и влейте ее в тесто, энергично взбейте. Выпекайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом. Готовые блины смажьте сливочным маслом и подавайте на стол со сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*В пшеничных блинах в среднем 346 ккал на 100 г продукта. Это высокоэнергетическое блюдо и по своей калорийности значительно превосходит мясо.*

### **Воздушные на сливках**

*Требуется:* 900 г пшеничной муки, 4 яйца, 4 стакана сливок, 200 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара, 1/2 стакана растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и разотрите добела с сахаром и солью. Соедините полученную массу со сливками, затем постепенно всыпьте муку, размешивая венчиком или ложкой. Сливочное масло растопите, остудите и добавьте в тесто. Оставшиеся белки взбейте в крутую пену миксером или венчиком, осторожно введите в тесто, хорошо размешайте и сразу начинайте выпекать. На разогретую сковороду, смазанную растительным маслом, выливайте тесто и обжаривайте с обеих сторон.

Готовые блины можете смазать сливочным маслом и подать к столу с густыми сливками или сметаной.

...

### **Из жизни великих**

*Блины, как известно, блюдо ритуальное и напрямую связано с культом солнца у древних славян. Ели их на языческий праздник масленицу. Естественно, христианская церковь первоначально отрицательно относилась ко всяким проявлениям язычества – и поеданию блинов на масленицу в том числе. Но есть легенда, что масленицу перед церковью «защищал» сам князь Владимир, крестивший Русь, так как он считал, что русскому народу «веселие есть – пити», а какое же веселие и питие без блинов?*

### **С орешками**

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки, 5 яиц, 5 стаканов молока, 1 ст. л. сахара, соль, 200 г арахиса, 1/2 стакана растительного масла.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и тщательно разотрите с сахаром и солью, добавьте к ним молоко. Размешайте до однородного состояния. Небольшими порциями всыпьте муку, постоянно размешивая, чтобы не было комков. Арахис поджарьте на сковороде, очистите от кожуры, измельчите. Белки взбейте в густую пену и введите их в готовое тесто, добавьте орехи и, перемешав, сразу начинайте выпекать.

Обжаривайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с обеих сторон. К блинам подайте растопленное сливочное масло или джем.

...

### **Подсчитаем калории**

*Калорийность блинов с какой-либо начинкой изменяется. Так, если начинка мясная, калорийность 100 г блинов повышается на 15—30 %, в зависимости от сорта мяса. В то время как сам блин обладает «быстрой» энергией (быстро усваивается) за счет того, что в нем содержатся в основном углеводы, у мясной начинки энергия «медленная», так как содержит жиры и белки. То есть, когда закончится действие быстрой энергии блина, в дело вступит медленная энергия мясной начинки.*

### **«Яблочко»**

*Требуется:* 800 г пшеничной муки, по 4 яйца и свежих яблока, 4 стакана молока, 2 ст. л. сахара, соль, 100 г сливочного масла, 1/2 стакана растительного масла.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и тщательно разотрите с сахаром и солью, добавьте к ним молоко. Размешайте до однородного состояния. Небольшими порциями всыпьте муку, постоянно размешивая, чтобы не было комков. Яблоки очистите и натрите на крупной терке. Белки взбейте в густую пену и введите их в готовое тесто, добавьте тертые яблоки и, перемешав, сразу начинайте выпекать. Обжаривайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с обеих сторон.

Готовые блины смазывайте сливочным маслом. К ним можете подать растопленное сливочное масло или сметану.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины были вкуснее, тесто замешивают на желтках, а потом, в конце, добавляют взбитые в пену белки. Белки надо добавлять осторожно, так, чтобы*

*Они сохранили свою «воздушность».*

### **Воздушные citrusовые**

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки, 6 яиц, 5 стаканов молока, 5 ст. л. сахара, соль, 3 лимона, 1/2 стакана растительного масла.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и тщательно разотрите с сахаром и солью, добавьте к ним молоко. Размешайте до однородного состояния. Небольшими порциями всыпьте муку, постоянно размешивая, чтобы не было комков. Лимоны очистите, подсушите корку и натрите на мелкой терке или измельчите в кофемолке. Мякоть лимона мелко порежьте. Белки взбейте в густую пену и осторожно введите их в готовое тесто, добавьте лимоны, 2 ч. л. молотой цедры и, перемешав, сразу начинайте выпекать.

Обжаривайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с обеих сторон. К блинам можете подать апельсиновый или другой фруктовый джем, растопленное сливочное масло или сметану.

...

#### **Подсчитаем калории**

*В 100 г блинов из ржаной муки содержится: белка – 7 г, жиров – 1 г, углеводов – 45 г.*

### **Воздушные картофельные**

*Требуется:* 600 г пшеничной муки, 4 картофелины, 5 яиц, 4 стакана молока, 200 г сливочного масла, 1 ст. л. сахара, соль, по 1/2 стакана сливок или молока и растительного масла.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и тщательно разотрите с сахаром и солью, добавьте к ним молоко. Размешайте до однородного состояния. Небольшими порциями всыпьте муку, постоянно размешивая, чтобы не было комков. Картофель очистите и сварите до полной готовности, растолките в пюре, добавляя подогретые сливки или молоко. Белки взбейте в густую пену и введите их в готовое тесто, добавьте остывшее картофельное пюре и, перемешав, сразу начинайте выпекать.

Обжаривайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с обеих сторон. К блинам можете подать растопленное сливочное масло или сметану.

...

#### **Подсчитаем калории**

*Блины обычно выпекают на растительном масле. Растительное масло высоко-калорийный продукт, в среднем 899 ккал на 100 г. Соответственно, оно повышает калорийность блинов. Сливочное масло (как*

*и все животные жиры) обладает еще большей калорийностью, чем растительное, и если блин пожарен на сливочном масле, он становится сам по себе чрезвычайно сытным.*

### **Воздушные на кефире**

*Требуется:* 1000 г пшеничной муки, 6 яиц, 5 стаканов (1 л) нежирного кефира, 3 ст. л. сахара, соль, 1/2 стакана растительного масла.

*Способ приготовления.* Желтки отделите от белков и тщательно разотрите с сахаром и солью, добавьте к ним кефир. Размешайте до однородного состояния. Небольшими порциями всыпьте муку, постоянно размешивая, чтобы не было комков. Белки взбейте в густую пену и введите их в готовое тесто. Перемешав, сразу начинайте выпекать.

Обжаривайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с обеих сторон. К блинам подайте растопленное сливочное масло или сметану.

## **Глава 6. Блины с кашей**

### **Овсяные**

*Требуется:* 1 стакан овсяной крупы, 2 стакана муки, 1/2 л молока, 2 яйца, по 2 ст. л. растительного масла и сахара, соль.

*Способ приготовления.* Сварите жидкую овсяную кашу на стакане молока, разбавленном водой, протрите ее через сито, охладите до комнатной температуры. Затем добавьте сахар, соль, яйца. Все хорошо перемешайте, влейте растительное масло. Выпекайте на горячей сковороде, смазанной растительным маслом, тонкие блины.

Подавайте овсяные блины к кислому молоку, сметане, ухе, прозрачным и овощным супам.

...

#### **Блинные советы**

*Блины с добавлением манной крупы будут пышнее, воздушнее, если примерно за полчаса до приготовления теста манную крупу замочить в воде или молоке и дать ей разбухнуть.*

### **Картофельные**

*Требуется:* 2 стакана муки, 300 г картофеля, 2 яйца, 2 ст. л. сахара, 1 стакан молока, 20 г дрожжей, 50 г сливочного



маргарина, соль.

*Способ приготовления.* Картофель очистите и сварите, разомните до однородного пюре, добавьте соль, сахар. Дрожжи разведите теплым молоком, а когда они поднимутся, влейте в приготовленное пюре. Туда же всыпьте муку и влейте молоко. Все тщательно перемешайте и поставьте тесто в теплое место для поднятия. Когда блины подойдут, жарьте их на горячей сковороде, смазанной маргарином.

Перед подачей полейте блины растопленным сливочным маслом.

...

### ***Русские традиции***

*Традиционно, с древних времен, широко использовалось приготовление муки, крупы и других продуктов из цельного зерна. Такая мука обладает полезными свойствами, так как в ней сохраняются белки, витамины, минеральные соли и ненасыщенные жирные кислоты.*

### **Картофельные (2)**

*Требуется:* 2 стакана муки, 200 г картофеля, 1 ч. л. сахара, 1 стакан кефира, 30 г дрожжей, 100 г сливочного масла, яйцо, соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Картофель очистите и натрите на мелкой терке, всыпьте соль, сахар, перемешайте. Дрожжи разведите теплой водой, добавьте муку, кефир, взбитое яйцо, тертый картофель, 50 г растопленного сливочного масла, снова перемешайте. Поставьте тесто в теплое место для подъема. Жарьте блины на хорошо разогретой сковороде, предварительно смазанной сливочным маслом.

...

### ***Подсчитаем калории***

*Блины с кашей содержат 70 % углеводов, 20 % белков и 10 % жиров.*

### **Манные**

*Требуется:* 2 стакана муки, 3 стакана молока, 3 ст. л. манной крупы, 2 ст. л. сахара, соль, 2 яйца, 20 г дрожжей, 100 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Сварите манную кашу обычным способом, остудите немного, добавьте в нее сахар, соль, влейте стакан теплого молока, 50 г растопленного сливочного масла, разведенные дрожжи. Взбейте яйца в крепкую пену, затем аккуратно введите их в основное тесто, перемешайте. Поставьте на 30—40 минут в тепло, пока блины не подойдут.

Жарьте на хорошо раскаленной сковороде. Готовые блины подавайте с растопленным сливочным маслом или сметаной.

...

### **О блинах**

*«А теперь ступай домой да к вечеру наготовь штофик да кизлярочки – и я к тебе по лесенке перелезу, и на радостях выпьем за немецво здоровье.*

*– Ну, ты приходишь, пожалуй, приходи, а чтобы я стал за его здоровье пить, так этого уже не будет. Пусть лучше придет на мои поминки блины есть, да подавится».*

*Н. С. Лесков. «Железная воля»*

### **С манной кашей (2)**

*Требуется:* 2 ст. л. манной крупы, 3 стакана молока, 1 стакан муки, 4 яйца, 100 г сливочного масла, яблоко, морковь, 4 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения и, постепенно помешивая, всыпьте крупу, добавьте немного соли и сахара, варите кашу до готовности. Яйца взбейте с сахаром в крепкую пену, добавьте муку, размешивая, постепенно влейте подогретое молоко. Затем введите в тесто остывшую манную кашу, перемешайте. Яблоко очистите и натрите на крупной терке или порежьте на небольшие кусочки. Морковь также натрите на крупной терке. Тертые морковь и яблоко смешайте, добавьте в тесто, перемешайте до однородной массы.

Жарьте на толстой сковороде небольшого размера до образования корочки. Перед подачей горячие блины обильно полейте растопленным сливочным маслом.

...

***Блинные советы***

*Когда дрожжевое тесто для блинов подойдет, ни в коем случае не мешайте его, в противном случае блины не будут пышными.*

### **С пшенной кашей**

*Требуется:* по 2 стакана пшена и молока, 1/2 стакана воды, 1 стакан муки, 3 яйца, 30 г дрожжей, по 2 ст. л. растительного масла и сахара, соль.

*Способ приготовления.* Смешайте стакан молока с водой. Пшено промойте в холодной воде, сварите вязкую кашу, остудите. В теплое молоко положите дрожжи, немного муки, 1 ст. л. сахара, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 20—30 минут. Когда опара подойдет, добавьте в нее остальную муку, соль, сахар, небольшими порциями введите в тесто пшенную кашу и взбитые в крепкую пену яйца. Все перемешайте. Должно получиться тесто, по консистенции похожее на сметану. Если оно более густое, влейте еще молока или добавьте взбитое яйцо.

Жарьте на разогретой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом.

### **С гречневой кашей**

*Требуется:* 1 стакан гречневой крупы, по 3 стакана молока и муки, 250 мл воды, 2 яйца, 4 ст. л. сахара, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Стакан молока и воду смешайте, добавьте немного соли и сахара и сварите из гречки вязкую кашу. Взбейте яйца, добавьте сахар, соль и разотрите до получения однородной массы, постепенно, небольшими порциями, всыпьте муку и тщательно размешивайте, чтобы не было комков. Когда тесто будет достаточно густым, разбавьте его теплым молоком, перемешайте и положите остывшую кашу и растопленное сливочное масло.

Жарьте на разогретом сливочном масле до коричневого цвета. Подавайте гречневые блины и к мясным блюдам, и в качестве десерта.

...

### **Русские традиции**

*Блины с кашей особенно хороши с пылу с жару, но если они все же остыли, русские хозяйки традиционно разогревали их над горячим паром, устраивая им так называемую водяную баню. При таком способе разогрева вкус блинов значительно улучшается.*

### **С пшеничной кашей**

*Требуется:* по 1 стакану молотой пшеницы и сливок, по 2 стакана молока и муки, 3 яйца, 50 г растительного масла, 40 г дрожжей, 2 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Молотую пшеницу промойте несколько раз и залейте холодной водой на 4—5 часов. Разбухшую крупу залейте стаканом молока и водой, добавьте немного соли и сварите жидкую вязкую кашу. Яйца смешайте с сахаром и солью, взбейте до однородной массы, влейте подогретое молоко, осторожно всыпьте муку и размешайте, чтобы не было комочков, добавьте кашу, все перемешайте, в конце введите в массу разведенные дрожжи и растительное масло.

Жарьте на раскаленной сковороде в небольшом количестве жира. Подайте к блинам сливки, взбитые с сахаром и ванилью.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г манной каши содержится 120 ккал, в 100 г гречневой – 110 ккал, в 100 г овсяной – 80 ккал, в 100 г пшенной каши – 115 ккал.*

### **С геркулесовой кашей**

*Требуется:* 1 стакан крупы «Геркулес», по 3 стакана молока и муки, 4 яйца, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. сахара, 1/2 стакана сахарной пудры, соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Овсяные хлопья залейте теплой водой и оставьте на 30—40 минут для набухания. После этого крупу залейте 2 стаканами молока, добавьте сахар, соль, сливочное масло и поставьте на медленный огонь. Постоянно помешивая, варите кашу 15—20 минут с момента закипания, затем остудите. Взбейте яйца до пышной пены, всыпьте муку, влейте теплое молоко, добавьте соду, растительное масло и тщательно перемешайте. После этого постепенно добавляйте в полученное тесто остывшую овсяную кашу.

Жарьте блины на хорошо разогретой сковороде, обильно смазанной сливочным маслом. Перед подачей полейте их ягодным или фруктовым сиропом.

...

### **О блинах**

*Известный русский писатель Александр Иванович Куприн, по утверждениям современников, очень любил блины. Возможно, именно поэтому он дал образную характеристику блина как ритуального кушанья. В одном из произведений он писал: «Блин кругл, как настоящее щедрое солнышко... Блин – символ солнца, красных дней, хороших урожаев, ладных браков и здоровых детей».*

## С рисовой кашей

*Требуется:* по 1 стакану рисовой крупы и кефира, по 3 стакана молока и муки, 4 яйца, по 100 г дрожжей и сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Промытый рис залейте 2 стаканами молока, добавьте сахар, соль и варите на медленном огне, постоянно помешивая, кашу до вязкости. Тесто готовьте безопасным способом. Подогрейте 1 стакан молока, добавьте дрожжи и разотрите массу до однородности, всыпьте сахар, соль, добавьте слегка подогретый кефир, 50 г растопленного сливочного масла. Взбейте яйца до крепкой пены и введите их в основную смесь, добавьте растительное масло, тщательно перемешайте. Накройте тесто салфеткой и поставьте в тепло для брожения. Когда объем теста увеличится в 2 раза, размешайте его, положите остывшую рисовую кашу и снова поставьте в тепло на 30—40 минут.

Жарьте блины на раскаленной сковороде, смазанной сливочным маслом. Подавайте с сахаром или вареньем.

...

### **Блинные советы**

*Блины с манной, рисовой или пшенной кашей будут вкуснее, если готовые изделия сначала смазать растопленным сливочным маслом, а потом посыпать сахаром, но не наоборот, иначе сахар быстро растворится и впитается в масло.*

## Рисовые

*Требуется:* 1/2 стакана рисовой крупы, 2 стакана молока, по 1 стакану воды и муки, яйцо, 50 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В кипящую воду добавьте соль, сахар, всыпьте промытый рис и варите до готовности. Готовую кашу слегка охладите, добавьте яйцо, влейте теплое молоко, всыпьте муки, массу перемешайте до образования негустого теста. Жарьте блины на разогретой сковороде, смазанной сливочным маслом, до появления румяной корочки. Подавайте горячими с маслом, сметаной или вареньем.

...

### **Русские традиции**

*Наиболее традиционными в русской кухне считаются блины с пшенной кашей, их подавали к столу как в будни, так и в праздничные дни.*

### **С ячневой кашей**

*Требуется:* по 1 стакану ячневой крупы и сливок, 2 стакана молока, 3 стакана муки, 1/2 стакана сахара, по 100 г меда и сливочного масла, 4 яйца, 1 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Крупу промойте, залейте сливками, добавьте сахар, соль и варите на слабом огне до готовности. Готовую кашу остудите, добавьте в нее яйца, растопленное сливочное масло, влейте теплое молоко и всыпьте муку, сахар, соль, соду, тщательно размешайте. Жарьте блины на хорошо раскаленной и смазанной сливочным маслом сковороде до светло-коричневого цвета. Перед подачей полейте растопленным медом.

...

#### **Блинные советы**

*Для приготовления вязкой каши крупу промывают сначала теплой водой, затем горячей.*

### **С гурьевской кашей**

*Требуется:* по 1/2 стакана манной крупы и сахара, 2 стакана молока, 1 стакан сливок, 3 стакана муки, 2 яйца, по 50 г сливочного масла, маргарина, кураги и чернослива, яблоко, 2 ст. л. изюма, 1 ст. л. лимонной цедры, соль.

*Способ приготовления.* Манную крупу залейте горячим молоком и варите на слабом огне, периодически помешивая, в течение 10—15 минут, за 5 минут до готовности добавьте сахар, соль, изюм, мелко нарезанные яблоки, курагу и чернослив. Готовую кашу остудите, влейте сливки, добавьте растопленное сливочное масло. Яйца разотрите добела, влейте в основную массу, добавьте лимонную цедру, тесто перемешайте до однородности. Жарьте блины на сковороде, обильно смазанной любым жиром. Перед подачей полейте блины растопленным сливочным маслом и посыпьте сахарной пудрой.

...

#### **Русские традиции**

*С блинами связана и еще одна традиция, существовавшая на Руси. При появлении первого снега принято было печь блины из каши белого цвета – манной или рисовой. Белые блины символизировали снежную зиму.*

### **С перловой кашей**

*Требуется:* 1/2 стакана перловой крупы, 200 мл воды, 2 стакана

молока, 3 яйца, 3 стакана муки, по 50 г сливочного маргарина и дрожжей, 1 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Перловку промойте, залейте холодной водой, добавьте соль и варите до готовности. Остудите. Разведите дрожжи в небольшом количестве теплого молока, всыпьте немного муки, перемешайте, поставьте опару в тепло на 20—30 минут, затем влейте в нее остальное молоко, всыпьте муку, сахар, соль, введите растопленный сливочный маргарин, остывшую перловую кашу, перемешайте. Взбейте яйца до пышной пены и введите в основное тесто, быстро перемешайте. Блины лучше выпекать на толстых сковородах небольшого размера. Подавайте с маслом и сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*Гороховая каша считается особенно калорийной, так как горох на 92 % состоит из белка, в 100 г гороховой каши содержится 190 ккал.*

### **С рисовой и пшенной кашей**

*Требуется:* по 1/2 стакана риса, пшена и сахара, по 2 стакана муки и молока, 2 яйца, 1 стакан воды, 100 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Рис замочите на несколько часов в холодной воде. Пшено промойте. Рис и пшено смешайте, залейте кипящей водой, добавьте сахар, соль и варите на слабом огне в течение 20—30 минут с момента закипания. Затем кашу поставьте в духовой шкаф на 15 минут, чтобы упарилась, заправьте сливочным маслом и немного остудите. Влейте в кашу молоко, всыпьте просеянную муку, вбейте по одному яйца, добавьте соду и тщательно размешайте, чтобы не было комочков, влейте растительное масло.

На горячей сковороде выпекайте тонкие блины, подавайте с вареньем или сахаром.

...

### **О блинах**

*Блины очень часто упоминаются в различных произведениях многих писателей. Их, как известно, не прочь был отведать и главный герой поэмы «Мертвые души» Николая Васильевича Гоголя Чичиков.*

### **С пшенной кашей и тыквой**

*Требуется:* 1 стакан пшенной крупы, 400 г тыквы, 3 стакана молока, 2 стакана муки, 3 яйца, по 50 г сливочного масла и дрожжей, 3 ст. л. сахара, соль.



*Способ приготовления.* Тыкву нарежьте тонкими ломтиками, залейте кипящим молоком, положите сахар, соль, доведите до кипения. Через 5—10 минут всыпьте пшено, предварительно промытое в холодной воде, хорошо перемешайте и варите еще 30—40 минут. Остудите до средней температуры. В теплом молоке разведите дрожжи, всыпьте 1/2 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте опару салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут, подождите, когда масса увеличится в объеме в 2 раза. Далее в готовую опару всыпьте сахар, соль, введите растертые в крепкую пену яичные желтки, растопленное сливочное масло. Все тщательно перемешайте и положите остальную муку, затем остывшую кашу, снова перемешайте.

Жарьте на горячей сковороде, обильно смазанной растительным маслом. Подавайте к кислому молоку, сметане.

...

### **Подсчитаем калории**

*Каждые 200 г изделий из теста, в том числе и блинов, – это 100 г углеводов, а лишние 100 г углеводов приводят к отложению в организме 30 г жира.*

### **«Пшеничные»**

*Требуется:* 1 стакан пшенной крупы, 200 г муки, 3 стакана молока, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Яйца разотрите с сахаром добела, всыпьте просеянную муку, соль, влейте теплое молоко, растопленное сливочное масло, тщательно перемешайте. На сухой сковороде испеките блины. Пшено промойте теплой водой, засыпьте в кипящее молоко, сварите вязкую пшеничную кашу. На одну половину испеченного блина положите кашу, разровняйте поверхность и покройте второй половиной. Готовые блины обильно смажьте растопленным сливочным маслом.

...

### **О блинах**

*Надежда Тэффи в своих произведениях даже попыталась устами одного из героев объяснить, что такое блин. «Сейчас я возьму на себя честь объяснить вам, что такое блин. Для получения этого последнего берется окружность в три вершка в диаметре. Пи-эр квадрат заполняется массой из муки с молоком и дрожжами. Затем все это сооружение подвергается медленному действию огня, отделенного от него железной средой. Чтобы сделать влияние огня на пи-эр квадрат менее интенсивным, железная среда покрывается олеиновыми и стеариновыми кислотами,*

*то есть так называемым маслом. Полученная путем нагревания компактная тягуче-упругая смесь вводится затем через пищевод в организм человека, что в большом количестве вредно».*

### **С творогом**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 1 стакан кефира, 3 яйца, 2 ст. л. сахара, 300 г нежирного творога, по 100 г сливочного масла или маргарина и сметаны, 1/2 ч. л. соды, соль.

Яйца разотрите с сахаром в глубокой кастрюле до пышной массы белого цвета, добавьте соль, перемешайте. Всыпьте стакан муки, влейте теплое молоко, подогретый кефир, растопленное сливочное масло или маргарин, добавьте соду и хорошо размешайте до однородной массы, затем всыпьте остальную муку, снова перемешайте. Творог смешайте со сметаной и введите в основное тесто. Жарьте на сковороде в большом количестве жира. Подавайте со сметаной или растопленным медом.

...

#### **Подсчитаем калории**

*Установлено, что повышение калорийности ежедневного рациона всего лишь на 200 ккал дает за год около 10 кг жировой ткани.*

### **С тыквенной кашей**

*Требуется:* 1 стакан воды, 3 стакана молока, 600 г тыквы, 2 стакана муки, 1/2 стакана сахара, 100 г сливочного масла, 2 яйца, соль.

*Способ приготовления.* Тыкву нарежьте небольшими тонкими ломтиками, залейте кипящей водой, добавьте сахар, соль, перемешайте, доведите до кипения и варите на слабом огне 30—40 минут. Остудите, протрите через сито или разомните ложкой до кашицеобразной массы. В полученную массу добавьте растопленное сливочное масло, влейте теплое молоко, перемешайте. Взбейте яйца в крепкую пену, соедините их с основной массой, добавьте просеянную муку, перемешайте до однородного жидкого теста.

Жарьте блины на хорошо разогретой сковороде, смазанной любым жиром. Горячие блины при подаче можете посыпать сахаром.

...

#### **Блинные советы**

*Для ускорения варки перловой крупы рекомендуется замачивать ее в холодной воде на 2 часа. Воды нужно взять в три раза больше массы крупы.*

## С полентой

*Требуется:* по 2 стакана воды и муки, 1 стакан сливок, 150 г кукурузной крупы, 2 яйца, соль, 2 ст. л. растительного масла, 100 г маргарина, 50 г дрожжей.

*Способ приготовления.* В кипящую подсоленную воду влейте масло и медленно, при непрерывном помешивании всыпайте кукурузную крупу. Варите поленту на умеренном огне 40 минут, пока не загустеет. Кашу остудите, влейте теплые сливки, положите дрожжи, перемешайте и поставьте в тепло на 20—30 минут. Далее влейте подогретые сливки, добавьте муку, соль, перемешайте до однородной массы. Яйца взбейте с сахаром до однородной пышной пены, влейте в основную массу, добавьте растительное масло, перемешайте.

Жарьте блины на разогретой сковороде до светло-коричневого цвета. К блинам с полентой можете подать сметану.

...

### **Подсчитаем калории**

*Энергетическая ценность 100 г гурьевской каши составляет 310 ккал.*

## Гороховые

*Требуется:* 1/2 стакана гороха, 1 стакан муки, 2 стакана молока или воды, 40 г дрожжей, 3 ст. л. растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Замочите горох в холодной воде на 5—6 часов. Всыпьте разбухший горох в кипящую воду или молоко, варите до готовности. Дрожжи разведите в теплом молоке, добавьте соль, остывшую гороховую кашу, замесите тесто. Гороховая каша тяжела на подъем, поэтому через час добавьте теплое молоко, муку и замесите тесто. Жарьте блины на разогретой сковороде, обильно смазанной жиром. Подавайте горячими, с маслом.

...

### **Русские традиции**

*По русской традиции, ни один поминальный обед не обходился без блинов с гречневой кашей.*

## «Праздничные»

*Требуется:* 3 стакана муки, 2 стакана молока, 1 стакан сливок, 200 г творога, по 100 г сметаны и сливочного масла, 3 яйца, 1/2 стакана сахара, 50 г дрожжей, соль

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи, всыпьте половину муки, хорошо перемешайте, накройте опару

салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут, до увеличения массы в объеме в 2 раза. В готовую опару всыпьте сахар, соль, растертые в крепкую пену яичные желтки, растопленное сливочное масло. Все тщательно перемешайте и добавьте остальную муку, вымесите тесто до эластичной массы и разведите его, постепенно помешивая, подогретым молоком, положите творог, сметану. Вторично поставьте тесто в тепло для брожения, и как только оно поднимется, приступайте к выпечке блинов. Готовые блины полейте растопленным сливочным маслом и посыпьте сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Чтобы снизить содержание углеводов в блинах, необходимо включить в состав теста овощи (тыкву, капусту, морковь) и фрукты (яблоки, груши), причем такие добавки должны составлять 1/6 общего объема теста.*

### **«Ассорти»**

*Требуется:* по 1/2 стакана рисовой, пшенной и пшеничной крупы, 1 стакан муки, по 2 стакана молока и воды, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. натурального меда, 1 ст. л. сахара, соль.  
*Способ приготовления.* Крупы смешайте, промойте теплой водой, засыпьте в кипящую воду и варите в течение 10—15 минут. Откиньте на сито, когда стечет вода, залейте горячим молоком и варите кашу на слабом огне, периодически помешивая, 15—20 минут с момента закипания. Добавьте сахар, соль, сливочное масло, натуральный мед, перемешайте, закройте крышкой и поставьте в духовку на 7—10 минут. Немного остудите кашу, влейте молоко, добавьте взбитые яйца, всыпьте просеянную муку, тщательно перемешайте тесто, чтобы не было комочков. Жарьте блины на раскаленной сковороде, смазанной сливочным маслом.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Блины съел, вареники съел; а уж на третью работу – целом махать – сил не хватает.*

### **С кашей из саго**

*Требуется:* по 1/2 стакана саго и сахара, 3 стакана молока, 1 стакан муки, 100 г моркови, 50 г сливочного масла, 30 г дрожжей, 1 ст. л. растительного масла, соль.  
*Способ приготовления.* Половину молока доведите до кипения, всыпьте крупу, добавьте 2 ст. л. сахара, соль, сливочное масло, перемешайте и варите на медленном огне в течение 20—25 минут,

пока саго не разварится. Готовую кашу остудите. Дрожжи разведите подогретым молоком, всыпьте муку, остальной сахар, натертую на мелкой терке морковь и готовую остывшую кашу, массу перемешайте и поставьте в тепло на 15—20 минут. Когда объем теста увеличится в 2 раза, приступайте к выпечке. Жарьте блины на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, до светло-золотистого цвета. Подавайте с растопленным медом или вареньем в качестве десерта.

...

### **Русские традиции**

*Иногда в XIX веке в русских деревнях новоиспеченные свекрови испытывали своих невесток именно на умение печь вкусные и пышные блины. Если семье мужа нравились блины, испеченные невесткой, в дальнейшем к ней относились терпимее. Если же молодая жена не больно отличалась в кулинарии, ее начинали считать неумехой, и каждый старался поучить ее уму-разуму.*

### **«Утренние»**

*Требуется:* по 1/2 стакана простокваши, овсяной и пшеничной крупы, по 2 стакана молока и муки, 1 стакан сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 3 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды.

*Способ приготовления.* Овсянку и пшеничную крупу смешайте, залейте кипящим молоком, добавьте 1 ст. л. сахара, соль и варите до готовности. В горячую кашу влейте сливки, простоквашу, всыпьте муку, соду, добавьте сахар, сливочное масло, перемешайте до однородной массы. Блины жарьте на раскаленной сковороде, смазанной любым жиром. При подаче полейте блины ягодным сиропом или посыпьте сахарной пудрой.

## **Глава 7. Блины заварные**

### **Дрожжевые заварные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 1 стакан молока (или воды), 2 яйца, 20 г сливочного масла (или маргарина), 10 г дрожжей, соль, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи в теплом подслащенном молоке. К моменту готовности дрожжей в блюдо с просеянной мукой добавьте кипящее молоко и тщательно перемешайте его, чтобы не было комочков. Массу охладите, затем в заварную муку вылейте подготовленные ранее дрожжи и вновь все хорошо перемешайте. Накройте полотенцем и поставьте в тепло на 40 минут, чтобы тесто поднялось.

Когда опара в 2 раза увеличится в объеме, добавьте в нее слегка взбитые яичные желтки, размягченное масло, сахар и соль и перемешайте, далее постепенно, маленькими порциями, добавляйте оставшуюся муку, каждый раз перемешивая тесто. В однородное и эластичное тесто вылейте остаток молока и тщательно замесите. Готовое тесто снова поставьте в тепло, и когда оно поднимется во второй раз, перемешайте его, опять накройте полотенцем и поставьте в тепло. После третьего подъема добавьте в тесто заранее взбитые до пены яичные белки и дайте подготовленной массе постоять 20 минут. Выпекайте на раскаленной сковороде. Готовые блины смазывайте сливочным маслом.

...

### ***Подсчитаем калории***

*В 500 г молока содержится 320 калорий, поэтому людям, заботящимся о своем весе, не стоит злоупотреблять этим белковым продуктом.*

### **Гречнево-пшеничные**

*Требуется:* по 1 стакану гречневой и пшеничной муки, 2 стакана молока, 30 г дрожжей, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1/2 стакана растительного или топленого масла, соль.

*Способ приготовления.* Гречневую и пшеничную муку смешайте и залейте половиной кипящего молока, тщательно размешайте и дайте остыть. В оставшейся части молока разведите дрожжи и как только они поднимутся, переложите их в смешанную с молоком муку, перемешайте и, накрыв салфеткой, поставьте в тепло для подъема теста на 30—40 минут. Когда тесто подойдет, вылейте в него желтки, растертые с сахаром, добавьте соль, подсолнечное или топленое масло и взбитые яичные белки. Все тщательно перемешайте, поставьте в тепло на 20—30 минут. Выпекайте на раскаленной сковородке, смазанной сливочным маслом, до полной готовности.

...

#### **Подсчитаем калории**

*50 г сливочного масла содержат 374 калории, что*

говорит об очень высокой энергетической ценности продукта.

### Заварные гречневые

*Требуется:* по 2 стакана гречневой муки и молока, по 30 г сливочного масла и дрожжей, яйцо, 1/4 стакана воды, 1/2 ст. л. сахара, 1/2 стакана оливкового масла, соль.

*Способ приготовления.* Вскипятите молоко, 1/3 часть отлейте, а остальным разведите просеянную через сито гречневую муку, тщательно перемешайте. В небольшом количестве теплой воды замочите дрожжи, и когда они разбухнут, переложите их в уже остывшую заварную муку. Желтки хорошо взбейте до однородного состояния и вместе с размягченным сливочным маслом введите в тесто. Вымесите тесто, накройте салфеткой и поставьте в тепло, чтобы оно подошло.

Через некоторое время положите в тесто соль, сахар и влейте оставшееся горячее молоко, хорошо взбейте, добавьте взбитые яичные белки и снова поставьте в тепло. Выпекайте блины на смазанной разогретой сковороде, выливая тесто тонким слоем и распределяя его по всей поверхности.

...

#### **Из жизни великих**

*Великий русский писатель Александр Сергеевич Пушкин в детстве к блинам относился равнодушно. Но на одном из званых вечеров ему пришлось отведать блинов, приготовленных по специальному рецепту французского повара. Повода для отказа не нашлось, тем более что Пушкин не хотел обижать своим отказом почитающих его хозяев дома. Подобный подвиг с его стороны был оправдан великолепным вкусом блинов, которые еще никогда не казались ему такими лакомыми.*

*После прекрасно проведенного вечера Пушкин вернулся домой под впечатлением. На следующий день он попросил поварицу испечь блины, в результате чего, испробовав ее творение, он удивился тому, что вкус этих блинов ничем не напоминал ему тех, каких он отведал на вечере. В стремлении поесть хотя бы еще раз таких блинов Александр Сергеевич пришел к тем людям и попросил открыть ему тайну их приготовления. Поскольку повар был большим почитателем таланта Пушкина, он без лишних препирательств открыл свой секрет поэту и попросил его никому больше не рассказывать рецепт.*



## Тыквенные (1)

*Требуется:* 150 г муки, 100 г тыквы, 30 г дрожжей, 3 стакана молока, 3 ст. л. растительного масла, 2 яйца, соль.

*Способ приготовления.* Очищенную тыкву положите на противень на фольгу, поставьте в духовку и запекайте до тех пор, пока она не станет мягкой. Дайте ей остыть и протрите на крупной терке. Молоко доведите до кипения и постепенно всыпьте в него муку, хорошенько перемешайте. Когда смесь остынет, влейте в нее разведенные в воде дрожжи и вновь перемешайте. В последнюю очередь положите тыкву, перемешайте и, накрыв полотенцем, поставьте в тепло. Когда тесто подойдет, добавьте в него 1 ст. л. подсолнечного масла, растертые с сахаром желтки, соль и взбитые белки. Вымесите тесто и снова поставьте в тепло на 15—20 минут. Блины выпекайте на хорошо разогретой сковородке, смазанной растительным маслом.

...

### **Блинные советы**

*При использовании в приготовлении теста маргарина соль предпочтительнее не добавлять, так как блины приобретут сильно выраженный солоноватый вкус. Но если вы все-таки положили соль, все можно исправить, намазав блины вареньем.*

## Тыквенные (2)

*Требуется:* по 500 г пшеничной муки и тыквы, по 100 г сахара и сливочного масла, 30 г дрожжей, 2 стакана молока или воды, 5 яиц, 2 ст. л. сахара, 1 ст. л. растительного масла, 1/4 стакана растительного масла.

*Способ приготовления.* Растворите дрожжи в половине стакана молока, а оставшееся вскипятите и залейте им муку. Полученную массу остудите и после этого добавьте к ней дрожжи. Тесто тщательно перемешайте и всыпьте 1 ст. л. сахара. Когда опара будет готова, положите в нее растертые с оставшимся сахаром яйца и растопленное сливочное масло. Замесите и поставьте в тепло на 2 часа. Тыкву порежьте кубиками средней величины и потушите в молоке с маслом. Когда она станет мягкой, слейте лишнее молоко и протрите тыкву через сито. Пюре добавьте в тесто во время первой осадки. Выпекайте на раскаленной и смазанной растительным маслом сковородке. Подавайте со сметаной или сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Превратить блины в изделия оригинальной формы можно при помощи обычного стакана. Из испеченных*

*блинов стаканом вырезают круги, которые впоследствии накладывают друг на друга (минимум 5 кружков) и промазывают между собой растертым с сахаром желтком.*

### **Заварные на соде**

*Требуется: 500—600 г муки, 3 стакана воды, 3 яйца, 1/2 ч. л. соды, 3 ч. л. сахара, соль, 1/3 ч. л. лимонной кислоты, уксус.*

*Способ приготовления.* В яйца добавьте сахар и хорошо разотрите. Кипяченую воду небольшими частями влейте в просеянную муку и перемешайте до однородного состояния. В получившуюся жидкую массу добавьте соль, раствор соды с уксусом и растертые с сахаром яйца. В конце положите в тесто лимонную кислоту, снова хорошо перемешайте. Выпекайте блины на хорошо прогретой сковороде, смазанной растительным маслом. Подавайте со сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Уже многим известно, что сахар является одной из самых больших угроз для сладкоежек, так как в 30 г этого продукта содержится 120 ккал.*

### **«На скорую руку»**

*Требуется: 250 г муки, 300 г молока, 1/2 стакана воды, яйцо, 1/2 ст. л. сахара, соль, по 1/4 ч. л. соды и лимонной кислоты.*

*Способ приготовления.* В горячее молоко постепенно всыпьте муку и тщательно перемешайте до однородного состояния. Когда смесь остынет, разбейте в нее яйцо, добавьте сахар, соль, соду и вновь хорошо перемешайте. Разведите в воде лимонную кислоту и вылейте в тесто перед самой выпечкой. Деревянной ложкой вылейте тесто на разогретую и смазанную растительным маслом сковороду тонким слоем. Готовые блины смазывайте сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Любителям сладкого можно посоветовать положить немного больше сахара (примерно на 1 ч. л.) в тесто, чтобы блины получились не только сладкими, но и румяными.*

### **Заварные с луком**

*Требуется: по 1/2 стакана пшеничной муки и молока, 2 яйца, 1 ч. л. сахара, 20 г маргарина (или сливочного масла), 5 г дрожжей,*

соль, 1/4 стакана растительного масла, головка репчатого лука, 50 г зеленого лука, 70 г филе рыбы.

*Способ приготовления.* Луковицу порежьте тонкими кольцами, измельчите зеленый лук, выложите на горячую сковороду и обжарьте в растительном масле. Репчатый лук должен приобрести золотистый цвет. Мякоть рыбы порежьте маленькими кусочками, посолите и, добавив слегка обжаренный лук, обжарьте в оставшемся растительном масле. Сваренное вкрутую яйцо мелко порубите и положите туда же.

Вскипятите молоко, охладите до 50 °С и, постепенно вводя в него требуемое количество муки, перемешайте до однородной массы, дайте остыть. Положите в смесь муки и молока разбухшие дрожжи, сахар, соль, желтки и снова тщательно перемешайте, поставьте в тепло на 2 часа.

Когда тесто будет подниматься, осаживайте (не менее двух раз). В последнюю очередь положите в тесто растопленный маргарин или сливочное масло и взбитые в пену белки. Тщательно перемешайте, выложите в тесто приготовленную ранее смесь рыбы, лука и яйца и, снова перемешав, дайте постоять полчаса. Выпекайте блины на раскаленной сковороде, смазанной подсолнечным маслом. Подавайте со сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г топленого и сливочного масла содержат 1,2 мг витамина А.*

### **Заварные с яблоками**

*Требуется:* по 1 стакану пшеничной и гречневой муки, 20 г дрожжей, 3 стакана молока, 4 ч. л. сахара, 50 г топленого масла, 500 г яблок, 3 яйца, соль.

*Способ приготовления.* Яблоки слегка запеките в духовке, потом остудите, удалите сердцевину и протрите через сито или пропустите через мясорубку.

Разведите дрожжи в стакане молока и оставьте подходить на 20—30 минут. стакан молока вскипятите и постепенно вылейте его в смесь пшеничной и гречневой муки, непрерывно помешивая. Как только тесто остынет, добавьте в него растертые с сахаром яичные желтки и соль. Замешенное тесто поставьте в тепло и дайте подойти. После двух обминок обдайте тесто горячим молоком (1 стакан), добавьте взбитые белки и заранее подготовленное яблочное пюре. Тщательно размешайте, чтобы в тесте не было комочков, и выпекайте блины. Подавайте их с джемом.

...

### **Блинные советы**

*Если в тесто для блинов положить сахара больше*

*разумных пределов, процесс брожения замедлится и в середине готовые блины получатся непропеченными.*

### **Заварные с картофелем**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 200 г картофеля, 1 ст. л. сахара, 20 г дрожжей, 2 ст. л. маргарина, соль.

*Способ приготовления.* Очищенный картофель натрите на мелкой терке, в него положите соль, сахар и перемешайте. Заранее вскипяченное молоко постепенно влейте в требуемое количество муки, постоянно помешивая. Тщательно перемешайте и остудите эту смесь, затем положите в массу разведенные в теплом молоке дрожжи, снова перемешайте и поставьте в тепло для подъема. Когда объем теста увеличится, опустите его (проделайте это дважды). Когда тесто подойдет в третий раз, переложите в него приготовленное картофельное пюре, вновь все перемешайте. Выпекайте блины на разогретой сковороде, смазанной растительным маслом или маргарином.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г сыра, часто используемого в качестве начинки для блинов или блинчиков, содержат: витамина А – 0,9 мг, витамина В1 – 0,03 мг, витамина В2 – 0,36 мг.*

### **Заварные с пшеном**

*Требуется:* 300 г муки, 40 г дрожжей, по 3 стакана молока и воды, 5 яиц, 50 г сливочного масла, 200 г пшена, 3—4 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Пшено запустите в кипящую подсоленную воду, перемешайте и вновь доведите до кипения. Немного поварите кашу, затем снимите с огня, слейте аккуратно воду и добавьте в пшено 1,5 стакана молока, соль и сахар, хорошо перемешайте. Снова поставьте на огонь и варите, постоянно помешивая, чтобы крупа не пристала к стенкам кастрюли. Готовую кашу остудите.

Половину требующегося количества молока доведите до кипения. В просеянную муку постепенно вылейте вскипяченное молоко, хорошенько перемешайте до однородного состояния. Как только тесто остынет, перелейте в него заранее разведенные в воде дрожжи, вновь перемешайте, положите оставшуюся соль, сахар, растопленное масло, взбитые яйца и еще раз перемешайте. Накройте чистым полотенцем и поставьте в тепло. Как только тесто поднимется, опустите его и оставьте еще на час. После второго подъема положите в тесто готовую пшеничную кашу, перемешайте ложкой и дайте постоять 20 минут. Выпекайте блины на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом.

Подавайте со сливками или сметаной.

...

### **Блинные советы**

*Вкус блинов станет другим, если в тесто добавить 1 ст. л. растительного масла и тщательно перемешать. К тому же при выпечке таких блинов не надо будет дополнительно смазывать сковороду жиром.*

### **Заварные с изюмом**

*Требуется:* 300 г кукурузной муки, 1,5 стакана воды, 4 ст. л. сухого молока, 3 яйца, 150 г изюма, 1 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды, уксус.

*Способ приготовления.* Просейте муку и залейте требуемым количеством кипящей жидкости, в которой предварительно разведите сухое молоко. Тщательно перемешайте до полного исчезновения комков и дайте остыть. Затем в заварное тесто добавьте яйца, растертые с сахаром, соль и раствор соды с уксусом. Полученную массу тщательно перемешайте и положите туда изюм. Оставьте тесто на 40 минут в теплом месте.

Из готового теста на разогретой и смазанной растительным маслом сковороде выпекайте блины, подавайте к столу с вареньем или джемом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Одно яйцо содержит: витамина А – 1,3 мг, витамина В1 – 0,07 мг, витамина В2 – 0,16 мг, витамина РР – 0,12 мг.*

### **Заварные с курагой**

*Требуется:* 300 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 3 яйца, 100 г кураги, 1 ст. л. сахара, соль, 10 г дрожжей.

*Способ приготовления.* Вскипятите молоко и всыпьте в него сахар, соль, постепенно введите муку и тщательно перемешайте до исчезновения комков. Дайте тесту остыть и влейте разведенные в воде дрожжи. В последнюю очередь введите яйца и хорошо взбейте, чтобы тесто стало воздушным. Курагу мелко порежьте и добавьте в тесто. Выливайте его небольшими порциями на раскаленную сковороду и сразу, как поверхность блина подсохнет, переворачивайте на другую сторону. Подавайте со сметаной.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы придать блинам оригинальный вкус, попробуйте добавить в них экзотические фрукты (киви, бананы).*

*Порежьте их тонкими ломтиками и положите тесто перед самой выпечкой.*

### **Заварные капустные**

*Требуется:* по 2 стакана молока (или воды) и пшеничной муки, 30 г дрожжей, 2 яйца, 200 г капусты, 1 ст. л. растительного масла, 1—2 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения. В 3/4 части горячего молока постепенно всыпьте просеянную через сито пшеничную муку, тщательно размешайте, остудите. В 1/4 части теплого молока разведите дрожжи и влейте в смесь муки и молока, добавьте туда же яйца, растительное масло, сахар и соль. Хорошо перемешайте. Сварите в небольшом количестве воды мелко нашинкованную капусту и добавьте ее в тесто, вновь перемешайте. Блины выпекайте на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом или маргарином.

## **Глава 8. Блины с припеком**

### **С жареным луком**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 300 г репчатого лука, 200 г растительного масла, 100 г кулинарного жира или растительного масла для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло (лучше рафинированное подсолнечное). Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымешайте до эластичного состояния и постепенно разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема и увеличения объема в 2 раза. Затем тесто размешайте, чтобы оно осело, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки, оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось.

Приготовьте припек. Как только тесто поднимется в последний раз, приступайте к выпечке. Лук мелко нашинкуйте и поджарьте отдельно на растительном масле или жире, посолите по вкусу. Затем каждый раз перед тем, как вылить тесто на сковородку, равномерно раскладывайте на ней припек (2—3 ст. л.), заливайте его тестом, после поджаривания блина с одной стороны переворачивайте на другую. Блины лучше выпекать на сковородах

небольшого размера.

...

### **Русские традиции**

*Блины с припеком чрезвычайно любил царь Алексей Михайлович, отец Петра I. Старозаветному боярскому быту его двора было свойственно соблюдение русских традиций. Кухни в его московских дворцах исправно готовили запеченных гусей с яблоками, жареных поросят, самые разнообразные пироги и, конечно, блины с припеком.*

### **С жареной капустой**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г свежей капусты, головка репчатого лука, 100 г кулинарного жира или растительного масла для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымесите до эластичного состояния и разведите постепенно теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема и увеличения в объеме в 2 раза. Затем тесто размешайте, чтобы оно село, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось.

*Для припека капусту мелко шинкуйте и обжарьте до готовности в масле или жире. В конце жарки положите шинкованный лук, все посолите. Как только тесто поднимется в последний раз, приступайте к выпечке. 2—3 ст. л. припека раскладывайте на сковороду и выливайте на него порцию теста. Обжаривайте блины с обеих сторон.*

...

### **Блинные советы**

*При приготовление блинов со сладким припеком, таким как сладкий творог, маковая смесь, сладкие каши, тесто также должно быть слаще. Для этого в него добавляют сахара чуть больше нормы и немного сливочного масла.*

### **С жареными грибами**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, по 200 г лука, растительного масла и свежих грибов или 100 г сушеных, 100 г растительного масла или

кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло, желативно рафинированное подсолнечное. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымесите до эластичного состояния и разведите постепенно теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема и увеличения в 2 раза. Затем тесто размешайте, чтобы оно осело, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось.

Сушеные грибы заранее замочите. Свежие грибы или размоченные сушеные нарежьте на мелкие кусочки, поджарьте в масле до готовности, в конце жарки добавьте мелко нарезанный лук, посолите. Припек (2—3 ст. л.) раскладываете на сковородке, затем равномерно выливаете на него тесто. Обжаривайте блины с обеих сторон.

...

### **О блинах**

*«– Прошу покорно закусить, – сказала хозяйка.*

*Чичиков оглянулся и увидел, что на столе стояли уже грибки, пирожки, скородумки, шанишки, пряглы, блины, лепешки со всякими припеками: припекой с лучком, припекой с маком, припекой с творогом, припекой со сноточками, и невесть чего не было».*

*Н.В. Гоголь. «Мертвые души»*

### **С морковью и луком**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, по 200 растительного масла, моркови и репчатого лука, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите постепенно теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема и увеличения в 2 раза. Затем тесто размешайте, чтобы оно село, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось.



Морковь натрите на крупной терке, лук мелко нашинкуйте. В растительном масле или жире поджарьте овощи до полной готовности, посолите. Припек раскладывайте на сковороде, затем равномерно выливайте на него тесто. Обжаривайте блины с двух сторон.

...

### **Русские традиции**

*Традиционные русские блины с припеком или, как раньше говорили, с припеккой, – это блины с каким-либо отдельным от теста продуктом, выкладываемым на каждый блин. Если он добавляется непосредственно в тесто, то это уже не настоящий припек.*

### **С зеленью**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3–4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г свежей зелени – сельдерея, петрушки, укропа, по 100 г репчатого лука и растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30–40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза. Далее тесто размешайте, чтобы оно осело, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15–20 минут, чтобы оно поднялось.

Зелень мелко порубите, лук нарежьте или нашинкуйте специальной лукорезкой. Все слегка спассеруйте в масле или жире, посолите по вкусу. При выпекании раскладывайте припек на неподжаренную сторону блина, пока тесто еще не загустело, чтобы припек как бы утопал в нем. Обжаривайте блины с двух сторон.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы тесто не получилось слишком сдобным, на 0,5 кг муки нужно использовать только одно яйцо. Иначе блинная масса, смешанная с припеком, может раскрошиться прямо на сковороде.*

### С яйцом и луком

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, по 200 г растительного масла и репчатого лука, 6—7 вареных яиц, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для увеличения в объеме в 2 раза. Далее тесто размешайте, чтобы оно осело, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось.

Вареные яйца мелко порубите, мелко нашинкованный лук слегка поджарьте в масле. Яйца смешайте с луком, посолите по вкусу.

При выпекании раскладывайте припек на неподжаренную сторону блина, пока тесто еще не загустело, чтобы припек как бы утопал в тесте. Обжаривайте блины с двух сторон.

...

### **Русские традиции**

*Традиционный русский припек – это творог, он может быть как сладкий, так и соленый. Лучше всего не протертый зернистый творог выкладывать уже на вылитое на сковороду тесто. При выпечке блинов с творогом используется сливочное или топленое масло, тогда блины становятся особенно вкусными.*

### **С тыквой**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 растительного масла, 400 г тыквы, 1/2 стакана сахара, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яйца, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема, затем обомните тесто. Повторите два раза.

Кусок тыквы в кожуре запекайте в духовке, очистите, порежьте на очень мелкие и тонкие кусочки, добавьте сахар, перемешайте. При выпекании раскладывайте припек на неподжаренную сторону блина, пока тесто еще не загустело, чтобы припек как бы утопал в нем. Обжаривайте блины с двух сторон.

...

### **Блинные советы**

*К блинам с припеком подаются растопленное сливочное масло или густая сметана, в зависимости от того, какой припек используется. Но иногда блины с припеком подаются и как отдельное блюдо – без всяких добавок или соусов, так как припек сам по себе делает их достаточно вкусными.*

### **С солеными огурцами**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г соленых огурцов, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яйца, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, затем вымесите до эластичного состояния и разведите постепенно теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза. Обомните тесто. Повторите два раза.

Соленые огурцы мелко нашинкуйте. При выпекании раскладывайте припек на неподжаренную сторону блина, пока тесто еще не загустело, чтобы припек как бы утопал в нем. Обжаривайте с двух сторон.

...

### **Русские традиции**

*Для блинов с припеком обычно готовят дрожжевое тесто, но современная кулинария, творчески развивая старые русские традиции, допускает и приготовление блинчиков с припеком. Припек готовится аналогичным способом, но выкладывается на сковороду более тонким слоем, который заливается тестом для блинчиков.*

### **С сыром**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г твердого сыра, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яйца, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза. Обомните тесто. Повторите два раза.

Сыр натрите на крупной терке. 2—3 ст. л. сыра равномерно раскладывайте на сковороде с разогретым маслом, когда сыр расплавится, выливайте на него порцию теста. Обжаривайте с обеих сторон.

...

### **Блинные советы**

*Для приготовления блинов с припеком необходимо больше масла, чем для обычных блинов. Печь блины можно как на растительном, так и на сливочном или топленом масле. Можно использовать также и*

*маргарин. Но наилучшим вариантом считается рафинированное подсолнечное масло.*

### **С мясом**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г свиного или говяжьего фарша, молотый черный перец, по 100 г репчатого лука и растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яичные желтки, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза. Размешайте, чтобы тесто село, снова поставьте в тепло, дайте подняться и еще раз обомните, добавив взбитые в пену яичные белки. Оставьте на 15—20 минут, чтобы оно поднялось. Фарш посолите, поперчите, обжарьте в разогретом масле или жире до готовности, в конце жарки добавьте мелко нашинкованный лук, посолите по вкусу. При выпекании раскладывайте припек на сковороде с подогретым маслом, затем равномерно выливайте на него тесто. Обжаривайте блины с двух сторон.

...

### **Блинные советы**

*Если вы решили приготовить блины с припеком по какому-то другому рецепту, помимо приведенных, обратите внимание на такие особенности: более жидкий по консистенции припек (например, каша) лучше выкладывать поверх теста, а такой припек, как жареные или тушеные овощи, заливайте тестом сверху.*

### **С изюмом**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г растительного масла, 300 г изюма, 100 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яйца, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком.

Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза, затем обомните. Повторите два раза. Во время последнего опускания теста введите в него изюм. Когда тесто поднимется, приступайте к выпечке. Выпекайте блины обычным способом.

...

### **Русские традиции**

*Одним из традиционных способов приготовления блинов с припеком является заворачивание поджаренного с двух сторон блина «вполовину». Обжарив такой сложенный блин с двух сторон, его снимают со сковороды и складывают на блюдо. Такие блины меньше ломаются, их легко взять руками.*

### **С гречневой кашей**

*Требуется:* по 5 стаканов муки и молока, 3—4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 растительного масла, 400 г гречневой каши, по 50 г сливочного и растительного масла или кулинарного жира для жарки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке разведите дрожжи и 3 стакана муки, хорошо перемешайте, накройте салфеткой и поставьте в тепло на 30—40 минут до увеличения в объеме в 2 раза. В готовую опару положите сахар, соль, растертые яйца, растительное масло. Все перемешайте и всыпьте остальную муку, вымесите до эластичного состояния и разведите теплым молоком. Вторично поставьте в тепло для подъема в 2 раза, затем обомните. Повторите два раза.

Готовую гречневую кашу сдобрите сливочным маслом. Припек равномерно раскладывайте на сковороду с разогретым маслом, затем выливайте на него порцию теста. Обжаривайте блины с обеих сторон.

## **Глава 9. Блины масленичные**

### **«Русское угощение»**

*Требуется:* 1800 г муки, 1 ст. л. сахара, соль, 3 яйца, 1 л молока, 2 стакана воды, 2 ст. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Смешайте сахар и соль, добавьте взбитые яйца и хорошо перемешайте. Введите туда муку и замешивайте, далее влейте молоко и вымесите крутое тесто. Постепенно вливайте воду, чтобы тесто стало пожиже. Оно должно быть такой консистенции, чтобы легко стекало с ложки. Добавьте растительное масло и выпекайте блины. Готовые блины смажьте маслом и подавайте к столу.

Отдельно к блинам предложите сметану, паштет, рыбю, икру рыбную и овощную, редьку, мед, лук, соленые грибы, варенье и различные острые приправы.

### «К празднику»

*Требуется:* 1,5 л молока, 250 г дрожжей, 6 ст. л. сахара, 4 яйца, 1,5 стакана растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 1500 г муки высшего сорта, по 1 стакану сливок и меда, 50 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* На медленном огне подогрейте 4 стакана молока, но до кипения не доводите. Растворите в теплом молоке дрожжи. Добавьте 3 стакана муки, размешайте, чтобы не было комков. Добавьте 2 ст. л. сахара. Поставьте опару в теплое место, накройте полотенцем.

Примерно через час опара подойдет. Обомните ее и оставьте еще на некоторое время. Взбейте яйца, всыпьте сахар и разотрите эту массу. Посолите яичную смесь и добавьте ее к опаре. Затем всыпьте оставшуюся муку, добавьте 1/2 стакана растительного масла, сливки и мягкое сливочное масло. Все как следует перемешайте. Тесто должно быть гладким, без комков. Оставьте его в тепле примерно на полчаса. Накройте полотенцем. Затем добавьте теплое оставшееся молоко, соду. Выпекайте блины на разогретой сковороде на растительном масле.

Горячие готовые блины с двух сторон смазывайте сливочным маслом и поливайте медом. Затем сложите их стопкой и подавайте к столу.

...

### **Из жизни великих**

*О масленице как об удивительном празднике, любимом русским народом, упоминали многие великие писатели. Говоря о ней, нельзя не вспомнить о традиционном масленичном угощении – блинах.*

*Русский писатель Лев Толстой неоднократно наблюдал народные гулянья на этот праздник, который ассоциировался у Толстого с характером русских людей, настолько он был эмоциональным, добрым, щедрым на угощения и развлечения.*

### «От гостеприимной хозяйки»

*Требуется:* 1,5 л молока, 250 г дрожжей, 5 ст. л. сахара, 4 яйца, по 1,5 стакана растительного масла и сметаны, соль, 1500 г муки, по 1/2 стакана сливок и меда.

*Способ приготовления.* На медленном огне подогрейте 4 стакана молока, но до кипения не доводите. Положите в него дрожжи и добавьте 2 ст. л. сахара. Затем введите сливки и сметану. Все как

следует перемешайте. Накройте полотенцем и оставьте в теплом месте примерно на 15 минут. Муку разделите на две равные части. К одной части добавьте сахар, соль и перемешайте как следует. Взбейте яйца и введите в полученную смесь, соедините ее с дрожжевым раствором. Замесите тесто так, чтобы оно было чуть гуще сметаны. Накройте полотенцем и поставьте в тепло примерно на 25 минут. Когда тесто поднимется, влейте растительное масло. Оставьте еще на 15 минут. Затем все как следует перемешайте, всыпьте оставшуюся муку и выпекайте блины на разогретой сковороде на сливочном или растительном масле. Готовые блины полейте медом и подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*Масленица издавна называлась «широкой», «лакомкой», «разгульной». Народ праздновал ее, используя весьма обширный арсенал различных развлечений, среди которых были кулачные бои, пляски, песни, хороводы. На каждый день масленицы существовал особый ритуал развлечений. В первый день, понедельник, полагалось нарядить в женскую одежду соломенную куклу, которая как бы символизировала собой праздник и называлась Масленой. Куклу ставили на снежную гору, чтобы она могла видеть, с какой стороны идет весна. В понедельник полагалось отдавать первые блины нищим, чтобы они поминали умерших.*

### **«Сладкие»**

*Требуется:* 1,5 л молока, 250 г хлебопекарных дрожжей, 3 яйца, по 1 стакану сахара, растительного масла и сливок, соль, 1/2 ч. л. соды, 6 стаканов муки, 35 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны.

*Способ приготовления.* В теплое молоко добавьте дрожжи и 2 ст. л. сахара. Растворите дрожжи в молоке, затем добавьте 2 стакана муки. Все как следует перемешайте, накройте полотенцем и оставьте примерно на 30 минут в тепле. Смешайте яйца с сахаром, разотрите и добавьте в муку. Все опять перемешайте, посолите и смешайте массу с дрожжевой закваской. Вы получите густое тесто. Накройте его полотенцем и оставьте в тепле примерно на 40 минут. Затем введите оставшийся сахар, сметану, сливки, все перемешайте и дайте тесту подойти еще раз. Влейте теплое молоко с содой, перемешайте.

Выпекайте блины на разогретом сливочном или растительном масле. Каждый готовый блин с двух сторон смажьте сливочным маслом и посыпьте сахаром. Сложите их стопкой и подавайте к



столу.

### «К чаю»

*Требуется:* 1,5 л молока, 250 г хлебопекарных дрожжей, 3 яйца, 5 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды, по 1 стакану растительного масла и сливок, 200 г сливочного масла, 6 стаканов муки, 100 г красной икры.

*Способ приготовления.* В 1/2 л теплого молока положите дрожжи и 2 ст. л. сахара. Когда дрожжи растворятся, добавьте 2 стакана муки, перемешайте, накройте полотенцем и поставьте на час в тепло. Взбейте яйца с сахаром, введите сливки, сливочное масло, соль. Все как следует перемешайте, чтобы получилась однородная масса. Соедините ее с дрожжевой закваской, всыпьте муку.

Должно получиться густое тесто. Накройте тесто полотенцем и оставьте в теплом месте на час. Когда тесто поднимется, обомните его и оставьте еще на несколько минут, далее введите растительное масло, соду, оставшееся теплое молоко.

Выпекайте блины на разогретом сливочном или растительном масле. Готовые блины смажьте маслом, сложите стопкой и подавайте с икрой и сметаной.

...

#### **Подсчитаем калории**

*100 г сливочного масла дают организму 749 ккал, 100 г топленого масла – 886 ккал, 100 г растительного масла – 899 ккал.*

### «Лакомый кусочек»

*Требуется:* 1,5 л молока, 250 г дрожжей, 2 стакана сахара, 4 яйца, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 6 стаканов муки, 2 стакана сливок.

*Способ приготовления.* 1 л молока нагрейте на медленном огне, но до кипения не доводите. Растворите в молоке дрожжи и 2 ст. л. сахара. Все как следует перемешайте и оставьте в тепле примерно на час. Взбейте яйца со стаканом сахара, смешайте с солью и мукой, затем с дрожжевой закваской. Замесите тесто, накройте посуду полотенцем и поставьте в тепло примерно на полчаса. Когда тесто подойдет, влейте в него растительное масло, соду, оставшееся теплое молоко, сливки. Перемешайте.

Выпекайте блины на сливочном или растительном масле. Готовые блины смажьте маслом, полейте сметаной и подавайте к столу.

...

#### **Русские традиции**

*В первый день масленицы начиналось веселье! Люди пекли самые разнообразные блины. Именно в первый*

*день праздника теща должна была отправиться в дом к своей дочери и научить ее печь блины. А тесть отправлял дочери и ее мужу масло и гречневую муку. Первый день масленицы назывался встречей.*

### **«Сюрприз»**

*Требуется:* 1000 г муки, 1 л воды, 250 г дрожжей, 3 ст. л. сахара, 4 яйца, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, 2 стакана сметаны, соль.

*Способ приготовления.* В теплой воде растворите дрожжи. Добавьте в опару 1 ст. л. сахара, все как следует перемешайте, посуду с опарой накройте полотенцем и поставьте в теплое место примерно на час. Взбейте яйца с сахаром, всыпьте муку. Все как следует перемешайте и соедините с приготовленной опарой. Замесите тесто, накройте его полотенцем и оставьте в тепле примерно на полчаса. Когда тесто подойдет, добавьте соду, сметану, растительное масло.

Перемешайте тесто, выпекайте блины на разогретом сливочном или растительном масле. Готовые блины смажьте маслом и подавайте с вареньем, сметаной и медом.

...

### **О блинах**

*«Она ест блины горячими, как огонь, ест с маслом, со сметаной, с икрой зернистой, с паюсной, с салфеточной, с ачужевской, с кетовой, с сомовой, с селедками всех сортов, с кильками, шпротами, сардинами, с семужкой и с сижком, с балычком осетровым и с белорыбьим, с осетровыми молоками, с копченой стерлядкой и со знаменитым сметком из Бела озера.»*

*А.И. Куприн*

### **«Воздушные»**

*Требуется:* 1 л молока, 250 г дрожжей, 3 ст. л. сахара, 4 яйца, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 1500 г муки, 3 стакана сметаны, 2 стакана сливок, 60 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте на медленном огне, но до кипения не доводите, соедините со сметаной и 20 г сливочного масла. Растворите дрожжи в полученной смеси, вмешайте 2 стакана муки, накройте полотенцем, оставьте опару в теплом месте примерно на полчаса. Взбейте яйца с сахаром, смешайте с мукой и соедините с опарой. Все перемешайте, замесите тесто и поставьте его в тепло примерно на 25 минут.

Когда тесто подойдет, добавьте соду, сметану, сливки,

растительное масло, опять перемешайте и выпекайте блины на сливочном или растительном масле. Готовые блины смажьте сливочным маслом, сложите стопкой и подавайте к столу с икрой и сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г пастеризованного молока содержится 58 ккал, в 100 г сгущенного молока – 162 ккал, в 100 г сливок 10%-ной жирности – 118 ккал, 20%-ной жирности – 205 ккал, 35%-ной жирности – 337 ккал.*

### **«Традиционные»**

*Требуется:* 1 л воды или молока, 250 г дрожжей, 2 ст. л. меда, 1 стакан растительного масла, соль, 5 стаканов муки, 3 ст. л. сахара, 2 стакана сметаны, 2 яйца.

*Способ приготовления.* В теплой воде или молоке растопите дрожжи, добавьте мед и сахар. Все как следует перемешайте, закройте полотенцем и оставьте в тепле примерно на час. В полученную смесь введите муку, соль, взбитые яйца. Замесите тесто, оставьте его в тепле. Когда тесто поднимется, положите сметану, растительное масло. Когда тесто подойдет во второй раз, хорошо размешайте и выпекайте блины.

Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте маслом. Отдельно к ним подайте рыбу или мясной фарш, а также сметану или острую приправу.

...

### **Из жизни великих**

*Многие известные люди на Масленицу присоединялись к всеобщему веселью. Сам праздник как бы объединял людей бедных и богатых, счастливых и не очень.*

*Традиционные блюда – блины – нравились как бедным, так и богатым. Конечно, те, кто был богаче, могли порадовать себя более обильными и вкусными угощениями. Но даже самые бедные не оставались в стороне от веселья – традиционные кулачные бои являлись самым простым и доступным средством, позволяющим разнообразить достаточно серую и скучную жизнь народа. В связи с этим нельзя не вспомнить известного купца Калашникова. Он не гнушался такой народной забавой, как кулачные бои, когда «стенка на стенку» шли друг на друга горожане или сельчане. Он с удовольствием принимал участие в подобных развлечениях, что в немалой степени способствовало уважению к нему со стороны простых людей.*

## «К ужину»

*Требуется:* 1/2 л сметаны, 250 г дрожжей, 4 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 1000—1200 г пшеничной муки высшего сорта.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте, добавьте 1 ст. л. сахара, дрожжи, размешайте, плотно накройте и поставьте в тепло, через некоторое время соедините с сахаром, солью, яйцами и начинайте замешивать тесто. Накройте полотенцем и поставьте в тепло примерно на 30 минут. Далее добавьте в тесто растительное масло, снова оставьте в тепле на несколько минут. Тесто должно подойти 3 раза. После этого ошпарьте его кипятком и быстро перемешайте, введите соду, еще раз перемешайте и выпекайте блины. Складывайте их стопкой на блюдо, смазывая маслом. Отдельно к блинам подавайте икру, сметану и горчицу.

...

### **Русские традиции**

*На второй день масленицы веселье было в самом разгаре. Молодые люди и девушки катались на санях. В каждом доме хозяйки с нетерпением ожидали гостей, да и сами гости с удовольствием навещали своих родных и друзей. Но в гости полагалось ходить по старшинству, то есть, молодые должны были ходить в гости к тем, кто старше. Второй день назывался «заигрыш».*

### **«Ягодные»**

*Требуется:* 1 л воды или молока, 250 г дрожжей, 3 яйца, 6 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды, 1 стакан растительного масла, 6 стаканов муки, 400 г свежих или консервированных ягод, 1/2 стакана меда.

*Способ приготовления.* В теплой воде или молоке растворите 2 ст. л. сахара, дрожжи и мед. Поставьте смесь в тепло на 10 минут. Ягоды смешайте с сахаром и добавьте масло. Взбейте яйца, всыпьте к ним муку, соль. Муку, ягоды положите в дрожжевую закваску. Замесите тесто, накройте его полотенцем и поставьте в тепло на полчаса. Когда тесто подойдет, обомните его и дайте подойти еще раз. В итоге тесто должно подойти три раза. После этого введите соду, ошпарьте тесто кипятком и выпекайте блины. Каждый блин смажьте маслом с обеих сторон. К столу подавайте со сметаной или с кислым молоком и с вареньем.

### **«Проводы зимы»**

*Требуется:* 1 л молока, 250 г хлебопекарных дрожжей, 4 яйца, 3—4 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды, пакетик ванилина, 150 г коньяка, 1 стакан растительного масла, 6 стаканов муки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке растворите 1 ст. л. сахара, дрожжи, влейте коньяк. Накройте полотенцем и поставьте в тепло на 20 минут. Яйца взбейте с сахаром, солью, ванилином. Смешайте яичную смесь с мукой. Все как следует перемешайте и соедините с дрожжевой закваской. Густое тесто поставьте в тепло на час. В поднявшееся тесто влейте масло, осадите его и дайте еще раз подойти. Ошпарьте тесто кипятком и перемешайте. После этого всыпьте соду, перемешайте еще раз. Выпекайте блины на сливочном или растительном масле. Готовые блины подавайте к столу, предварительно полив растопленным сливочным маслом. Отдельно к ним предложите грибы, мясной фарш или икру.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г сметаны 40%-ной жирности содержат 382 ккал, 20%-ной жирности – 206 ккал, 25%-ной жирности – 248 ккал, 30%-ной жирности – 293 ккал.*

### **«Легкие»**

*Требуется:* по 1 стакану молока и растительного масла, 250 г дрожжей, 4 стакана кефира или простокваши, 3 ст. л. сахара, 4 яйца, 1/2 ч. л. соды, соль, 5 стаканов муки.

*Способ приготовления.* В теплом молоке растворите 1 ст. л. сахара и дрожжи. Все как следует перемешайте, посуду с опарой накройте крышкой и оставьте в тепле примерно на 15 минут. Яйца взбейте с сахаром, кефиром или простоквашей и соедините с дрожжевой смесью, все хорошо перемешайте. Затем положите муку, замесите тесто и оставьте его в теплом месте примерно на час.

Когда тесто подойдет, влейте растительное масло и выпекайте блины. Готовые блины сложите стопкой, подавайте с кислым молоком, сметаной и икрой или мясным фаршем.

...

### **Русские традиции**

*Третий день Масленицы, среда, назывался лакомкой. Этот день был интересен тем, что в гостях собиралась только родня. Тещам полагалось угощать блинами своих зятьев.*

### **«Русские»**

*Требуется:* 1/2 л кислого молока, 250 г дрожжей, 4 ст. л. сахара, 3 яйца, 500 г сыра, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды,

соль, 5 стаканов муки.

*Способ приготовления.* Кислое молоко подогрейте и растворите в нем 1 ст. л. сахара и дрожжи. Плотно накройте и поставьте смесь в теплое место на 10 минут. Муку смешайте с солью и яйцами, взбитыми с сахаром. Далее вылейте дрожжевую смесь, замесите тесто, накройте полотенцем и поставьте в тепло на час для подъема.

Когда тесто подойдет, положите масло, тертый сыр, размешайте, затем – соду, 1/2 стакана кипятка, быстро перемешайте и выпекайте блины. Смазывайте топленым маслом и подавайте к столу.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Масленица пришла, пора по горам покататься, в блинах поваляться, сердцем потешиться...*

### **С овощами**

*Требуется:* 1 л молока, 250 г дрожжей, 1 ст. л. сахара, 4 яйца, 500 г свежей моркови, 1 стакан растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 4 стакана муки.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте, но до кипения не доводите. Растворите в теплом молоке сахар и дрожжи, всыпьте 1 стакан муки, все как следует перемешайте, чтобы не было комков, накройте полотенцем и поставьте в тепло на час. Морковь сварите до мягкости в чуть подсоленной воде, затем пропустите через мясорубку или натрите на терке. Яйца взбейте, положите в морковную смесь. Муку смешайте с солью, сделайте углубление в середине. В углубление введите морковную смесь, дрожжевой раствор и замесите тесто. Затем накройте полотенцем, поставьте в тепло на 30 минут для подъема.

Когда тесто подойдет, добавьте масло, соду, 1/3 стакана кипятка, быстро перемешайте и выпекайте блины. Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г творога жирного содержат 226 ккал, нежирного – 86 ккал, 100 г кефира жирного содержат 59 ккал, нежирного – 30 ккал.*

### **«Ассорти»**

*Требуется:* 1 л молока, 250 г дрожжей, 4 ст. л. сахара, 1/2 стакана сгущенного молока, 4 яйца, по 1 стакану орехов и растительного масла, 1/2 ч. л. соды, соль, 4 стакана муки.

*Способ приготовления.* Молоко подогрейте на медленном огне, но

до кипения не доводите. Растворите в нем 1 ст. л. сахара и дрожжи, накройте полотенцем и поставьте в тепло на 30 минут. Орехи пропустите через мясорубку. Сгущенное молоко смешайте с маслом, муку – с солью, орехами, сделайте углубление в середине. Введите в углубление взбитые яйца и дрожжевую смесь. Замесите тесто, накройте полотенцем и поставьте в тепло на час. Когда оно подойдет, положите масло, смешанное со сгущенным молоком, хорошо размешайте и пеките блины. Готовые изделия складывайте стопкой и смазывайте маслом. К ним подавайте сметану, мед и сливки.

...

### **Русские традиции**

*На четвертый день масленицы, который назывался «широкий четверг», устраивались массовые гулянья. Все катались на санях, веселились, пили пиво, вино, пели песни, танцевали, пробовали свои силы в кулачном бою, посещали ярмарки. Одним словом, веселились на славу.*

### **«Особые»**

*Требуется:* 450 г муки, 4 яйца, соль, по 1 стакану яблочного сока и кефира, по 1/2 стакана растительного масла и сахара, 250 г дрожжей.

*Способ приготовления.* Смешайте сок и кефир и растворите в смеси дрожжи. Накройте полотенцем и оставьте в тепло на некоторое время. Взбейте яйца с сахаром и солью. Смешайте яичную массу с мукой. Затем соедините со смесью сока и кефира. Замесите тесто, накройте полотенцем и оставьте в тепле на час. Когда тесто подойдет, обомните его и оставьте еще на 30 минут. Затем готовое тесто еще раз обомните и добавьте масло. Выпекайте блины на разогретой сковороде в сливочном или растительном масле. Смазывайте их сливочным маслом, медом и складывайте стопкой.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Сгорела Маслена, праздник прошел, блины со столов исчезли. Наступил Великий пост.*

### **«Лимонные»**

*Требуется:* 1 л воды, 250 г дрожжей, 4 яйца, 3—4 ст. л. сахара, 1/2 стакана лимонного сока, 1/2 ч. л. соды, по 1 стакану растительного масла и сметаны, 6 стаканов муки, 30 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Воду нагрейте, но до кипения не доводите.



Растворите в ней дрожжи. Добавьте 3 стакана муки, как следует перемешайте. Накройте полотенцем и оставьте в тепле на 50 минут. Муку смешайте с солью. Введите яйца, растертые с сахаром. Все соедините с дрожжевым раствором и замесите тесто. Готовое тесто накройте полотенцем и оставьте в тепле на 30 минут. Затем положите сметану, лимонный сок и все перемешайте. Оставьте тесто еще на 30 минут в тепле. Далее кладите мягкое сливочное и влейте растительное масло.

Снова перемешайте тесто и выпекайте блины на разогретой сковороде на сливочном или растительном масле. Готовые блины смазывайте сливочным маслом и складывайте стопкой.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г простокваши обыкновенной содержит 58 ккал, нежирной – 30 ккал.*

### **«Праздничные»**

*Требуется: 1 л молока, 250 г хлебопекарных дрожжей, 5 яиц, 5 ст. л. сахара, по 1 стакану меда и растительного масла, 1/2 ч. л. соды, 6 стаканов муки, 35 г сливочного масла, 3 стакана воды, соль.*

*Способ приготовления.* Разбавьте мед стаканом воды и подогрейте на водяной бане. Влейте молоко и растворите дрожжи. Добавьте 3 стакана муки, накройте полотенцем и оставьте в тепле на час. Затем взбейте яйца с сахаром, всыпьте муку и соль. Полученную массу растворите в жидкости, замесите тесто. Накройте его полотенцем и оставьте на 40 минут. Поднявшееся тесто обомните и снова оставьте для расстаивания. Через 30 минут введите сливочное и растительное масло, 2 стакана горячей воды, все как следует перемешайте и выпекайте блины на разогретой сковороде в растительном или сливочном масле. Готовые блины посыпьте сахаром и полейте сметаной.

...

### **Русские традиции**

*На любимый всеми праздник масленицы пеклись не только пышные, вкусные блины, но и блинчики. Существует одно небольшое отличие: в рецептах блинчиков отсутствуют дрожжи. Тесто для них готовится на кефире, сметане или соке. По своему виду блинчики нежнее, чем блины на дрожжевом тесте. Следует отметить и то, что блинчики тоньше блинов и меньше по своему размеру. Мы не могли не упомянуть о приготовлении блинчиков, так как праздничный стол без них был бы невозможен.*

...

### **Русские традиции**

*На пятый и шестой день масленицы нужно было отдохнуть. Собирались за праздничным столом, угощались различными яствами, вели неспешные разговоры. Но молодежь не оставалась дома. Парни и девушки, детвора катались на санях, строили из снега крепости, играли в снежки. Пятый день назывался «тещины вечера», а шестой – «золовкины посиделки».*

### **«Нежные»**

*Требуется: 300 г муки, 2 стакана сметаны, 4 яйца, 1/2 стакана растительного масла, 300 г мясного фарша, луковица, соль, перец.*  
*Способ приготовления.* Взбейте сырые яйца, так чтобы получилась густая пена, положите соль, сметану и все как следует перемешайте. Всыпьте муку в смесь, размешайте тесто, чтобы не было комков. Разогрейте сковородку, смажьте ее маслом и выпекайте блинчики. Готовые блинчики кладите стопкой, смазывайте маслом.

*Для начинки добавьте в фарш мелко нарезанный лук, посолите, поперчите, обжарьте в масле. В середину каждого блинчика положите по 1 ст. л. фарша, заверните их конвертиком и обжарьте с двух сторон на масле. Готовые блинчики сложите в тарелку, полейте кетчупом или сметаной.*

...

### **Из жизни великих**

*Богатый купец Свидригайлов, по устоявшемуся обычаю, праздник масленицы встречал в кругу родных. Стол ломился от яств, купец и его семья особенно любили толстые блины с солеными грибами, с паюсной икрой, а также со сметаной. Купец был весьма и весьма щедрым человеком, так что в праздник он не забывал о своих бедных соседях. Именно на масленицу он щедро угощал всех бедняков в округе. Надо сказать, что подобной милости достаивались даже те бедняки, которые по разным причинам задолжали купцу значительные суммы денег. В последнее воскресенье масленицы, традиционно называемое прощеным днем, купец прощал долги кому-то из бедняков.*

### **«Румяные»**

*Требуется: 300 г муки, 2 стакана яблочного сока, 4 яйца, 1 ст. л. сахара, 3 ст. л. маргарина, 1 ч. л. соды, 1/2 стакана растительного*

масла, соль.

*Для начинки:* по 1/2 стакана клубники и сметаны, 6 яблок, 2 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Взбейте яйца с сахаром, всыпьте муку, перемешайте и влейте яблочный сок, посолите, добавьте соду, маргарин. Еще раз перемешайте. На разогретой сковороде в сливочном или растительном масле выпекайте блинчики.

*Для начинки* разомните клубнику, насыпьте сахар, мелко нарезанные яблоки. Все как следует перемешайте. В середину каждого блинчика выкладывайте начинку, заворачивайте конвертиком. Затем обжарьте каждый блинчик с двух сторон на разогретом сливочном масле. Сложите их в тарелку и посыпьте сахаром. Можете полить сметаной или сливками.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г блинов из ржаной муки содержат: витамина B1 – 0,15 мг, витамина B2 – 0,07 мг, витамина PP – 0,9 мг.*

### **«Необычные»**

*Требуется:* 2 яйца, по 1 ст. л. сметаны и сахара, по 300 г пива и муки, 1/4 ч. л. соли, 1/2 стакана растительного масла.

*Для начинки:* 400 г печеночного паштета, 2 яйца, по 3 ст. л. молока и измельченных сухарей.

*Способ приготовления.* Разотрите желтки с солью, сметаной и сахаром, влейте 200 г пива, взбейте. Затем всыпьте муку, перемешайте, добавьте оставшееся пиво и опять размешайте. Взбейте белки, добавьте их в ранее приготовленное тесто. Разогрейте сковороду и на растительном масле начинайте выпекать блины. Смешайте яйца с молоком, взбейте.

Когда блинчик будет готов, намажьте его паштетом, сверните рулетом, обмакните в яичную смесь, обсыпьте сухарями и обжарьте в масле. К готовым блинчикам отдельно подавайте сметану, кефир или кислое молоко.

...

### **Русские традиции**

*Седьмой день масленицы, воскресенье, называется «прощеный день». Это последний праздничный день перед началом Великого поста. Именно в этот день следовало вдоволь наесться вкусных угощений, ведь впереди ждали семь недель поста. В этот день сжигали соломенную куклу. Она олицетворяла собой зиму, и ее сожжение означало, что зима должна уступить место весне. Когда кукла Маслена сгорала, люди собирались в своих домах и просили друг у друга прощения. Прощение непременно сопровождалось низкими*

*поклонами и поцелуями. Дети просили прощения у старших за свои шалости. Вечером в воскресенье можно было в последний раз поесть блинов, потому что уже на следующий день начинался Великий пост, и целых семь недель нельзя был есть ничего скоромного.*

#### **«Тещино угощение»**

*Требуется:* 3 яйца, 3 стакана воды, соль, 1 ч. л. соды, 1 ст. л. сахара, 500 г муки, 0,5 ч. л. лимонной кислоты, 250 г рыбного паштета, 1/2 стакана растительного масла, 1/3 стакана сметаны.  
*Способ приготовления.* Взбейте яйца, предварительно смешав их с теплой водой, добавьте соль, соду и сахар, смесь влейте в муку, еще раз как следует взбейте. В стакане воды разведите лимонную кислоту и вылейте ее в тесто. Перемешайте и выпекайте блинчики. Отдельно к горячим блинчикам подайте рыбный паштет, сметану.

#### **«Молочные»**

*Требуется:* по 1 стакану молока, муки и манной крупы, 100 г сливочного масла, 1 ст. л. сахара, 2 стакана кислого молока, 2 яйца, соль, 1/2 ст. л. растительного масла.  
*Способ приготовления.* Вскипятите молоко, положите в него сахар и сливочное масло, затем всыпьте манную крупу и при непрерывном помешивании сварите кашу. Остудите кашу, введите в нее муку, влейте кислое молоко, 2 взбитых яйца, соль. Все как следует перемешайте и выпекайте блинчики в разогретом растительном масле.  
Готовые блинчики подавайте к столу, смазав сливочным или топленым маслом, и посыпьте сахаром. К блинчикам подавайте кислое молоко, кефир или йогурт, а также варенье или консервированные ягоды и фрукты.

...

#### **Подсчитаем калории**

*100 г блинов из пшеничной белой муки содержат:  
витамина В1 – 0,03 мг, витамина В2 – 0,05 мг,  
витамина РР – 1,8 мг.*

#### **«Угощение от молодой жены»**

*Требуется:* 500 г муки, яйцо, соль, 1/2 л молока, 2 стакана воды, по 2 ст. л. растительного масла и сахара.  
*Способ приготовления.* Смешайте муку с сахаром и солью. Взбейте яйцо и добавьте его в муку, влейте теплое молоко, а затем –

теплую воду. Замесите крутое тесто и, постепенно вливая жидкость, доведите его до более жидкой консистенции. Тесто непрерывно помешивайте. Очень важно вливать жидкость постепенно, тонкой струйкой. Тесто должно легко стекать с ложки. Влейте в него растительное масло, все как следует перемешайте и выпекайте блины.

Готовые блины смажьте маслом, посыпьте сахаром и подавайте к столу. К блинам подайте кислое молоко, сметану, сахар, мед, варенье или джем.

...

### **Русские традиции**

*Особое внимание на масленицу уделялось угощению. Разумеется, непременным атрибутом праздника были блины. Но помимо того, на столе непременно были сметана, масло, различные виды икры, соленые грибы, паштеты, соусы, приправы, рыба. Обязательно присутствовали напитки, например, квас, пиво, медовая брага. Чай пили без сахара, так как на столе и без того было много сладкого.*

### **«Гурьевские»**

*Требуется:* 8 стаканов пшеничной муки, 13 яиц, 350 г топленого масла, 1 л кислого молока, 3 ст. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* В муку добавьте желтки, топленое масло и все как следует перемешайте. Разведите полученную смесь кислым молоком. Введите в тесто взбитые белки, опять перемешайте, влейте растительное масло и выпекайте блины на разогретой сковороде. Готовые блины смажьте маслом, к блинам подайте сметану, кисель и сахар.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Придет масленица – будут и блины.*

### **«Русская деревня»**

*Требуется:* 10 картофелин среднего размера, 120 г сливочного масла, 1 стакан сметаны, 3 яйца, 1/2 стакана пшеничной муки, 5 ст. л. растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Натрите на терке картофелины, добавьте взбитые яйца, соль, муку, перемешайте, влейте растительное масло и половину приготовленной сметаны. Выпекайте блины на раскаленной сковороде. Готовые блины смажьте сливочным маслом и подавайте со сметаной.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г блинов из гречневой муки содержат: витамина В1 – 0,20 мг, витамина РР – 4,4 мг.*

### **«Грибные»**

*Требуется:* 1 стакан свежих грибов, 1/2 л молока, 1 ст. л. сахара, яйцо, 20 г сливочного масла, соль, 3 ст. л. растительного масла, 2 стакана муки.

*Способ приготовления.* Грибы нарежьте на мелкие кусочки и сварите в подсоленной воде, пропустите через мясорубку. Добавьте взбитое яйцо, муку, соль, сливочное масло. Все как следует перемешайте. Соедините полученную массу с теплым молоком. Опять перемешайте, чтобы не было комков, влейте растительное масло. Выпекайте на разогретой сковородке. Готовые блины полейте сметаной и подайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*Блины были не простым блюдом, а обрядовым. Именно поэтому существовали строгие правила относительно того, как нужно их есть. Они возникли многие тысячелетия назад, и никто не мог их нарушать. Блины из пресного теста – очень древнее блюдо, оно появилось гораздо раньше, чем каравай хлеба. Ученые доказали, что плоский круглый блин готовился на камнях еще доисторическими людьми. Именно поэтому с тех пор блины считаются священной едой, они символизируют солнце и счастливую жизнь.*

### **«Гороховые»**

*Требуется:* по 2 стакана гороховой муки и молока, 1 стакан пшеничной муки, 40 г дрожжей, соль, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 стакана сметаны.

*Способ приготовления.* Разведите в теплом молоке дрожжи, добавьте соль. Влейте жидкость в гороховую муку. Замесите тесто. Примерно через час добавьте пшеничную муку. При необходимости влейте немного теплой воды, чтобы получилась консистенция густой сметаны. Поставьте тесто в теплое место примерно на 40 минут. Выпекайте блины на разогретой сковородке в растительном масле. Готовые блины смажьте сливочным маслом.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Масленица пришла, что есть в печи – на стол мечи!*

### **«Абрикосовые»**

Требуются: 6—7 абрикосов, яйцо, 2/4 стакана молока, 1 стакан муки, соль, 1 ст. л. сахара, 4 ст. л. сметаны.

*Способ приготовления.* Сварите абрикосы и удалите косточки, протрите через сито. Добавьте молоко, яйцо и муку. Все перемешайте. Тесто должно получиться по консистенции похожим на густую сметану. Всыпьте сахар и растворите его в тесте. При необходимости разведите тесто теплой водой. Выпекайте блинчики на разогретой сковороде в растительном масле. Готовые блинчики посыпьте сахаром, полейте сметаной и подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*По традиции блины полагалось брать только руками. Нельзя было разрезать их ножом или протыкать вилкой. Если разрезать или проткнуть блин, это означало ранить солнце, а от этого все люди могут быть подвержены болезням и бедам. Именно поэтому человеку, который разрезал блин или протыкал его вилкой, грозило жестокое наказание. Окружающие могли просто-напросто забить его палками. Ведь его действия означали, что он всем желает бед и несчастий. Разумеется, со временем столь жестокий закон забылся. Но правило осталось – блины следует брать только руками. Их можно сворачивать, рвать, скручивать в трубочку или конвертик. Но все нужно делать исключительно руками.*

### **«К завтраку»**

*Требуется:* 800 г муки, 4 яйца, по 1/2 стакана пива и сметаны, 3 ст. л. коньяка, 300 г сливочного масла, 2 стакана молока, 2 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Желтки смешайте с мукой, добавьте молоко, соль, сливочное масло, затем пиво, коньяк, соль и сахар. Все как следует перемешайте. Выпекайте на раскаленной сковороде в растительном масле. Готовые блинчики посыпьте сахаром и полейте сметаной.

## **Глава 10. Блины**

### **Кислые**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 3 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 4 ст. л. сахара, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 120 г

сливочного масла, 1/4 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте молоко до 60 °С, растворите в нем 1/2 ст. л. сахара, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в теплое место на 40 минут для подъема.

Просейте оставшуюся муку, всыпьте соль и ванилин, перемешайте, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло.

Через 20—30 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте его объему увеличиться в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Необычайно вкусными получаются блинцы с шоколадной помадкой, но 1 долька шоколада содержит целых 25—40 ккал.*



### Медовые с изюмом

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 3 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/4 стакана жидкого меда, сода, соль, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 1 стакан изюма без косточек, 120 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Подогрейте молоко до 60 °С, растворите в нем 1/2 ст. л. меда, остудите и добавьте дрожжи, 1/2 стакана муки и размешайте до получения однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема.

Просейте оставшуюся муку, введите соль и ванилин, перемешайте, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло для повторного подъема. Мед растопите на водяной бане, смешайте с растительным маслом.

Через 20—30 минут влейте в тесто масло с медом, хорошо размешайте и дайте его объему увеличиться в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду. Изюм

промойте проточной горячей водой, выдержите 15 минут в кипятке, высушите, обваляйте в муке, всыпьте в тесто, перемешайте и пеките блинцы.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом с медом.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Масленица пришла – веселье принесла.*

### **Фруктовые с кусочками фруктов**

*Требуется:* 2—2,5 стакана муки, 2 стакана молока, 3 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 2—3 ст. л. сахара, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 300 г свежей клубники, 120 г сливочного масла, сода, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте молоко до 60 °С, растворите в нем сахар, остудите и разведите дрожжи, добавьте 1/2 стакана муки и размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема.

Часть клубники порежьте на дольки, часть – протрите через сито, смешайте с растительным маслом. Просейте муку, введите соль и ванилин, перемешайте, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло.

Через 20—30 минут внесите в тесто масло с клубникой, хорошо размешайте и дайте увеличиться в объеме в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом и клубничным сиропом из варенья.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы тесто получалось ровное и без комочков, нужно добавлять жидкость в муку небольшими порциями.*

### **С кабачком**

*Требуется:* 3 стакана муки, 500 г очищенного кабачка, 2 стакана воды, яйцо, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 2—3 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. перца, 1/2 средней головки чеснока, сода, 1/2 стакана растительного масла, 120 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 60 °С, растворите в ней сахар, остудите и положите дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте до однородной массы. Плотно

накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема. Просейте муку, введите соль, перец и ванилин, сделайте углубление в центре горки.

Кабачок натрите на крупной терке, сок не сливайте. Яйца взбейте с сахаром, соедините с тертым кабачком и готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло. Через 20—30 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему увеличиться в объеме 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом, смешанным с тертым чесноком и солью.

...

### **Подсчитаем калории**

*В тесто для блинов часто добавляют улучшающие вкус наполнители. Полезно знать, что ровно по 25 ккал содержится в 1 ч. л. меда, консервированного молока, конфитюра или же – в 1 стандартной чашке чая (кофе) с 1 ч. л. сахара, в 1 ст. л. ликера.*

### **С картофельным пюре**

*Требуется:* 2—3 стакана муки, 500 г картофеля, 2 стакана молока, 2 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 2—3 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. перца, сода, 1/2 стакана растительного масла, 150 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте молоко до 60 °С, растворите в нем 1/2 ст. л. сахара, остудите и введите дрожжи, всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема. Сварите картофель с небольшим количеством воды, растолките, положите соль, перец, 50 г сливочного масла и взбейте миксером.

Просейте муку, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с картофельным пюре, готовой опарой и, понемногу выкладывая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло. Через 30—40 минут введите в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему подняться еще раз. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Для медовых блинцов растапливать мед нужно на водяной бане. Если растапливать на огне, мед может*

*подгореть и приобрести неприятный вкус и цвет. К шоколадным блинцам лучше подавать белый сладкий кофе или горячее какао. Такое вкусовое сочетание оптимально.*

### **С сырым картофелем**

*Требуется:* 2—3 стакана муки, 400 г картофеля, 1—2 стакана воды, 3 яйца, 100 г хлебопекарных или 1/2 ст. л. сухих дрожжей, 2—3 ст. л. сахара, по 1/4 ч. л. перца и соды, 1/2 стакана растительного масла, 120 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 70 °С, растворите в ней сахар, остудите, добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло на 35—40 минут для подъема.

Просейте оставшуюся муку, сделайте углубление в центре горки. Картофель протрите на крупной терке, смешайте с солью. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло. Через 30—40 минут положите в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему подойти еще раз. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, введите соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Молочные продукты являются лучшим дополнением к блинцам. С точки зрения пищевой ценности 1 ч. л. сливочного творога или 1 ст. л. сладких сливок содержат целых 75 ккал.*

### **С паштетом**

*Требуется:* по 2 стакана муки и воды, яйцо, 200 г рыбного или мясного паштета, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/2 ст. л. сахара, сода, 1/2 стакана растительного масла, 120 г сливочного или растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 70 °С, растворите в ней сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема.

Просейте оставшуюся муку, добавьте соль, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с паштетом, готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто.

Плотно накройте и поставьте в теплое место. Через 40—50 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте тесту увеличиться в объеме в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом, если вы использовали мясной паштет, или растительным, если паштет рыбный.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блинцы выглядели более привлекательными на столе, их можно смазывать конфитюром или любой другой начинкой, сворачивать трубочкой и складывать на блюдо горкой.*

### **С печенью**

*Требуется:* 3 стакана муки, 2 стакана воды, 3 яйца, 300 г свиной печени, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/2 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. соды, 1/2 стакана растительного масла, 150 г сливочного масла, 2—3 средних головки репчатого лука, 1 ч. л. перцовой смеси, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 65 °С, растворите в ней сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки, размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло для подъема. Опара должна подняться и начать опадать. Просейте оставшуюся муку, положите соль, ванилин, сделайте углубление в центре горки. Печень одним куском опустите в кипящую воду и сварите до готовности.

Пропустите через мясорубку, введите соль и мелко нарезанный спассерованный лук. Яйца взбейте с сахаром, соедините с печеночной массой и готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло.

Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему увеличиться в объеме в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы выкладывайте слоями на широкое блюдо, поливайте растопленным сливочным маслом и посыпайте перцовой смесью.

...

### **Подсчитаем калории**

*По 100 ккал содержат: 100 г фруктового йогурта, 3—4 небольших пресных блинца, 1 стакан яблочного сока или лимонада.*

## На кефире

*Требуется:* по 2 стакана муки и свежего кефира, 4 яйца, 5 ст. л. сахара, 1/3 ч. л. соды, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Кефир подогрейте на водяной бане до комнатной температуры. Всыпьте в него соду, перемешайте и дайте соде полностью погаситься. Просейте муку, добавьте соль, ванилин, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с кефиром и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место расстояться. Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюда.

Готовые блинцы выкладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Блинцы приобретут изысканный вкус, если в тесто добавить молотые пряности или орехи.*

## На кефире с медом

*Требуется:* по 2 стакана муки и кефира, 3 яйца, 1/2 стакана жидкого меда для теста и 2 ст. л. для поливки, 1/4 ч. л. соды, по 120 г растительного и сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Погасите соду в теплом кефире, добавьте соль, небольшими порциями мед, ванилин, просеянную муку и замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место для расстаивания. Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и выпекайте блинцы размером чуть меньше чайного блюда.

Готовые блинцы выкладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом, смешанным с медом.

...

### **Подсчитаем калории**

*К блинцам обычно подают различные напитки. Они могут быть низкокалорийными, как чай, или иметь дополнительную пищевую ценность. 150 ккал содержат стакан фруктового компота или цельного молока, а также стакан какао или кофе-гляссе.*

## С молочной кашей

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, по 1/4 стакана риса и

пшена, 4 яйца, 5 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. соды, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Крупу промойте горячей водой и залейте кипятком на 2 пальца выше ее уровня в кастрюле. Варите на медленном огне до полной готовности, слейте воду. Влейте молоко, перемешайте и дайте закипеть. Снимите с огня и еще несколько минут помешайте, чтобы не образовалась пенка. Просейте муку, добавьте соль, ванилин, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой кашей и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло. Через 10—15 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте тесту расстояться до однородной массы, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы выкладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*В пресные блинцы вместо соды можно добавлять специальный разрыхлитель для теста. Он не имеет характерного для соды вкуса и делает блинцы пышными. Если в блинное тесто добавлять мед вместо сахара, блины будут получаться более душистыми и нежными на вкус.*

### **С ржаным хлебом**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 2 яйца, 300 г ржаного хлеба без корок, 100 г хлебопекарных дрожжей, 4 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. соды, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте стакан молока до 65 °С, растворите в нем сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/4 стакана муки, размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло для подъема. Опара должна подняться и начать опадать. Хлеб нарежьте мелкими кусочками, залейте оставшимся теплым молоком и поставьте набухать. Просейте оставшуюся муку, добавьте соль, ванилин, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, положите размоченный хлеб, не прекращая взбивать. Соедините полученную массу с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло. Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте тесту увеличиться в объеме 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы выкладывают слоями на широкое блюдо и поливают растопленным сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Многие любят подавать к блинцам клубнику или клубничное варенье. В 100 г свежих ягод клубники содержится 50 ккал. При добавлении сахара калорийность ягод повышается.*

### **Сухарные**

*Требуется:* 1—1,5 стакана муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 2 ст. л. сахара, сода, 1/2 стакана растительного масла, 300 г ванильных сухарей, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* В подогретом до 65 °С молоке растворите сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки, размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло для подъема. Опара должна подняться и начать опадать. Просейте оставшуюся муку, всыпьте соль, дважды пропущенные через мясорубку сухари, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло.

Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему увеличиться в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы выкладывают слоями на широкое блюдо и поливают растопленным сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Яичный белок придает тесту эластичность, а желток – рассыпчатость и хрупкость. Если есть необходимость использования белка отдельно от желтка, белок в тесте можно заменить кипяченой водой.*

### **Диетические**

*Требуется:* по 2 стакана ржаной муки тонкого помола и воды или соевого молока, 1—2 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/2 ст. л. сахара, сода, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте жидкость до 65 °С и растворите в ней сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки, размешайте до однородной массы.



Плотно накройте и поставьте в тепло для подъема. Опара должна подняться и начать опадать. Просейте оставшуюся муку, добавьте соль, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в тепло.

Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте ему увеличиться в объеме 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду и пеките блинцы на маленькой сковороде.

Готовые блинцы подавайте со сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*В блинцы часто добавляют ванилин для приятного запаха. Однако это самая калорийная кондитерская добавка – в 5 г натурального ванилина содержится 200 ккал. 20 г синтетического ванилина заменяют 1 г ванильных палочек.*

### **Шоколадные**

*Требуется:* по 2 стакана пшеничной муки высшего сорта и воды или соевого молока, 4 яйца, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 2—4 ст. л. сахара, сода, 2—3 ст. л. какао, пакетик ванилина, плитка горького шоколада, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте жидкость до 65 °С и растворите в ней 1/2 ст. л. сахара, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки, размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло на 30—40 минут для подъема. Просейте оставшуюся муку, положите соль, ванилин, порошок какао, сделайте углубление в центре горки. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место. Через 30—40 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте подойти еще 1—2 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду и пеките блинцы на маленькой сковороде.

Готовые блинцы поливайте размягченным сливочным маслом, смешанным с тертым шоколадом.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы остывшие тонкие блинцы не становились жесткими и ломкими, их нужно смазывать сливочным маслом горячими, чтобы масло растапливалось на блинце.*

## Детские

*Требуется:* 2 стакана пшеничной муки, 3 стакана кефира, 3 яйца, 6 ст. л. сахара, сода, 1 стакан цветного монпансье, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Монпансье разотрите в ступке и просейте через сито. Погасите в кефире соду. Добавьте сахар, соль, муку, размешайте до однородной массы. Плотно накройте и поставьте в тепло на 10—15 минут, чтобы тесто расстоялось. Яйца взбейте с сахаром в крепкую пену, соедините с готовым тестом, всыпьте кусочки монпансье, которые остались на сите, хорошо перемешайте, влейте растительное масло и пеките небольшие по размеру блинцы.

Готовые блинцы складывайте на блюдо, поливайте растопленным маслом и посыпайте просеянным монпансье.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Масленица придет – зять к теще на блины пойдет.*

## Розовые

*Требуется:* 1,5 стакана пшеничной муки, 3 яйца, 1/2 стакана сливок или кефира, 1 стакан малинового варенья, 5—6 ст. л. сахара, сода, пакетик ванилина, 1/4 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Тесто готовьте в двух сотейниках. В первый сотейник влейте сливки и варенье, добавьте соду и перемешайте. Во втором взбейте яйца с сахаром, положите соль, ванилин, растительное масло, содержимое первого сотейника с полностью погашенной содой, муку и приготовьте жидкое тесто. Испеките тонкие блинцы, разложите на блюде и полейте растопленным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Практически все блины, блинцы и блинчики готовятся с добавлением яиц. Полезно знать, что средний стандартный вес яйца – 40 г, содержит же оно 50 ккал. На долю белка приходится примерно 10 ккал, а на долю желтка – 40 ккал.*

## Капустники

*Требуется:* 1/2—1 стакан пшеничной муки, 400 г свежей капусты, 2 стакана кефира, 3 яйца, 2 ст. л. сахара, сода, 1/2 стакана растительного масла, 300 г ржаной муки тонкого помола, 100 г

сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте кефир до комнатной температуры, всыпьте соду, перемешайте и оставьте. Капусту мелко нашинкуйте, посолите и потушите на медленном огне 20—30 минут. Яйца взбейте с сахаром, соедините с охлажденной капустой и кефиром, замесите тесто. Выпекайте толстые блинцы на маленькой сковороде.

Раскладывайте готовые блинцы на блюде и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Если в блинном тесте часть жидкости заменяется соком, то другую часть должна составлять вода, а количество соды нужно несколько увеличить. Соду всыпают непосредственно в сок.*

### **С грибами**

*Требуется:* 2—3 стакана пшеничной муки, 500 г свежих грибов, 2 стакана воды, яйцо, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/2 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. перца, 1/2 средней головки чеснока, сода, 1/2 стакана растительного масла, 120 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 60 °С и растворите в ней сахар, остудите и добавьте дрожжи, постепенно всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема. Просейте оставшуюся муку, добавьте соль, перец и ванилин, сделайте углубление в центре горки.

Грибы отварите до готовности, пропустите через мясорубку. Яйца взбейте с сахаром, соедините с грибной массой и готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место. Через 20—30 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте увеличиться в объеме в 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду и выпекайте блинцы размером чуть меньше чайного блюдца. Чеснок измельчите, разотрите с солью, соедините с растопленным маслом и полейте готовые блинцы.

...

### **Подсчитаем калории**

*Заметно улучшают вкус блинчиков ягоды малины, свежие или в виде конфитюров. Они содержат органические кислоты, каротин, витамин С, фенольные соединения, фитостерины. В 100 г этих ягод – 35 ккал. Это относительно низкокалорийный продукт.*

### **Пивные**

*Требуется:* по 2 стакана муки и пива, яйцо, 2 ст. л. сахара, сода, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Взбейте яйцо с сахаром, добавьте соду, пиво и половину муки. Замесите тесто и дайте ему расстояться в течение 10—15 минут. Затем введите растительное масло, оставшуюся муку, хорошо смешайте и пеките пышные блинцы. Готовые блинцы поливайте растопленным маслом.

### **С апельсиновым соком**

*Требуется:* 2 стакана муки, 3 крупных апельсина, 1/2 стакана воды, яйцо, 100 г хлебопекарных или 2 ст. л. сухих дрожжей, 4—5 ст. л. сахара, 1/4 ч. л. перца, сода, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 60 °С. Растворите в ней 1/2 ст. л. сахара, остудите и добавьте дрожжи, постепенно введите 1/2 стакана муки и размешайте, чтобы не было комочков.

Плотно накройте крышкой и поставьте в теплое место на 40 минут для подъема. Просейте оставшуюся муку, добавьте соль, перец, сделайте углубление в центре горки.

Апельсины натрите на крупной терке, сок не сливайте. Яйца взбейте с сахаром, соедините с тертыми апельсинами и готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место. Через 20—30 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте тесту подойти еще раз. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, положите соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца. Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*Добавление орехов делает несколько необычным вкус простых блинов. Все орехи очень питательны и высококалорийны. В среднем на 100 г орехов приходится 140—150 ккал. Это объясняется повышенным содержанием в них жиров – до 60 % и белков – до 30 %. В орехах также содержатся эфирные масла, витамины E, C и группы B.*

### **Медовые с водкой**

*Требуется:* по 2 стакана муки и сливок, 3 яйца, по 1/2 стакана жидкого меда и растительного масла, 1/4 стакана водки, пакетик ванилина, 100 г сливочного масла, сода, соль.

*Способ приготовления.* Растворите мед в водке. Яйца взбейте с сахаром в крепкую пену. Просейте муку, добавьте соль и ванилин, сделайте углубление в центре горки. Приготовьте тесто, вливая в муку сначала мед с водкой, затем яичную пену и растительное масло. В конце добавьте соду, дайте тесту расстояться в течение 10—15 минут в теплом месте и пеките блинцы толщиной в 0,5 см. Готовые блинцы выкладывайте на блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

### **Клюквенные**

*Требуется:* 2 стакана муки, по 1 стакану молока, сливок и клюквы, 3 яйца, 2 ст. л. сахара, сода, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Взбейте яйца с сахаром, добавьте молоко, соль, ванилин, растительное масло, всю муку и замесите достаточно густое тесто. Поставьте его расстояться на 10—15 минут в теплое место. Клюкву растолките, всыпьте в мезгу соду. Соедините клюквенную массу с тестом и пеките блинцы толщиной

в 0,5 см.

Готовые блинцы поливайте растопленным сливочным маслом и посыпайте сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Блины из ржаной муки, а также из белой пшеничной муки очень богаты железом и кальцием, а значит, являются великолепным способом восполнить в организме запасы этих необходимых для здоровья микроэлементов.*

### **Старинные русские «Рябинушка»**

*Требуется:* 1,5 стакана муки, по 2 стакана простокваши и сушеной рябины, 3 яйца, 100—150 г дрожжевого теста для насадки, 2 ст. л. меда или патоки, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Тесто смешайте с простоквашей до однородной массы. Добавьте 1/2 ст. л. меда и поставьте в теплое место на час для подъема. Яйца взбейте в крепкую пену и вводите понемногу во время первого обминания теста. Через 30—40 минут влейте подсолнечное масло, мед, всыпьте соль, муку и размолотую на кофемолке рябину. Дайте тесту выстояться еще 30—40 минут и пеките блинцы.

Готовые блинцы смазывайте растопленным сливочным маслом и посыпайте сахаром.

...

### **Блинные советы**

*Тесто для блинов должно стоять как можно дольше.*

*Чем сильнее оно перекинет, тем пышнее, воздушнее будут блины.*

### **Славянские с отрубями**

*Требуется:* 200 г пшеничной муки, по 300 г пшеничных отрубей и свежей зелени, 2 стакана воды, 3 яйца, 100 г хлебопекарных дрожжей или 2 ст. л. сухих дрожжей, 1/2 ст. л. сахара, сода, по 1/4 ч. л. молотого черного перца и молотой корицы, 1/2 стакана растительного масла, 120 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Подогрейте воду до 60 °С. Растворите в ней сахар, остудите и разведите в этой жидкости дрожжи, добавьте 1/2 стакана муки и размешайте, чтобы не было комочков. Плотно накройте и поставьте в тепло на 40 минут для подъема.

Просейте муку, добавьте отруби, перец и корицу, сделайте

углубление в центре горки. Зелень мелко порубите, разотрите с солью и смешайте с мукой. Яйца взбейте с сахаром, соедините с готовой опарой и, понемногу вливая в муку, замесите тесто. Плотно накройте и поставьте в теплое место.

Через 20—30 минут влейте в тесто масло, хорошо размешайте и дайте тесту увеличиться в объеме 2—3 раза. Влейте 1/4 стакана кипятка и быстро размешайте, добавьте соду и пеките блинцы размером чуть меньше чайного блюдца.

Готовые блинцы раскладывайте слоями на широкое блюдо и поливайте растопленным сливочным маслом.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г фарша из говядины содержат: витамина А – 0,04 мг, витамина В1 – 0,20 мг, витамина В2 – 0,17 мг, витамина РР – 6,4 мг, витамина С – 2,0 мг.*

### **Безопасные с отрубями**

*Требуется:* 200 г пшеничной муки, 300 г пшеничных отрубей, 2 стакана кефира, 3 яйца, 2 ст. л. сахара, сода, пакетик ванилина, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Смешайте кефир с содой. Когда сода погасится полностью, добавьте ванилин, растительное масло, отруби и замесите тесто. Дайте ему расстояться в течение 10—15 минут. Яйца взбейте с сахаром, вмешайте в тесто и пеките тонкие блинцы.

Готовые блинцы смазывайте сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Первоначально тесто для блинов замешивается более густое. Это позволяет ему не опадать и сохранять пышность. Перед выпеканием блинов тесто ошпаривают кипятком, что придает ему нежность, а сода снимает лишнюю кислотность.*

### **К кофе**

*Требуется:* 400 г пшеничной муки высшего сорта, по 1 стакану сливок и сахара, 150 г сливочного масла, 3 яйца, сода, пакетик ванилина, соль.

*Способ приготовления.* Отделите белок от желтка. 2 яйца и желток разотрите с 3 ст. л. сахара, добавьте соль, соду, ванилин, мягкое масло, перемешайте. Влейте сливки, замесите тесто и выпекайте тонкие блинцы. Яичный белок, отделенный ранее, взбейте с сахаром, каждый блинец смазывайте белковой массой, сворачивайте в трубочку и выкладывайте на противень в один

слой. Когда все блинцы будут готовы, поставьте их на 10—15 минут в духовку.

...

### **Подсчитаем калории**

*100 г молока содержат: витамина А – 0,10 мг, витамина В1 – 0,05 мг, витамина В2 – 1,17 мг, витамина РР – 0,08 мг, витамина С – 1,0 мг.*

### **Сдобные**

*Требуется:* 400 г пшеничной муки, по 1 стакану сгущенного молока и сливок, 4 яйца, сода, пакетик ванилина, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Смешайте сгущенное молоко со сливками, добавьте соль, соду, ванилин. Всыпая понемногу муку, замесите тесто. Яйца взбейте в крепкую пену, осторожно введите в тесто, хорошо перемешайте и сразу пеките блинцы. Готовые блинцы смазывайте сливочным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины были пышными и вкусными и на следующий после выпечки день, их нужно по одному переложить в алюминиевую или тефлоновую кастрюльку, полив каждый сливками или сметаной и посыпав сахаром. Плотно накройте их крышкой и прогрейте на медленном огне около 10 минут.*

### **С творогом**

*Требуется:* 300 г пшеничной муки, 200 г творога, 1 стакан сливок, 1/2 стакана сахара, 3 яйца, сода, пакетик ванилина, 100 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* Разотрите творог с сахаром, добавьте сливки и смешайте до однородной массы. Введите по одному яйца. Добавьте ванилин, соль, соду и замесите негустое тесто. Выпекайте блинцы толщиной в 0,5 см. Готовые блинцы поливайте растопленным маслом.

## **Глава 11. Блинчики кислые (на дрожжах)**

### **Молочные**

*Требуется:* 3 стакана муки, 5 стаканов молока, 4 яйца, 2 ст. л. сахара, 50 г дрожжей, соль, 200 г маргарина.

*Способ приготовления.* В 2 стаканах теплого молока разведите



дрожжи и половину указанного количества муки. Хорошо перемешайте массу и, накрыв ее салфеткой, поставьте в тепло на 30 минут, до тех пор пока ее объем не увеличится. Положите сахар, соль, растертые яичные желтки, размягченный маргарин. Все перемешайте, всыпьте остальную муку и вымешивайте тесто до тех пор, пока оно не станет однородным. Остальное молоко немного подогрейте и разведите им смесь. Поставьте посуду с тестом вновь в тепло, когда оно подойдет, размешайте, добавьте взбитые яичные белки, еще немного подержите в тепле и затем выпекайте блинчики на толстых сковородках небольшого размера.

...

### ***Из жизни великих***

*С древних времен на Руси масленица считалась одним из самых любимых праздников. Люди гуляли очень широко, соблюдая все традиционные обряды. При этом раньше масленицу праздновали не одну, а две недели, к концу которых весь честной народ предавался всеобщему веселью, независимо от чинов. Все – от мала до велика – участвовали в празднествах, выдающиеся государственные деятели веселились рядом с простым народом, и никого это не удивляло. Кстати, многие масленичные обычаи сохранились в первоизданном виде и дошли до наших дней, что позволяет нашим современникам ощутить непоколебимую связь с далекими предками. Так, например, со среды или четверга первой недели начиналась так называемая широкая Масленица и тогда звали гостей со всех волостей. Масленичный кортеж готовили очень тщательно, на сани клали расписные ковры и подушки, начищали коней, расчесывали им гривы, вешали медные сбруи и украшали колокольчиками.*

*Люди готовились не менее тщательно; они надевали свои самые лучшие наряды, садились в выездные сани, ехали к родственникам от одного села к другому и при этом распевали песни. Хозяева, которые принимали гостей на масленицу, строго следовали принципу: «Все, что есть в печи, все на стол мечи!» На столе, застланном чистой скатертью, были расставлены блюда, и среди них, конечно, особенно выделялись стопки блинов. К ним подавали кислое молоко, мед, сметану, масло и другие добавки.*

*Блинов старались есть как можно больше, якобы это помогало выдержать предстоящий долгий пост. Существовали даже соревнования, кто съест больше блинов. В одном из таких соревнований с*

*удовольствием принимал участие и царь Петр I.*

### **Гречневые**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 1 стакан гречневой муки, 30 г дрожжей, 3 яйца, 2 ст. л. маргарина, соль, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в 1/2 л молока, смешайте с пшеничной мукой, когда тесто подойдет, влейте растертые желтки, всыпьте гречневую муку, соль, сахар, поставьте в тепло для подъема. Затем влейте стакан горячего молока, размешайте, добавьте взбитые белки, еще раз перемешайте и выпекайте блинчики.

### **Картофельные**

*Требуется:* по 2 стакана муки и молока, 2 картофелины, 1 ст. л. сахара, 20 г дрожжей, 2 ст. л. маргарина, соль.

*Способ приготовления.* Очищенный картофель натрите на терке, положите соль и сахар. Дрожжи разведите теплым молоком, добавьте муку и тертый картофель, вымесите и поставьте в тепло для подъема. Жарьте на горячей сковороде, смазанной маргарином.

...

### **Подсчитаем калории**

*Чтобы значительно снизить калорийность блинов и блинчиков, при их приготовлении в тесто можно добавить немного растительного масла и тогда при выпечке не нужно будет подливать масло на сковороду.*

### **Овсяные**

*Требуется:* 1 стакан овсяных хлопьев, 3 стакана молока, 2 ч. л. сахара, яйцо, 1 ст. л. маргарина, соль.

*Способ приготовления.* К половине указанного количества молока добавьте столько же воды, сварите жидкую овсяную кашу, протрите ее через сито и охладите. Положите соль, сахар, яйцо, хорошо перемешайте и выпекайте на горячей сковороде.

### **Скороспелые**

*Требуется:* 2 стакана муки, 10 г дрожжей, 1/2 л воды, 1,5 стакана молока, 3 яйца, 1 ст. л. сахара, соль, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса.

*Способ приготовления.* Яйца смешайте с разведенными в теплой воде дрожжами, добавьте соль, сахар, соду, всыпьте муку и тщательно перемешайте, чтобы не было комочков. Уксусную

кислоту разведите в молоке, влейте в подготовленное тесто, размешайте и сразу начинайте выпекать блинчики.

### **Пшеничные**

*Требуется:* 300 г пшена, 1,5 стакана гречневой муки, 4 ст. л. растительного масла или маргарина, 2 яйца, 2 ст. л. сахара, 1 стакан сметаны, 2 стакана молока, 15 г дрожжей.

*Способ приготовления.* Сварите вязкую пшеничную кашу. Дайте остыть, после чего протрите ее через сито. В половину стакана молока добавьте немного растопленного маргарина или растительного масла, доведите до кипения, всыпьте муку, тщательно перемешайте и снимите с огня. В остывшую смесь влейте разведенные в теплой воде дрожжи, размешайте и поставьте подойти, затем добавьте протертую кашу, сырые желтки, растертые с сахаром, посолите и влейте теплое молоко. Тщательно размешайте и снова подождите, пока подойдет. Положите в тесто взбитые в пену белки и выпекайте блинчики на смазанной маргарином или маслом сковородке. К готовым блинчикам подайте сметану.

...

#### ***Подсчитаем калории***

*Манящие блины нежнее, чем испеченные из муки, кроме того, они менее калорийны.*

### **Медовые**

*Требуется:* 1 стакан муки, 2,5 стакана молока, 3 яйца, 15 г дрожжей, 30 г сливочного масла, соль, 3 ст. л. меда.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в теплом молоке, добавьте яичные желтки, растертые с медом, посолите. В полученную смесь всыпьте муку, тщательно перемешайте, чтобы не было комочков, положите растопленное сливочное масло и в самую последнюю очередь – взбитые в крепкую пену белки. Все тщательно перемешайте и выпекайте тонкие блинчики на смазанной маслом или маргарином сковородке.

...

#### ***Пословицы и поговорки о блинах***

*С дури можно и блин сломать.*

### **Творожные**

*Требуется:* 2 стакана пшеничной муки, 1 ст. л. сахарного песка, соль, 15 г дрожжей, пачка творога, 3 стакана молока, 2 яйца, растительное масло для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Желтки смешайте с сахарным песком,

солью, 2 стаканами холодного молока. В небольшом количестве оставшегося подогретого молока растворите дрожжи и влейте их в общую смесь. Постепенно всыпьте просеянную муку, тщательно перемешайте деревянной лопаткой, чтобы не было комков. Творог протрите через сито, разбавьте молоком и введите в тесто, затем – взбитые в крепкую пену белки и еще раз хорошо перемешайте. На разогретой сковороде, смазанной маслом, жарьте блинчики на слабом огне.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Хороший блин сам в рот просится.*

### **Яблочные**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 15 г дрожжей, 2,5 стакана молока, 3 яйца, 1/2 ст. л. сахара, соль, яблоко, 30 г маргарина, 4 ст. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в небольшом количестве теплой воды. Яичные желтки смешайте с сахаром и солью, небольшим количеством молока, разведенными дрожжами, размешайте, всыпьте просеянную муку. Хорошо взбитый белок добавьте в общую смесь. Вымесите тесто, чтобы не было комков, разведите его оставшимся молоком. В полученную смесь положите тертое яблоко.

Хорошо разогретую сковороду смажьте кусочком маргарина, ровным слоем налейте тесто на сковороду и жарьте блинчики до готовности, посыпайте сахарной пудрой.

...

### **Подсчитаем калории**

*В блины можете добавлять различные продукты, которые за счет низкой калорийности будут снижать жирность продукта в целом. Поскольку давно известны очищающие свойства фруктов, то можно сказать, что они идеально подходят в качестве наполнителей. Особенно полезны в этом отношении яблоки, поскольку они содержат вещества, способствующие снижению веса. Добавлять фрукты лучше всего в протертом виде или пропущенными через мясорубку.*

### **Простые**

*Требуется:* по 3 стакана пшеничной муки и молока, 20 г дрожжей, 4 яйца, 400 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в небольшом количестве теплого молока. Желтки разотрите с мукой, постепенно

введите оставшееся молоко, соль, растопленное масло или маргарин, сахар. Все тщательно перемешайте, чтобы не было комков, и к этой смеси добавьте разведенные дрожжи. На разогретой сковороде, смазанной маслом, выпекайте тонкие блинчики, обжаривая с обеих сторон.

### **На сметане**

*Требуется:* 2 стакана пшеничной муки, 15 г дрожжей, 3 стакана молока, 3 яйца, по 1 ст. л. сметаны и сахарной пудры, соль, 1/2 ст. л. сахара, 1 ч. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в небольшом количестве теплого молока. Желтки разотрите с мукой, введите оставшееся молоко, соль, сахар и сметану. Все перемешайте, добавьте раствор дрожжей, растительное масло и перемешайте еще раз. На смазанной маслом или маргарином сковородке выпекайте тонкие блинчики. Готовые изделия посыпайте сахарной пудрой и подавайте к столу горячими или охлажденными.

...

### **Подсчитаем калории**

*Дрожжевое тесто, безусловно, более калорийное, чем не содержащее дрожжей. Поэтому людям, обеспокоенным проблемой собственного веса, лучше отдавать предпочтение блинчикам, а не блинам.*

### **Розовые дрожжевые**

*Требуется:* 50 г пшеничной муки, 15 г дрожжей, 3 помидора, яйцо, 3/4 стакана молока, соль, 1 ч. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Помидоры очистите от кожицы, нарежьте небольшими кусочками и сварите в небольшом количестве воды до мягкости, протрите через сито. В небольшом количестве теплой воды растворите дрожжи, добавьте их к томатной пасте, посолите, введите молоко, яичный желток, муку и хорошо перемешайте. Посолите, добавьте взбитый в крепкую пену белок. Выпекайте блинчики на разогретой масляной сковороде до полной готовности.

### **Десертные**

*Требуется:* по 1 стакану пшеничной муки, сметаны и молока, 20 г дрожжей, 2 яйца, 1 ст. л. сливок, соль, 1/2 ст. л. сахарной пудры, 1 ч. л. растительного масла, 1/2 стакана сахара, 100 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплой воды

разведите дрожжи. Желтки разотрите с мукой, влейте тонкой струйкой молоко, добавьте соль, сахарную пудру и сливки, а затем осторожно соедините разведенные дрожжи и растительное масло. Все тщательно перемешайте и жарьте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом или маргарином. Смазывайте сметаной, взбитой с сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Блинчики и блины, приготовленные из соевой муки и соевого молока, гораздо менее калорийны, чем приготовленные по тому же самому рецепту, но из пшеничной муки и обычного молока.*

### **Манные на дрожжах**

*Требуется:* 1/2 стакана манной крупы, 3 стакана молока, 4 яйца, 30 г сливочного масла, 20 г дрожжей, соль, 3 ст. л. сахара, 200 г муки, растительное масло для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплого молока разведите дрожжи. Сварите манную кашу на молоке, добавьте сливочное масло. Муку разведите молоком, введите слегка остуженную манную кашу, посолите, положите два желтка, сахар, взбитые в пену белки и дрожжевой раствор, перемешайте. Смажьте сковороду растительным маслом и выпекайте тонкие блинчики. Подавая к столу, посыпьте сахарной пудрой.

### **На простокваше**

*Требуется:* 3 стакана пшеничной муки, 30 г дрожжей, по 2 стакана молока и простокваши, 4 яйца, 400 г маргарина, соль, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. растительного масла, 2 ст. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплого молока растворите дрожжи. В отдельной посуде желтки разотрите с мукой, введите оставшееся молоко, простоквашу, соль, сахар, растопленный маргарин, дрожжи и растительное масло. Все тщательно перемешайте и жарьте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом. Готовые блинчики посыпайте сахарной пудрой.

...

### **Подсчитаем калории**

*Если вы обеспокоены проблемой собственного веса, откажитесь, когда жарите блинчики, от животных жиров. Отдайте предпочтение растительным маслам, добавляя их в тесто в количестве, не превосходящем указанное в рецепте.*

### На соевом молоке

*Требуется:* 300 г пшеничной муки, 2 стакана соевого молока, 3 яйца, 20 г дрожжей, соль, 1 ст. л. сливок, 1/2 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла, растительное масло для жарки, 2 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в небольшом количестве теплой воды. Желтки разотрите с мукой, влейте соевое молоко, сливки, дрожжевой раствор с сахаром и посолите. Перемешайте и выпекайте блинчики на смазанной растительным маслом разогретой сковороде. Обжаривайте с обеих сторон, готовые посыпайте сахаром и смазывайте сливочным маслом.

## Фруктовые

*Требуется:* 3 стакана пшеничной муки, 4 яйца, 20 г дрожжей, 300 г сливочного масла или маргарина, 2 стакана молока, 1 стакан яблочного или виноградного сока, соль, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплого молока разведите дрожжи. Разотрите яичные желтки с мукой, солью, сахаром и растопленным маслом, влейте разведенные дрожжи, залейте смесью молока и фруктового сока. Добавьте взбитые белки. Все тщательно перемешайте, немного теста вылейте на разогретую сковородку, смазанную растительным маслом. Жарьте блинчики с двух сторон, посыпайте сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Вместо молока в тесто для блинов и блинчиков можно добавлять фруктовые соки, таким образом снижая их калорийность.*

## Абрикосовые



*Требуется:* 3 стакана пшеничной муки, 3,5 стакана молока, 3 яйца, 300 г маргарина, 20 г дрожжей, соль, 1 ст. л. сахара, 500 г кураги или абрикосового варенья, 1 ч. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите небольшим количеством теплого молока. Сушеные абрикосы замочите в воде, нарежьте кусочками и отварите до мягкости в небольшом количестве воды. Протрите через мелкое сито и остудите. Приготовленную смесь или абрикосовое варенье смешайте с желтками, разотрите с мукой. Осторожно влейте молоко, добавьте соль, сахар, растопленный маргарин, разведенные дрожжи и взбитые в пену белки. Все хорошо перемешайте и жарьте с обеих сторон на разогретой сковороде, смазанной растительным маслом.

### **На сгущенном молоке**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 10 г дрожжей, 2 стакана воды, 400 г сгущенного молока, 3 яйца, соль, по 1 ст. л. сахара и изюма, 20 г сливочного масла, 2 ст. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите небольшим количеством теплой воды. Муку, сгущенное молоко и сахар смешайте и добавьте желтки, затем тщательно взбитые белки и дрожжи. Все перемешайте, положите соль и растопленное масло, залейте водой и еще раз перемешайте. Блинчики выпекайте на хорошо разогретой сковороде, смазанной растительным маслом, складывайте на плоское блюдо и посыпайте сахарной пудрой.

...

### **Подсчитаем калории**

*Необходимо строго контролировать содержание соли и сахара в блинах и блинчиках. Уменьшая количество вкусовых добавок, можно добиться некоторого снижения калорийности.*

### **Сырные**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 20 г дрожжей, 3 стакана молока, 3 яйца, соль, 1/3 ст. л. сахара, 100 г твердого сыра, 1/3 ч. л. черного молотого перца, 2 ч. л. растительного масла, 3 ст. л. сметаны.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплой воды разведите дрожжи. Муку смешайте с яичными желтками, солью, сахаром и взбитыми белками, хорошо перемешайте и залейте чуть теплым молоком. Тертый на мелкой терке сыр добавьте в тесто для блинчиков. Чтобы натирать его было легче, подержите сыр в морозильнике. В тесто введите раствор дрожжей, перец, все перемешайте и выпекайте на разогретой сковороде, смазанной

растительным маслом. Подавая к столу, смажьте блинчики сметаной.

### **Шоколадные**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 15 г дрожжей, 3,5 стакана молока, 3 яйца, соль, по 2 ст. л. сахара и сахарной пудры, 3 ст. л. какао.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи в небольшом количестве теплой воды, залейте молоком, добавьте сахар, соль, порошок какао, яичные желтки. Всыпьте муку, все тщательно перемешайте, в самом конце положите в тесто тщательно взбитые белки. Выпекайте тонкие блинчики на разогретой сковороде, смазанной растительным маслом. Готовые блинчики выложите на блюдо, посыпав каждый сахарной пудрой.

...

#### **Подсчитаем калории**

*Один блинчик диаметром 25—30 см и толщиной примерно в 5 мм может содержать до 200 ккал.*

### **На пиве**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 1/2 стакана пива, 10 г дрожжей, 1 ст. л. сахара, соль, 3 яйца, 2 ст. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* Дрожжи разведите в небольшом количестве теплой воды. В отдельной посуде разотрите желтки с мукой, солью, сахаром, влейте раствор дрожжей и пиво, все тщательно размешайте, а затем введите тщательно взбитые белки. На смазанной растительным маслом разогретой сковороде выпекайте тонкие блинчики и складывайте их на блюдо, посыпая каждый сахарной пудрой.

### **С вишневым сиропом**

*Требуется:* 1 стакан пшеничной муки, 20 г дрожжей, 2 ст. л. вишневого сиропа, 3 яйца, 3 стакана молока, соль, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* В небольшом количестве теплой воды разведите дрожжи, введите муку, яичные желтки, сахар и соль. Все перемешайте, влейте вишневый сироп и разбавьте смесь молоком. Взбитые отдельно белки добавьте в тесто в самом конце. Затем тщательно перемешайте и выпекайте блинчики на сковороде с разогретым растительным маслом.

### «Пальчики оближешь»

*Требуется:* 1 стакан сметаны, по 2 стакана муки и молока, 3 яйца, 1/3 стакана растительного масла, 3 ст. л. сахара, 60 г сливочного масла, ванилин, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* В не очень густую сметану положите растертые с сахаром яйца, растительное масло, соль, соду, молоко, хорошенько все размешайте. Постепенно всыпьте муку и замесите тесто. Взбивайте его венчиком или миксером до исчезновения комочков. Если тесто получилось излишне густым, добавьте немного воды. Тесто по консистенции должно напоминать сливки. Оставьте его на 10—15 минут при комнатной температуре.

Выпекайте блинчики на хорошо разогретой небольшой сковородке, предварительно смазав ее растительным маслом. Чтобы блинчики получились более тонкими, на сковородку наливайте очень мало теста и тщательно распределяйте его по всей поверхности, наклоняя сковороду в разные стороны. Готовые блинчики смажьте сливочным маслом и в горячем виде подавайте к столу. Вместе с ними вы можете подать любой сладкий соус, крем или варенье.

...

#### **Блинные советы**

*Если вы пересолили тесто для блинчиков, обязательно замесите новую порцию совсем без соли и смешайте ее с пересоленной. Это нужно сделать в первую очередь для того, чтобы блинчики не потеряли присущего им вкуса, воздушности и румяности. Как ни удивительно, избыток соли придает блинчикам бледный цвет.*

### «Сытные»

*Требуется:* по 2 стакана гречневой муки и кислого молока, 3 яйца, 1/2 ч. л. соды, 2 ст. л. сахара, 3 ст. л. растительного масла, 60 г сливочного масла, 1/2 стакана сахарной пудры, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* Яйца хорошо разотрите с сахаром и выложите их в кислое молоко, добавьте соль, ванилин, соду и еще раз все тщательно размешайте венчиком. Не переставая взбивать, постепенно всыпьте муку. Чтобы тесто получилось более однородным, можете воспользоваться миксером. Далее влейте растительное масло и взбивайте еще в течение минуты.

Выпекайте блинчики на очень горячей небольшой сковородке, предварительно смазав ее растительным маслом. Готовые блинчики смажьте сливочным маслом. Затем сверните каждый треугольничком и красиво уложите на блюде. Посыпьте сахарной пудрой. К десерту подавайте в горячем виде. Отдельно можно

предложить густую холодную сметану или повидло.

...

### **Блинные советы**

*Если блинчики, испеченные, к примеру, вчера, несколько зачерствели и потеряли во вкусовых качествах, перед подачей обязательно сбрызните их небольшим количеством горячего молока с растворенным в нем сливочным маслом и подогрейте их на сковороде, также предварительно смазанной маслом.*

### **«Богатырские»**

*Требуется:* 1 стакан хлопьев «Геркулес», 3 яйца, 2 стакана молока, 1/2 стакана муки, 40 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, по 2 ст. л. сахара и растительного масла, соль.

*Способ приготовления.* Сварите жидкую овсяную кашу на молоке, протрите ее через сито и немного остудите. Затем добавьте в нее взбитые венчиком яйца, сахар, соль, соду, гашенную уксусом, и хорошо все размешайте венчиком или миксером. Далее введите муку, чтобы тесто по консистенции напоминало сливки. Следите, чтобы в нем не осталось комков.

Блинчики выпекайте на хорошо прогретой и не слишком большой сковороде, предварительно смазанной растительным маслом. Если блины плохо снимаются, рвутся, добавьте в тесто еще одно яйцо, а сковородку подержите на сильном огне на протяжении 10—15 минут, предварительно очистив ее от жира и бросив в нее щепотку соли. Смазывайте блины сливочным маслом. Подавайте в горячем виде со сметаной или сгущенным молоком.

...

### **Русские традиции**

*В старину люди чтили божество солнца, которое у разных племен носило имя Дажьбога. Сначала в честь него выпекали круглые лепешки, а впоследствии блины, символизовавшие солнце. Люди думали, что, съедая их, они получают частичку силы и могущества бога солнца. Этот языческий праздник несет с собой свободу в пище и всевозможные развлечения. Среди народа существовало даже поверье: плохо проведешь масленицу – быть беде, худо закончишь свои дни.*

### **Манные**

*Требуется:* по 1/2 стакана манной крупы и муки, 3 яйца, 3 стакана молока, 40 г сливочного масла, 4 ст. л. сахара, 3 ст. л. растительного масла, 50 г клубники, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса,

соль.

*Способ приготовления.* Сварите молочную манную кашу и остудите ее. Через сито протрите клубнику, разотрите с сахаром яйца. Манную кашу, клубничное пюре, яйца хорошенько размешайте, добавьте соду, гашенную уксусом, соль и муку и еще раз хорошенько размешайте венчиком или миксером, чтобы в тесте не осталось комков.

Блинчики выпекайте на хорошо разогретой и не слишком большой сковороде, каждый раз смазывая ее растительным маслом. Подрумянив блинчик с обеих сторон, снимите его со сковороды и смажьте сливочным маслом. Подавайте в горячем виде со сливками.

...

### **Блинные советы**

*Очень часто вместо разрыхлителя в тесто добавляют соду, однако не забывайте, что делать это нужно очень осторожно, строго в соответствии с рецептом. Так, избыток соды в тесте для блинов придает последним темноватый цвет, неприятный запах и, соответственно, вкус. Если же соды в тесте недостаточно, блины будут слишком плотными и неприятными на вкус.*

### **Разноцветные**

*Требуется:* по 1 стакану кефира или йогурта и муки, 3 яйца, по 1/2 стакана молока и сметаны, 3 ст. л. растительного масла, 60 г сливочного масла, 1 ч. л. какао, по 1 ст. л. морковного и свекольного соков, 2 ст. л. тертого шоколада, 1/2 ч. л. соды, соль.

*Способ приготовления.* Кефир или йогурт смешайте с яйцами, солью, всыпьте муку. Вымешивайте тесто венчиком или миксером до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Залейте соду 2 ст. л. кипятка и добавьте в тесто. Взбивайте еще на протяжении минуты.

Разделите тесто на четыре части. В одну из них добавьте какао, в другую – морковный сок, а в третью – свекольный сок. Все части по отдельности тщательно размешайте. Выпекайте разноцветные блинчики на хорошо прогретой сковороде, смазанной растительным маслом. Если хотите, чтобы разноцветным получился каждый блинчик, наливайте на сковороду понемногу из всех четырех мисок. В результате получатся блины, состоящие из разноцветных пятен.

Готовые блинчики смажьте сливочным маслом. К десерту подавайте с холодной сметаной, посыпанной тертым шоколадом.

...

### **Русские традиции**

*В старину блинчики предпочитали печь на маленьких сковородках. Поэтому для удобства народные умельцы частенько специально соединяли между собой несколько маленьких сковородочек и сажали их на одну ручку. Это позволяло поварихам одновременно выпекать сразу несколько блинчиков.*

### **С сюрпризом**

*Требуется:* 2—3 картофелины, 3 яйца, 1 стакан молока, 1/2 стакана муки, 1/2 ч. л. соды, по 3—4 ломтика ветчины, соленой селедки, копченой колбасы и окорока, 3 ст. л. растительного масла, 40 г сливочного масла, по 50 г зеленого лука и зелени петрушки, соль.

*Способ приготовления.* Картофель очистите и отварите, хорошенько растолките, добавьте сливочное масло и немного остудите. В картофельное пюре влейте кефир, выпустите яйца, добавьте соль, соду и тщательно размешайте венчиком, постепенно введите муку и взбивайте до тех пор, пока тесто не станет однородным.

Выпекайте на раскаленной, смазанной растительным маслом сковороде, подрумянивая с обеих сторон. В готовые блинчики заверните кусочки освобожденной от косточек селедки, ломтики ветчины, окорока и копченой колбасы. Красиво разместите все на большом блюде, украсьте мелко порубленной зеленью петрушки и перышками зеленого лука. К столу можете подать как в горячем, так и в охлажденном виде с холодными и горячими закусками.

...

### **Блинные советы**

*Если блинчики получились недосоленными – не расстраивайтесь. Растопите сливочное масло, добавьте в него соль и пропитайте блинчики этим составом.*

*Если вы решили сделать блинчики с начинкой, последнюю посолите немного побольше. Правда, и здесь важно не перестараться, иначе, как гласит русская пословица: «Недосол на столе, пересол на спине».*

### **«Тюлевые»**

*Требуется:* по 2 стакана кефира и муки, 2 яйца, по 1/2 стакана растительного масла, густых сливок и молока, 50 г сливочного масла, 3 ст. л. сахара, по 2 ст. л. тертого шоколада и орехов, 1/2 ч. л. соды, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* В кефир выложите яйца, растертые с сахаром, молоко, соль и ванилин и все хорошенько взбейте

венчиком или миксером. Постепенно добавьте муку и замесите тесто, по консистенции напоминающее сметану. В соду влейте небольшое количество воды, вылейте в тесто вместе с растительным маслом. Еще раз хорошо размешайте. Следите, чтобы в тесте не оставалось комочков муки. Поставьте его в прохладное место на 10—15 минут.

Выпекайте на не слишком большой сковороде. Смажьте ее только один раз, перед первым блинчиком, остальные будут прекрасно сниматься с поверхности сковороды и без масла. Подрумянив блины со всех сторон, выложите их на тарелку, предварительно смазав их сливочным маслом. Затем каждый блинчик сверните в трубочку и красиво уложите на блюде. Украсьте сливками, тертым шоколадом и мелкими орехами. Подавайте к десерту в охлажденном виде.

...

### **Русские традиции**

*В трактирах в старину блинчики нередко подавались не только в качестве отдельного блюда, но и служили прекрасной добавкой к всевозможным закускам, например к черной или красной икре, маринованным грибам, первым блюдам вместо обычного хлеба, а также великолепным дополнением к десерту.*

### **Шоколадные**

*Требуется:* 1 стакан сгущенного какао, по 2 стакана молока и муки, 3 яйца, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, ванилин, 3 ст. л. растительного масла, по 2 ст. л. изюма и орехов, лимонная кислота, соль.

*Способ приготовления.* Какао смешайте с молоком, яйцами, содой, гашенной в уксусе, солью, ванилином, лимонной кислотой, все тщательно размешайте венчиком или миксером. Далее, не останавливаясь, небольшими порциями всыпьте муку и размешивайте до однородной массы.

Выпекайте блинчики на хорошо разогретой сковороде, предварительно смазав ее растительным маслом. Готовые блинчики красиво уложите на блюде, посыпьте измельченными орехами и изюмом. К десерту подавайте как в горячем, так и в охлажденном виде.

...

### **Блинные советы**

*Блинчики, приготовленные из пресного теста, приобретут не только оригинальный вкус и аромат, но и цвет, если вы добавите в них какой-либо ягодный сироп. В этом случае вы можете даже составить из ваших блинчиков композицию, красиво расположив их*

на блюде.

### «Снежная королева»

*Требуется:* 150 г творожной массы или творога, 3 яйца, 1/2 стакана сахара, по 1 стакану молока и муки, 3 ст. л. растительного масла, 50 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, 2 ст. л. кокосовой стружки, соль.

*Способ приготовления.* Творожную массу или обезжиренный творог пропустите два раза через мелкое сито, добавьте желтки и хорошенько разотрите с сахаром, влейте молоко и перемешайте. Введите соду и взбитые венчиком или миксером яйца и продолжайте взбивать. Не переставая помешивать, всыпьте муку. Тесто вымешивайте до однородного состояния. Влейте растительное масло и еще раз хорошенько размешайте. Поставьте тесто в прохладное место на 15—20 минут.

Выпекайте блинчики на хорошо разогретой не слишком большой сковородке. Если на ней тефлоновое покрытие, можете ее не смазывать маслом. Если же у вас обычная сковорода, смажьте ее только перед первым блинчиком. Готовые блинчики смажьте сливочным маслом, красиво уложите на блюде, украсьте кокосовой стружкой и подавайте к десерту как в горячем, так и охлажденном виде.

...

### **Русские традиции**

*Для того чтобы сладкие блинчики приобрели оригинальный вкус и получились пышнее, хозяйки добавляли в пресное тесто немного меда, предварительно растерев его с яйцами. Иногда мед растапливали с маслом и также смазывали каждый блинчик. И они становились не только невероятно вкусными, но и полезными, особенно в прохладное время года, когда так часты простуды.*

### «Отличное настроение»

*Требуется:* по 2 стакана муки и соевого молока, 3 яйца, по 3 ст. л. сахара и растительного масла, по 2 ст. л. клубничного или абрикосового ликера и жидкого шоколада, 60 г сливочного масла, 1/2 ч. л. соды, 1 ч. л. уксуса, соль.

*Способ приготовления.* В соевое молоко выпустите яйца и тщательно взбейте. Добавьте сахар, клубничный или абрикосовый ликер, сливочное масло, гашенную уксусом соду и еще раз хорошо размешайте венчиком или миксером. Небольшими порциями всыпьте муку. Вымешивайте тесто венчиком или миксером до тех пор, пока в нем не растворятся все комочки. Далее тесто оставьте



при комнатной температуре на 15—20 минут.

Блинчики выпекайте на хорошо прокаленной сковородке небольших размеров, предварительно смазывая ее растительным маслом. Готовые блинчики красиво уложите на блюде и облейте жидким шоколадом. Подавайте к десерту в горячем виде со сметаной, сливками или вареньем.

...

### **Блинные советы**

*Если хотите придать своим блинчикам лимонный аромат, то для гашения соды воспользуйтесь лимонным соком. В тесто также можно положить немного измельченной цедры. Ваши блинчики получатся вкуснее и ароматнее.*

### **«Розовые»**

*Требуется:* 300 г помидоров, 2 яйца, 1 стакан муки, 3 ст. л. растительного масла, 40 г сливочного масла, по 1 ч. л. сахара и уксуса, 1/2 ч. л. соды, 50 г зелени, соль.

*Способ приготовления.* Помидоры нарежьте ломтиками и потушите несколько минут с небольшим количеством растительного масла, протрите их через сито. В пюре добавьте яйца, сахар, гашенную в уксусе соду, соль и хорошенько перемешайте. Затем, продолжая мешать венчиком или миксером, введите муку. Тесто вымешивайте до тех пор, пока не растворятся все комочки. Готовое тесто поместите на 10—15 минут в прохладное место.

Выпекайте блинчики на хорошо разогретой сковородке небольших размеров, предварительно смазанной растительным маслом. Готовые блинчики смажьте сливочным маслом, красиво поместите их на блюде и украсьте зеленью. К столу подавайте в горячем виде. Блинчики прекрасно подойдут к пиву и другим более крепким алкогольным напиткам.

...

### **Русские традиции**

*В Новгородской губернии долгое время существовал интересный обычай. Здесь вместо традиционного свадебного караваея молодым специально выпекали, а затем подносили большой блин, который символизировал мощь и здоровье будущей семьи. Если молодожены не в состоянии были съесть его, это считалось дурным знаком. Правда, практически все молодые успешно справлялись с заданием, с удовольствием съедая всеми любимую выпечку.*

### **Постные**

*Требуется:* 50 г оары, по 1 стакану молочной сыворотки, муки и малины, 1/2 ч. л. соды, 3 ст. л. растительного масла, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. л. сахара, ванилин, соль.

*Способ приготовления.* В оару влейте молочную сыворотку, добавьте 2 яйца, ванилин и хорошо взбейте венчиком или миксером. Небольшими порциями введите муку и продолжайте взбивать до исчезновения в тесте мучных комочков. Залейте соду 1 ст. л. кипятка и добавьте в тесто. Еще раз тщательно перемешайте и поставьте в прохладное место на 20—25 минут. Выпекайте блинчики на хорошо прогретой сковороде, смазанной растительным маслом. Следите, чтобы они подрумянились с обеих сторон. Ягоды смешайте с сахаром и сметаной. Готовые блинчики красиво уложите на блюде и в горячем виде подавайте к десерту, со сметаной и малиной.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блинчики получились более тонкими, налейте немного теста на сковороду, а затем, наклоняя сковороду то в одну, то в другую сторону, постарайтесь, чтобы оно растеклось по всей поверхности. В этом случае важно знать, что если вы слишком обильно смажете сковороду маслом, тесто будет скользить по поверхности, а значит, и плохо растекаться.*

### **К пиву**

*Требуется:* по 1 стакану рассола или томатного сока и ржаной муки, 3 яйца, по 1/2 ч. л. сахара и соды, 1/2 стакана растительного масла, 60 г сливочного масла, 50 г зелени, перец, соль.

*Способ приготовления.* В рассол из-под маринованных огурцов или помидоров выпустите яйца, добавьте соль, сахар, перец и все тщательно взбейте венчиком. Влейте растительное масло и постепенно всыпьте муку. Взбивайте до тех пор, пока тесто не станет однородным. Соду разведите небольшим количеством воды и добавьте в тесто. И еще раз хорошенько перемешайте. Готовое тесто поместите в прохладное место на 15—20 минут. Выпекайте блинчики на горячей сковороде, предварительно смазав ее растительным маслом. Готовые блинчики смажьте сливочным маслом, красиво уложите их на большом блюде и посыпьте зеленью. К столу подавайте в горячем виде с солеными орешками и пряными сухариками.

...

### **Русские традиции**

*На масленицу в некоторых селах устраивались*

*шуточные состязания между зятьями, кто больше съест приготовленных заботливой тещей блинов. Победитель считался любимым зятем, ведь именно он в полной мере показывал, как любит и уважает тещу. Случались и несчастные случаи, когда в пылу соревнования один, а то и два претендента на почетное звание удалялись из-за стола с желудочными проблемами.*

### **Средькой**

*Требуется:* по 2 стакана молочной сыворотки и муки, 3 яйца, редька, 1/2 ч. л. соды, 3 ст. л. растительного масла, 1 стакан сметаны, перец, соль.

*Способ приготовления.* Молочную сыворотку соедините с яйцами, содой, перцем, солью и хорошо размешайте. Затем, постепенно добавляя муку, замесите тесто. Натрите на мелкой терке редьку и добавьте ее в тесто. Все еще раз тщательно размешайте и оставьте тесто при комнатной температуре на 10—15 минут. Блинчики выпекайте на хорошо нагретой сковороде, смазанной растительным маслом. На каждый блинчик нанесите немного сметаны. К столу подавайте как в горячем, так и холодном виде с горячими и холодными закусками.

### **Глава 13. Блинчики воздушные**

#### **С медом**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2,5 стакана молока, 3 яйца, по 40 г сливочного и топленого масла, 1 ст. л. сахара, соль, 2 ст. л. меда, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Смешайте яичные желтки с 1/2 стакана молока, добавьте соль и сахар, помешивая, всыпьте просеянную муку. Положите разогретое сливочное масло, замесите тесто, чтобы не было комков. Постепенно разведите его молоком, введите взбитые в пену яичные белки.

На смазанной растительным маслом сковородке выпекайте тонкие блинчики. Каждый готовый блинчик сложите вчетверо, положите в подогретое блюдо и накройте салфеткой. Подавая к столу, полейте жидким медом.

...

### **Русские традиции**

*В яблочный и медовый Спас пекут блинчики, соответственно, с яблочной и с медовой начинкой. В другие общеизвестные и популярные в народе празднества также не обходится без блинов. На русских свадьбах, знаменитых своим нескромным размахом, одним из основных блюд являются различные виды блинов. Наиболее часто в таких случаях подают на стол блинчики с различными видами начинок – в основном к чаю. Блинчики с мясом и черной икрой идут как закуска к водке.*

### **С творогом**

*Требуется:* 500 г пшеничной муки, 1 ст. л. сахарного песка, соль, 3 стакана молока, 2 яйца, растительное масло для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Желтки соедините с сахаром, солью, влейте холодное молоко и все хорошо перемешайте. Постепенно всыпьте просеянную муку, тщательно перемешайте деревянной лопаткой, чтобы не было комков, влейте остальное молоко тонкой струйкой, добавьте взбитые белки и еще раз хорошо перемешайте. На разогретую сковороду, смазанную маслом, налейте тонкий слой теста и жарьте на слабом огне. Когда одна сторона зарумянится, снимите блинчик, а на сковороду снова налейте тесто. На поджаренную сторону положите творожную начинку, заверните блинчик конвертом, изгиб смажьте яичным белком, чтобы начинка не выходила. Полученные конвертики обжарьте с обеих сторон на растительном масле, готовые изделия посыпьте сахарной пудрой и подавайте к столу горячими.

...

### **Из жизни великих**

*На масленицу весь честной народ веселился от души.*

*Причем в забавах с удовольствием участвовали и коронованные особы. В распространенных в XVIII веке кулачных боях, которые проводились как раз на масленицу, участвовал сам Петр I. В описаниях сохранилась история, как в 1722 году он снарядил «масляный поезд», состоящий из доброй сотни расписных саней, на которых восседал развеселый народ. От Всесвятского села и до самой Москвы прошел этот поезд и через Тверские ворота торжественно въехал в Кремль. Кремлевская площадь была украшена в соответствии с праздничной обстановкой, у Красных ворот стояли качели. И, конечно, дело не обошлось без угощения. Центральное место на праздничных столах занимали блины.*

### **С яблоками**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2,5 стакана молока, 3 яйца, 1/2 ст. л. сахара, соль, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Яичные желтки смешайте с сахаром и солью, добавьте небольшое количество молока, размешайте, всыпьте просеянную муку. Хорошо взбитый белок введите в общую смесь. Вымесите тесто, чтобы не было комков, разведите его оставшимся молоком.

Хорошо разогретую сковороду смажьте кусочком маргарина, ровным слоем налейте тесто на сковороду и жарьте блинчики до готовности. Разложите их на деревянной доске, на каждый положите 1 ст. л. яблочной начинки, заверните в виде конверта и обжарьте с обеих сторон. Перед подачей посыпьте сахарной пудрой.

...

### **Из жизни великих**

*Екатерина Великая после своей коронации, которая состоялась на масленицу, устроила грандиозный маскарад, продолжавшийся целых три дня и три ночи. Народ пил, ел и гулял. Традиционно русское блюдо – блины с красной икрой – могли отведать не только богатые и знатные, но и простолюдины.*

### **С мясом**

*Требуется:* 800 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 4 яйца, 400 г сливочного масла или маргарина, соль.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, постепенно добавляйте молоко, соль, растопленное масло или маргарин. Все

тщательно перемешайте, чтобы не было комков. На разогретой сковороде, смазанной маслом, выпекайте тонкие блинчики и жарьте их с обеих сторон. Затем положите на каждый мясную начинку и заверните в виде конвертов, после чего обжарьте с обеих сторон и подавайте к столу горячими.

...

### **Русские традиции**

*Масленичная неделя – это особое время, которое в каждой семье отмечают по-своему. Как же формировалась эта традиция, сложившаяся на Руси с незапамятных времен? Всегда славяне праздновали масленицу очень широко. В конце зимы начиналась пора отелов, и именно на этот период и приходилась пора гуляний, потому что прибавление стада для крестьянина значило достаток и сытную жизнь. Считалось, что поститься в это время – грех, и того, кто это делает, обязательно постигнет какое-то несчастье. Вот почему наши предки так уважительно относились к масленице, и не было на Руси дома, где бы не отмечали ее. Торжества включали в себя не только шумные игры, песни и веселье, но и, конечно, обильное угощение.*

### **Со сметаной**

*Требуется:* 500 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 3 яйца, 1 ст. л. сметаны, соль, 1/2 ст. л. сахара, растительное масло для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, влейте молоко, добавьте соль, сахар и сметану. Все тщательно перемешайте. На разогретую сковороду налейте немного растительного масла, затем тесто и жарьте блинчик с обеих сторон. Готовые изделия посыпайте сахарной пудрой и подавайте к столу горячими или охлажденными.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Без блина не Масляна.*

### **Розовые**

*Требуется:* 50 г пшеничной муки, 3 помидора, яйцо, 3/4 стакана молока, соль, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Нарежьте помидоры, очищенные от кожицы, сварите их в небольшом количестве воды до мягкости. Посолите и протрите через сито, добавьте молоко, яичный желток, муку и хорошо перемешайте. Посолите тесто, добавьте в него

взбитый в крепкую пену белок. Выпекайте блинчики на разогретой масляной сковородке до полной готовности.

...

### **Русские традиции**

*Блины издавна стали основным видом угощения на масленице. Множество видов блинов пекли каждый день, а затем выносили их на улицы. Высокие стопки горячих блинов гордо возвышались на праздничном столе, рядом с ними стояли самовары, что называется, с пылу с жару. Блюда из рыбы на масленице пользовались спросом, а вот мяса старались не есть, ведь совсем скоро наступал Великий пост.*

### **С кремом**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст. л. сливок, соль, 1/2 ст. л. сахарной пудры, растительное масло для жарки.

*Для крема:* 1/2 стакана сахара, 6 яичных желтков, 1 стакан сметаны, 100 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, влейте тонкой струйкой молоко, добавьте соль, сахарную пудру и сливки, все тщательно перемешайте и жарьте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом. Испеченные блинчики складывайте в глубокое огнеупорное блюдо или сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Каждый блинчик прослаивайте кремом, а на последний положите кусочек масла и запекийте в духовке.

*Для крема* разотрите с сахаром яичные желтки, прибавьте сметану, размягченное масло и взбивайте миксером или венчиком до загустения.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Блин – не клин, а брюхо распорет.*

### **Манные**

*Требуется:* 3/4 стакана манной крупы, 3 стакана молока, 4 яйца, 40 г сливочного масла, соль, 3 ст. л. сахара, 200 г муки, растительное масло для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Сварите манную кашу на молоке, добавьте сливочное масло. Муку разведите молоком, положите слегка остуженную манную кашу, посолите, введите 2 желтка, сахар, взбитые в пену белки, перемешайте. Затем смажьте сковороду растительным маслом и выпекайте тонкие блинчики. Подавая к столу, посыпьте сахарной пудрой.



...

### **Русские традиции**

*В европейской кухне большой популярностью пользуются различные виды блинчиков, известные там еще в средние века. Немного позже блины появились в Америке, где их рецепты изменились и дополнились. Из-за того что блины появились на Западе довольно поздно, в европейском фольклоре упоминаний о них практически не встречается. Совершенно отсутствуют поговорки и пословицы о блинах у народов, проживающих в Америке. Здесь они не ассоциируются ни с какими божествами, а служат лишь дополнением к столу, и считаются национальным русским блюдом.*

### **Яблочные**

*Требуется:* 800 г пшеничной муки, 4 стакана молока, 4 яйца, 400 г маргарина, соль, 1 ст. л. сахара, 500 г яблок, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, влейте молоко, добавьте соль, сахар, растопленный маргарин. Яблоки очистите и нарежьте дольками, залейте небольшим количеством воды и отварите до мягкости. Протрите через мелкое сито, а затем остывшее пюре положите в тесто. Все тщательно перемешайте и жарьте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом.

### **Соевые**

*Требуется:* 300 г пшеничной муки, 2 стакана соевого молока, 3 яйца, соль, 1 ст. л. сметаны, 1/2 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла, растительное масло для жарки, сахар для посыпки.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, влейте соевое молоко, посолите, добавьте сметану и сахар. Все тщательно перемешайте и выпекайте блинчики на смазанной растительным маслом разогретой сковородке. Обжаривайте с обеих сторон, готовые посыпайте сахаром и смазывайте сливочным маслом.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*На чужой блинок не разевай роток.*

### **На фруктовом соке**

*Требуется:* 800 г пшеничной муки, 4 яйца, 300 г сливочного масла или маргарина, 2 стакана молока, 1 стакан любого фруктового сока, соль, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Разотрите яичные желтки с мукой, добавьте соль, сахар и растопленное масло и залейте смесью молока и фруктового сока. Для приготовления блинчиков по данному рецепту лучше взять яблочный или виноградный сок. Введите взбитые белки. Все тщательно перемешайте, немного теста вылейте на разогретую сковородку, смазанную растительным маслом. Жарьте блинчики с обеих сторон, подавайте как в горячем, так и в холодном виде.

...

**Подсчитаем калории** *Продукты, необходимые для приготовления блинчиков, содержат в основном жиры и углеводы, которые являются главным источником энергии, определяющим калорийность пищи. Они же выполняют защитные функции в отношении белка.*

### С абрикосами

*Требуется:* 600 г пшеничной муки, 3,5 стакана молока, 3 яйца, 300 г маргарина, соль, 1 ст. л. сахара, 500 г абрикосов, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Абрикосы нарежьте и отварите до мягкости в небольшом количестве воды. Протрите через мелкое сито и остудите. Желтки разотрите с мукой, влейте молоко, добавьте соль, сахар, растопленный маргарин, абрикосовое пюре, взбитые в пену белки. Все хорошо перемешайте и жарьте с обеих сторон на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом.

...

### **Блинные советы**

*Молоко в тесто для блинов или блинчиков нужно вливать подогретым, а яйца взбивать холодными, тогда пена получается быстрее и крепче.*

### С изюмом

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 3 яйца, соль, по 1 ст. л. сахара и изюма, 20 г сливочного масла, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Муку, молоко и сахар смешайте и добавьте желтки, а затем тщательно взбитые белки. Все хорошо перемешайте, введите соль и растопленное масло. Промытый и замоченный изюм измельчите ножом и положите в тесто. На хорошо разогретой сковородке, смазанной растительным маслом, выпекайте тонкие блины и складывайте их на плоское блюдо.

...

### **Подсчитаем калории**

*Животные жиры более ценны для человека, чем*

*растительные, так как являются носителями особых витаминов. При приготовлении блинов и блинчиков рекомендуется сочетать растительные и животные жиры в соотношении 3 : 4.*

### **С сыром**

*Требуется: 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, соль, 1/3 ст. л. сахара, 100 г твердого сыра, 1/3 ч. л. черного молотого перца, растительное масло для жарки.*

*Способ приготовления. Муку смешайте с яичными желтками, добавьте соль, сахар и взбитые белки, хорошо перемешайте и залейте чуть теплым молоком. Сыр натрите на мелкой терке и положите в тесто. Поперчите и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом. Подавая к столу, смажьте блинчики майонезом или сметаной.*

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Блин в горле не застрянет.*

### **С селедочным фаршем**

*Требуется: 250 г пшеничной муки, 2 стакана воды, 3 яйца, 1 стакан томатной пасты, соль, 1/2 ч. л. перца, 200 г соленой сельди, 1 ч. л. уксуса, луковица, 2 ст. л. майонеза, растительное масло для жарки.*

*Способ приготовления. Муку разведите водой, добавьте желтки, взбитые белки, соль, перец, томатную пасту, все хорошо перемешайте и замесите жидкое тесто. На хорошо прогретой сковородке с растительным маслом выпекайте тонкие блинчики. На готовый блинчик выкладывайте селедочную смесь. Для нее рыбу разделайте на филе, измельчите его, смешайте с мелко нарезанной луковицей, разведенным уксусом и майонезом. Каждый блинчик сверните конвертиком, края смажьте растопленным сливочным маслом, чтобы не разворачивались.*

...

### **Подсчитаем калории**

*Главным источником углеводов являются продукты растительного происхождения – хлеб и хлебные изделия, в том числе и блины, а также крупы, овощи, фрукты и ягоды. Из продуктов животного происхождения только молоко является ценным источником углеводов.*

### **С тыквой**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3,5 стакана молока, 3 яйца, соль, 2 ст. л. сахара, 100 г тыквы, 1/4 лимона, сахарная пудра для посыпки, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Тыкву натрите на терке или пропустите через мясорубку, залейте небольшим количеством молока, добавьте немного сахара и варите на медленном огне до загустения. Муку разведите молоком, добавьте желтки, сахар, соль и тыквенное пюре. В конце положите в тесто тщательно взбитые белки, отожмите лимонный сок, все хорошо перемешайте и выпекайте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом. Готовые блинчики выложите на блюдо, посыпав сахарной пудрой.

...

### **Блинные советы**

*Чем гуще замешивается блинное тесто, тем толще и пышнее можно испечь блин. Однако толстые блины из густого теста пекутся дольше и требуют от хозяйки большего кулинарного опыта. Блины из негустого теста печь быстрее и проще.*

### **Со свеклой**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, свекла, соль, 1 ст. л. сахара, 20 г топленого масла, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Свеклу натрите на терке, залейте небольшим количеством воды и отварите до тех пор, пока она не станет очень мягкой, протрите через мелкое сито и остудите. Муку смешайте с молоком, добавьте желтки, сахар, соль, свекольную смесь. Хорошо взбитые белки положите в последнюю очередь. Все перемешайте. Выпекайте блинчики на разогретой сковородке, смазанной растительным маслом, смазывайте топленым маслом и подавайте к столу горячими.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Дорога ложка к обеду, а блины в среду.*

### **Блинчики**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 3 яйца, 4 ст. л. томатного соуса, соль, 300 г грибов, 1/2 ч. л. черного молотого перца, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Приготовьте грибной фарш, пропустив через мясорубку грибы, залейте их водой и поставьте на медленный огонь. Варите примерно 30 минут, а затем протрите

через мелкое сито.

Муку разведите молоком, вбейте туда яичные желтки, добавьте соль и томатный соус, поперчите, положите грибную смесь и хорошо перемешайте. Взбейте белки и введите в тесто. На сковородке, смазанной растительным маслом, жарьте блинчики и горячими подавайте к столу.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г коровьего молока 1,5%-ной жирности содержится: белков – 3,4 г, жиров – 1,5 г, углеводов – 5 г. А в 100 г сыра 30%-ной жирности, служащего в качестве добавки к блинам, содержится: белков – 26 г, жиров – 16 г, углеводов – 9 г.*

### **Морковные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 3 яйца, 3 ст. л. сливок, 200 г моркови, соль, 1/2 ст. л. сахара, 2 ст. л. лимонного сока, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Морковь натрите на терке, залейте водой и варите на медленном огне до тех пор, пока смесь не станет густой. Протрите ее через мелкое сито и остудите. Муку смешайте с молоком, желтками, сливками, посолите, добавьте сахар и морковное пюре. Отожмите лимонный сок, введите его в тесто вместе со взбитыми белками. Все хорошо перемешайте, выпекайте блинчики на сковороде с разогретым растительным маслом.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Масленица зиму провожает, весну встречает. В каждой избе – блины на столе, веселье в душе.*

### **Медовые**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, 1 ст. л. меда, соль, маргарин для жарки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, добавьте мед, соль и залейте молоком. Отдельно взбейте белки и положите их в тесто в последнюю очередь. Все хорошо перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином, тонкие блинчики, которые можно подавать к столу как в горячем, так и в холодном виде.

...

### **Русские традиции**

*На масленицу принято есть блины всю неделю. Веселые гулянья плавно перетекают в катание на лошадях, а затем продолжаются огромными и*

шумными застольями. В этот праздник часто жарят оладьи с припеком из изюма и яблок. С недавних времен стали популярными и различные виды блинчиков. На проводах зимы также принято подавать блинчики с различной начинкой. В большинстве случаев их пекут со сладкими начинками, а также с творогом и сметаной.

### **С вареньем**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, 4 ст. л. любого сиропа, соль, сахарная пудра для посыпки, растительное масло для жарки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с желтками, добавьте сироп из любого варенья, но без ягод. Залейте молоком, посолите и хорошо перемешайте, а потом положите хорошо взбитые белки. На сковородке с растительным маслом выпекайте тонкие блинчики, обжаривайте их с обеих сторон, при подаче на стол посыпьте сахарной пудрой.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Кушать блинок на последний снежок.*

### **Ванильные**

*Требуется:* 400 г пшеничной муки, 5 стаканов молока, 4 яйца, 2 ст. л. сахара, соль, 20 г сливочного масла, 1/2 ч. л. ванилина, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, добавьте сахар, соль и залейте молоком. Тщательно взбейте белки и введите их в тесто, затем положите ванилин и хорошо перемешайте. Выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином. При подаче на стол посыпьте сахарной пудрой.

...

### **Подсчитаем калории**

*Диетологи сделали интересные подсчеты: ровно по 100 ккал содержится в следующих продуктах: банане, большом сочном яблоке, груше, грейпфруте, 2 апельсинах, 2 киви, 2 персиках, 4 абрикосах, 5 мандаринах, 6 черносливах, 10 сливах, 10 лесных орехах или 24 земляных орешках, 125 г винограда, 200 г свежей ежевики, смородины, крыжовника, вишни, земляники или дыни, 300 г малины или арбуза. Используя те или иные продукты для приготовления начинки к блинам и блинчикам, можно по желанию изменить их калорийность.*

## Апельсиновые

*Требуется:* 300 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, 2 апельсина, соль, по 1 ст. л. сливок и сахара, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Муку смешайте с яичными желтками, хорошо разотрите, положите сахар, соль, сливки, растопленное сливочное масло, залейте молоком. Отожмите сок из апельсинов и добавьте в тесто. Тщательно взбейте яичные желтки, положите их в смесь в последнюю очередь, перемешайте и выпекайте блинчики на разогретой сковороде с растопленным маргарином. Подавайте лучше охлажденными, при желании можете посыпать сахарной пудрой.

## Шоколадные

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, по 3 ст. л. какао и сахара, 1 стакан воды, 3 яйца, 4 ст. л. сливок, соль, маргарин для жарки.

*Способ приготовления.* Муку смешайте с яичными желтками, добавьте соль, сахар, сливки, охлажденное какао, приготовленное из порошка какао, молока и воды, хорошо перемешайте, а в последнюю очередь введите взбитые яичные белки. На хорошо разогретой сковородке, смазанной маргарином, выпекайте блинчики, обжаривая с обеих сторон. Подавайте со сливками, желательно в охлажденном виде.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г клубники содержится: белков – 1 г, жиров – 0,5 г, углеводов – 6 г.*

**На сухом молоке**



*Требуется:* 200 г пшеничной муки, 2,5 стакана воды, 2 яйца, 1 ст. л. сахара, 4 ст. л. сухого молока, 20 г сливочного масла, соль, 1/3 ч. л. ванилина, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.  
*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, положите сахар, соль и залейте водой. В небольшом количестве воды разведите сухое молоко, растопленное масло, все перемешайте, добавьте тщательно взбитые белки. Тонкие блинчики выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином, в готовом виде посыпьте их сахарной пудрой.

### **На сгущенном молоке**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 200 г сгущенного молока, 2 стакана воды, 3 яйца, 1/2 ст. л. сахара, соль, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, введите сахар, соль, сгущенное молоко и залейте водой. Отдельно взбейте белки и добавьте их в тесто в последнюю очередь. Все хорошо перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином. В готовом виде посыпьте сахарной пудрой. Подавайте как в горячем, так и в холодном виде.

...

### ***Пословицы и поговорки о блинах***

*В масленицу сколь бы далеко дети ни жили от родителей, в гости обязательно нагрянут.*

### **Кофейные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 2 ст. л. растворимого черного кофе, 3 яйца, 1 ст. л. сахара, соль, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, добавьте сахар, кофе, соль и залейте молоком. Отдельно взбейте белки и положите их в тесто, все хорошо перемешайте и выпекайте тонкие блинчики на разогретой сковородке, смазанной маргарином. В готовом виде посыпьте сахарной пудрой.

...

### ***Подсчитаем калории***

*В 100 г фарша из говядины содержится: белков – 21 г, жиров – 7 г, углеводов – 1 г.*

### **Сметанные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 200 г сметаны, 1 ст. л. сахара, соль, маргарин для жарки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, добавьте сахар, сметану, соль и залейте молоком. Отдельно взбейте белки и введите их в тесто в последнюю очередь. Все хорошо перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Первая ласточка весны не делает, первый блин семью не кормит. Зато стайки птички лето несут, а блины на подносе уют создают.*

### **Сливочные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 2 стакана молока, 1 стакан сливок, 3 яйца, 1 ст. л. сахара, соль, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, введите сахар, соль, сливки и залейте молоком. Отдельно взбейте белки и добавьте их в тесто в последнюю очередь. Все хорошо перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином. Подавайте к столу как в горячем, так и в холодном виде, предварительно посыпав сахарной пудрой.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Летом блины – солнышко, зимой – уголек.*

### **Лимонные**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 3 стакана молока, 3 яйца, по 1 ст. л. меда и сахара, соль, маргарин для жарки, сахарная пудра для посыпки, лимон.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, введите мед, сахар, соль и залейте молоком. Отожмите лимонный сок и добавьте его в тесто, затем положите туда взбитые в крепкую пену яичные белки. Перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином, в готовом виде посыпьте сахарной пудрой и сбрызните лимонным соком. Подавайте как горячими, так и в холодном виде.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г яблок содержится: белков – 0,3 г, жиров – 0,4 г, углеводов – 12 г, а в 100 г груш белков – 1 г, жиров – 0,4 г, углеводов – 13 г.*

### **На киселе**

*Требуется:* 250 г пшеничной муки, 1 стакан молока, 2 стакана воды, 2 яйца, пакет сухого киселя, 1 ст. л. сливок, соль, маргарин для жарки.

*Способ приготовления.* Муку разотрите с яичными желтками, положите сухой кисель, соль, сливки и залейте смесью молока и воды. Отдельно взбейте белки и добавьте их в тесто в последнюю очередь. Все хорошо перемешайте и выпекайте на разогретой сковородке, смазанной маргарином, подавайте горячими, но их вкус в охлажденном виде ничуть не ухудшится.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*У кого блины да маслице, у того и праздничек.*

### **«Сюзетт»**

*Требуется:* 350 г муки, 1,5 стакана сливок, 6 яиц, 1/3 стакана сахара, соль, апельсин, 1/2 стакана ликера.

*Способ приготовления.* Из муки, сливок, взбитых яиц, сахара и соли замесите тесто. Если оно получится слишком густым, разбавьте его водой до необходимой консистенции. На сливочном маргарине жарьте тонкие блинчики, в готовом виде сворачивайте в виде рулетов. Приготовьте смесь из апельсинового сока и ликера и полейте ею готовые блинчики. Апельсиновый сок по желанию можете добавить и в тесто.

## **Глава 14. Начинки для блинчиков**

### **Творожная**

*Требуется:* 500 г творога, по 3/4 стакана сметаны и сахара, яичный желток, соль, апельсиновая цедра, 20 г сливочного масла, 1/2 стакана изюма.

*Способ приготовления.* Творог протрите через сито, добавьте в него яичный желток, сахар, соль, нарезанную апельсиновую цедру, растопленное масло. Изюм замочите в теплой воде, затем обсушите бумажной салфеткой и вмешайте в творог. Все хорошо перемешайте.

### **Из риса с яйцами**

*Требуется:* 1,4 стакана риса, 3 яйца, 2 ст. л. сливочного масла, соль, 1/2 ч. л. перца, пучок укропа.

*Способ приготовления.* В теплой воде промойте рис, отварите его в подсоленном кипятке, откиньте на сито или дуршлаг, дайте стечь. К рису добавьте сваренные вкрутую рубленые яйца, масло,

соль, нарезанный укроп и перемешайте.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Благодарим за хлеб, за соль:*

*За щи – спляшем,*

*За блины – песенку споем,*

*А за кислое молоко подскочим высоко.*

### **Грибная**

*Требуется:* 1 кг грибов, 2 ст. л. растительного масла, луковица, 1/4 стакана сметаны, соль, черный молотый перец.

*Способ приготовления.* Грибы отварите, нарежьте ломтиками и поджарьте в масле. Затем добавьте сметану, мелко нарезанный лук, соль, накройте и тушите в течение 20 минут. Посыпьте мелко нарезанной зеленью и охладите.

### **Морковная**

*Требуется:* 1 кг моркови, 3 яйца, 40 г сливочного масла, соль, 1 ч. л. сахара.

*Способ приготовления.* Морковь нарежьте мелкими кусочками, долейте немного воды и положите 1 ст. л. масла, тушите до полной готовности. Когда она станет мягкой, охладите, порубите ножом, посолите по вкусу, прибавьте оставшееся сливочное масло, измельченные яйца и перемешайте.

...

### **Блинные советы**

*Готовое тесто для блинчиков перемешивайте всякий раз, когда собираетесь наливать тесто на сковороду, чтобы блины получались равномерными и не образовывалось осадка.*

### **Яблочная**

*Требуется:* 1 кг яблок, 1,5 стакана сахара, 1/2 лимона, 20 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Яблоки нарежьте ломтиками, пересыпьте сахаром, влейте немного воды и варите на слабом огне до тех пор, пока не получится густое варенье. Полейте сливочное масло. Выжмите лимонный сок и перемешайте его с яблочной массой.

### **Из кураги**

*Требуется:* 400 г кураги, 1/2 стакана сахара, 1/4 лимона.

*Способ приготовления.* Курагу залейте кипятком и поварите 10—15 минут на медленном огне. Откиньте на дуршлаг, полейте лимонным соком, затем разложите на тесте и посыпьте сахаром.

...

### **Подсчитаем калории**

*Блинчики, безусловно, относятся к высококалорийным блюдам. Однако это вовсе не означает, что ими следует пренебрегать, ведь это исконно русское яство является своеобразным символом достатка и душевного благосостояния. Поговорке «круглый, как блин» можно противопоставить другую – «тонкий, как блин». При помощи нехитрых изменений рецептов можно сделать блины и блинчики менее калорийными.*

### **Из соленых грибов**

*Требуется:* 1 кг соленых грибов, 40 г топленого или растительного масла, 2 луковицы, 1 ч. л. лимонного сока, 1/2 ч. л. черного молотого перца, соль.

*Способ приготовления.* Промойте соленые грибы и замочите на несколько часов в холодной воде, если их вкус того требует, затем откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Мелко порубите их и пожарьте с маслом. Отдельно поджарьте мелко нарезанный лук, смешайте его с грибами, добавьте лимонный сок и перец, перемешайте.

### **Из гречки и печени**

*Требуется:* 300 г телячьей печени, 1 стакан гречневой крупы, 3 ст. л. растительного масла, 3 яйца, 2 луковицы, соль, перец.

*Способ приготовления.* Подготовленную печень нарежьте небольшими кусочками, прожарьте на растительном масле с мелко нарезанным луком, мелко порубите, посолите и посыпьте перцем. Отдельно сварите рассыпчатую гречневую кашу и смешайте ее с печенью и вареными яйцами.

### **Орехово-медовая**

*Требуется:* 400 г орехов, 6 ст. л. меда, 1/2 лимона, 1/2 ч. л. корицы, 1/4 ч. л. ванилина.

*Способ приготовления.* Орехи пропустите через мясорубку два раза, смешайте с жидким медом, добавьте корицу и поставьте на очень медленный огонь, предварительно выжав в начинку лимонный сок. Следите, чтобы масса не начала пригорать. Когда начинка станет теплой, снимите ее с огня. Лимонную цедру измельчите, положите в начинку, тщательно перемешайте.

Ванилин положите в самом конце приготовления.

### **Малиново-творожная**

*Требуется:* 500 г творога, яйцо, по 1/2 стакана сахара и малины, 20 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Творог протрите через сито или пропустите через мясорубку, добавьте яйца, сахарный песок, растопленное масло, малину. Все хорошо перемешайте, затем откиньте творог на дуршлаг, под который поместите какую-нибудь посуду. Слегка помните творог ложкой, чтобы стекла влага.

...

#### **Блинные советы**

*Чтобы блинчики получились воздушными и легкими, вводите в тесто тщательно взбитые белки отдельно от желтков.*

### **Манная с вареньем**

*Требуется:* 200 г манной крупы, 2 стакана молока, 40 г сливочного масла, 2 ст. л. варенья, 2 ч. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Сварите густую манную кашу, затем добавьте в нее масло и варенье, хорошо перемешайте, остудите и используйте как начинку.

### **Из кураги и изюма с лимонным соком**

*Требуется:* по 200 изюма и кураги, 1/2 лимона, 1 стакан сахара.

*Способ приготовления.* Изюм и курагу промойте, залейте кипятком и дайте настояться. Затем пропустите через мясорубку и хорошо перемешайте с выжатым лимонным соком и сахаром.

...

#### **Подсчитаем калории**

*Тучным людям можно посоветовать отдавать предпочтение блинам из ржаной, ячменной, картофельной, овсяной муки. Выпечка будет менее калорийной, но ничуть не менее вкусной.*

### **Мясная**

*Требуется:* 800 г говяжьей мякоти, 3 ст. л. растительного масла, 30 г сливочного масла, 3 яйца, 2 луковицы, соль, перец, по 1 пучку петрушки и укропа.

*Способ приготовления.* Пропустите через мясорубку сырое мясо, поджарьте его на сковороде с растительным маслом и снова

пропустите через мясорубку. Отдельно пожарьте мелко нарезанный лук и смешайте его с мясом, добавьте рубленые яйца, соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки и укропа. Для начинки из вареной говядины нарежьте отварное мясо маленькими кусочками, пропустите через мясорубку и поджарьте в масле с мелко нарезанным луком. После этого добавьте в начинку рубленые яйца, соль, перец, укроп, сливочное масло, пару ложек мясного бульона.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Солнце на лето – зима на мороз. Блинчик на счастье – икринка на рост.*

### **Овощная**

*Требуется:* по 200 г квашеной капусты и моркови, луковица, 50 г сухих грибов, 60 г сливочного масла, соль, перец, пучок зелени.  
*Способ приготовления.* Капусту промойте, ошпарьте кипятком, мелко порубите, добавьте растопленное сливочное масло и тушите под крышкой до мягкости. Отдельно поджарьте на масле морковь, нарезанную кусочками, предварительно замоченные грибы и мелко порубленный лук, затем все соедините и тушите вместе до готовности. Посолите и поперчите, добавьте зелень.

### **Ягодная**

*Требуется:* 300 г земляники, по 1 стакану смородины и сахара, 1 ст. л. крахмала.  
*Способ приготовления.* Смородину пропустите через мясорубку или разомните деревянным пестиком. Смешайте с земляникой и сахаром и поварите на медленном огне примерно 30 минут. Остудите, затем растворите в варенье крахмал и на слабом огне доведите до кипения, но не кипятите. Снова остудите и используйте в качестве начинки.

...

### **Блинные советы**

*Если блинчики из пресного теста будут рваться при снятии со сковородки, значит, в тесто необходимо добавить сырое яйцо.*

### **Сливовая**

*Требуется:* 500 г сливы, 1 стакан сахара, 1 ст. л. крахмала, 1/3 лимона.  
*Способ приготовления.* Сливы пропустите через мясорубку и

засыпьте сахаром. Отожмите в них лимонный сок, поставьте на медленный огонь и варите в течение полчаса. Затем слегка остудите и размешайте крахмал, вновь поставьте на медленный огонь и варите несколько минут.

### **Абрикосовая**

*Требуется:* 500 г абрикосов, 1/2 лимона, 1 стакан сахара, 1/2 стакана изюма. *Способ приготовления.* Абрикосы пропустите через мясорубку. Изюм замочите в горячей воде, затем добавьте в абрикосовую смесь. Отожмите в нее лимонный сок, положите сахар, все хорошо перемешайте и поставьте на медленный огонь примерно на полчаса.

### **Вишневая**

*Требуется:* 500 г вишни, 2 стакана сахара, 3 ст. л. желатина. *Способ приготовления.* Из вишни удалите косточки и засыпьте ее сахаром. Отдельно замочите желатин, а затем введите его в общую смесь. Поставьте на медленный огонь и держите там до тех пор, пока сок не начнет закипать. Снимите с огня и остудите. Приготовленную таким образом начинку используйте только для холодных блинчиков. Когда вы завернете блинчики конвертами, положите их в холодное место.

### **Грушевая**

*Требуется:* 1 кг груш, 1/2 лимона или 1/2 ч. л. лимонной кислоты, 2 стакана сахара, 3 сливы. *Способ приготовления.* Груши пропустите через мясорубку вместе со сливой, перемешайте, засыпьте сахаром и добавьте лимонный сок. Смесь поставьте на огонь и варите до тех пор, пока она не загустеет.

...

### **Блинные советы**

*Прежде чем жарить блины, протрите сковороду солью, тогда можно не бояться, что первый блин выйдет комом.*

### **Из джема и яблок**

*Требуется:* 500 г яблок, 4 ст. л. любого джема, по 1 ч. л. сахара, корицы и коньяка, 1/2 ч. л. крахмала, 1 ст. л. манки. *Способ приготовления.* Яблоки очистите от кожицы, порежьте ломтиками, залейте небольшим количеством воды, накройте



крышкой и варите на медленном огне до тех пор, пока они не начнут развариваться. Слейте жидкость и разомните яблоки деревянным пестиком или протрите через сито. Залейте отваром, в котором они варились, добавьте манку, корицу, сахар и крахмал, поставьте на медленный огонь и варите несколько минут. Остывшую смесь тщательно размешайте с коньяком и джемом.

### **Из гречневой крупы с говяжьим фаршем**

*Требуется:* 500 г фарша, 2 стакана гречневой крупы, луковица, 50 г сливочного масла, соль.

*Способ приготовления.* На сливочном масле поджарьте фарш вместе с луком. Гречневую крупу прокалите на сковороде до золотистого цвета, положите в кипящую подсоленную воду. После закипания накройте крышкой, варите кашу на медленном огне примерно 25 минут. Готовую, снимите с огня, добавьте сливочное масло и закутайте теплым одеялом. Примерно через 30 минут смешайте кашу с фаршем.

### **Пшенная**

*Требуется:* 1,5 стакана пшенной крупы, 50 г сливочного масла, соль, 4 ст. л. сахара, 1/2 л молока, 1 стакан изюма.

*Способ приготовления.* Промойте пшенную крупу и положите в закипающую подсоленную воду. Варите 10 минут, затем слейте жидкость, добавьте молоко, соль и сахар и варите еще 10 минут. Промытый изюм замочите в горячей воде, затем положите в горячую кашу вместе с маслом.

### **Пшенно-тыквенная**

*Требуется:* по 1 стакану пшенной крупы и сахара, 1/2 л молока, 200 г тыквы, 40 г сливочного масла, 100 кураги.

*Способ приготовления.* Тыкву порежьте небольшими кусочками, залейте водой и потушите до полуготовности. Добавьте горячее молоко, доведите до кипения, а затем всыпьте промытую пшенную крупу и сахар. Кашу варите 20 минут на медленном огне под крышкой. Затем добавьте в нее предварительно замоченную и отжатую курагу, нарезанную мелкими кусочками, и сливочное масло.

...

### **Блинные советы**

*В процессе жарки тесто для блинчиков может загустеть. В этом случае нужно просто долить немного кипяченой воды и тщательно размешать – тогда блинчики вновь будут иметь нужную толщину.*

### **Ореховая**

*Требуется:* 300 г орехов, 250 г сметаны, 1/2 л молока, 150 г сахара, 3 яйца, 1 ст. л. желатина, 1 ч. л. ванильного сахара, 200 г изюма.

*Способ приготовления.* Желатин замочите в холодной воде. Разотрите яйца с сахаром, постепенно влейте подогретое молоко, нагрейте на слабом огне до загустения. Добавьте желатин и ванильный сахар. Поместите в холодное место, но не замораживайте. Отдельно взбейте сметану, положите мелко нарезанные или пропущенные через мясорубку орехи, смешайте все вместе и поставьте ее на некоторое время в холодильник.

### **Картофельная**

*Требуется:* 400 г картофеля, 2 луковицы, 50 г сухих грибов, 40 г сливочного масла, по пучку петрушки и укропа, соль, перец.

*Способ приготовления.* Картофель очистите, отварите в подсоленной воде, разомните деревянной скалкой, прибавьте немного горячей воды, масло, соль и перец. Отдельно поджарьте мелко порезанный лук и предварительно замоченные сухие грибы, добавьте их в картофель вместе с мелко порубленной зеленью.

### **Яблочно-коньячная**

*Требуется:* 500 г яблок, по 1 ст. л. коньяка и сахара, яйцо, 1/2 стакана сухого белого вина, 3 белка, 3 ст. л. манки.

*Способ приготовления.* Яблоки очистите и нарежьте тонкими ломтиками или натрите на очень крупной терке. В яблочную массу добавьте вино, смешанное с коньяком, а затем поставьте на медленный огонь и доведите до кипения, варите до тех пор, пока они не станут мягкими. Протрите их через мелкое сито, всыпьте сахар, положите один яичный белок и взбивайте в течение нескольких минут миксером или венчиком до образования густой пенообразной массы. Из оставшихся белков взбейте пену и вмешайте ее в яблочную пену, после чего взбивайте все вместе до плотной густоты.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Лук чистить – слезами обливаться, блины есть – глазами улыбаться.*

### **Желтковая**

*Требуется:* 3 желтка, 1 ст. л. муки, по 50 г сливочного масла и сахара, 1—2 ч. л. корицы.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, добавьте растопленное сливочное масло, сахар и корицу, все хорошо размешайте. Эту начинку используйте для холодных блинов, которые затем следует запекать в духовом шкафу.

### **С маком**

*Требуется:* 2 стакана мака, 3 ст. л. жидкого меда, 1 стакан сахара, 20 г сливочного масла, 100 г изюма, яйцо.

*Способ приготовления.* Мак ошпарьте горячей водой, промойте и пропустите через мясорубку. Разотрите масло с сахаром, добавьте мед, изюм и тщательно размешайте, после чего смешайте массу с маком.

...

### **Блинные советы**

*Чтобы блины хорошо снимались со сковороды, налейте на нее немного масла, насыпьте крупной соли, прокалите на огне, а затем остывшую сковородку протрите чистой тканью. После этого можете без опасений жарить блины.*

### **Творожная**

*Требуется:* 300 г творога, 2 ст. л. сметаны, 2 яйца, 1 ст. л. сахара, по 1 ч. л. муки и ванильного сахара, соль.

*Способ приготовления.* Творог пропустите через мелкое сито или через мясорубку, смешайте со сметаной, добавьте сахар, муку, соль, ванильный сахар. Взбейте яйца и введите в общую смесь. Используйте начинку для остывших блинчиков, а затем запекайте их в духовке.

### **Творожная с изюмом**

*Требуется:* 600 г творога, по 1/2 стакана сметаны и изюма, 3/4 стакана сахара, 3 яйца, соль, 1 ч. л. ванилина.

*Способ приготовления.* Творог пропустите через мясорубку, смешайте со сметаной, добавьте сахар, соль, ванилин. Взбейте яйца, введите их в общую смесь. Изюм замочите на несколько часов, затем обсушите и положите в общую смесь. Все хорошо перемешайте.

...

### **Подсчитаем калории**

*Часто для выпекания блинов расходуется очень много*

масла, хотя можно было бы обойтись значительно меньшим его количеством. Лишний жир превращает выпечку в трудно переваримое блюдо. Постоянно подливая масло на сковороду из бутылки, некоторые хозяйки, сами того не желая, повышают калорийность блюда, что, в общем-то, никому не нужно. Чтобы контролировать расход масла, сделайте помазок и смазывайте им сковородку, а не поливайте ее жиром. Для смазывания подойдет чистый кусочек губки, привязанный к чему-нибудь, выполняющему роль ручки, например к обычной ложке или вилке.

### **Из готового яблочного повидла**

*Требуется:* 700 г яблочного повидла, 1 ч. л. корицы, 20 г сливочного масла, 2 ст. л. сахарной пудры.

*Способ приготовления.* В яблочное повидло добавьте корицу, сахарную пудру и растопленное сливочное масло. Если смесь получится слишком жидкой, загустите ее с помощью небольшого количества муки или крахмала. При желании можете ввести немного выжатого лимонного сока или лимонной кислоты.

### **Из ревеня**

*Требуется:* 500 г ревеня, яйцо, 100 г сметаны, ванилин, 1 стакан сахара, 1/2 апельсина.

*Способ приготовления.* Очистите ревень от кожицы, нарежьте мелкими кусочками, посыпьте сахаром и оставьте на некоторое время, чтобы он пропитался. Образовавшийся сок слейте, добавьте сметану и взбитые яйца, поставьте на медленный огонь и поварите примерно 20 минут. Затем всыпьте ванилин и мелко

порезанную апельсиновую цедру.

### **Острая**

*Требуется:* 1/2 кг любых свежих грибов, луковица, 2 баклажана, 40 г растительного масла, по пучку петрушки и укропа, соль, черный молотый перец, аджика, уксус или лимонная кислота, 2 ст. л. томатного соуса.

*Способ приготовления.* Свежие грибы слегка отварите в кипящей подсоленной воде, затем измельчите ножом. Мелко порежьте луковицу или пропустите ее через мясорубку, смешайте с грибным фаршем. Баклажаны залейте соленым кипятком и дайте настояться в течение нескольких минут. Затем очистите от кожицы, мелко нарежьте и смешайте с грибным фаршем. На разогретом растительном масле обжарьте овощную смесь до полной готовности. За несколько минут до снятия с огня введите соль, перец, разведенный уксус или лимонную кислоту, аджику, мелко порубленную зелень и томатный соус, хорошо перемешайте. Фарш используйте в остывшем виде.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Первый блин всегда комом.*

### **Луковая**

*Требуется:* 4 луковицы, яйцо, 1 ст. л. уксуса, аджика, по пучку петрушки, укропа и зеленого лука, по 1 ч. л. растительного масла и сахара, 3 ст. л. майонеза, соль, черный молотый перец, 1/2 ч. л. шафрана, яблоко.

*Способ приготовления.* Луковицы залейте крутым кипятком и выдержите в течение 20 минут, затем порежьте кольцами. Измельчите большое кислое яблоко или пропустите его через мясорубку и смешайте с луком. Приготовьте острую заливку смесь, смешав уксусный водный раствор с растительным маслом, майонезом, аджикой, солью и сахаром, перцем и шафраном. Полученной смесью залейте начинку. Измельчите петрушку, укроп и лук, добавьте зелень в общую смесь.

### **Из говяжьей печени**

*Требуется:* 300 г печени, 3 яйца, 200 г сметаны, соль, черный молотый перец, по пучку петрушки и укропа, 1 ч. л. майорана, 1/2 ч. л. шалфея, 2 луковицы, 30 г сливочного или топленого масла.

*Способ приготовления.* Печень отварите в кипящей подсоленной воде. Пропустите ее через мясорубку или натрите на мелкой терке в остывшем виде. Измельчите лук, вареные яйца, добавьте к

печени, залейте смесь сметаной и положите специи. Посолите и потушите на медленном огне примерно 20 минут. Растопите масло и введите его в приготовленный паштет.

...

### **Блинные советы**

*Все продукты, используемые для дрожжевого теста, должны быть комнатной температуры, поэтому нужно заранее вынимать их из холодильника.*

### **Паштет из печени трески**

*Требуется:* 1 банка консервированной печени трески, головка чеснока, по 2 яйца и моркови, луковица, соленый огурец, 1/2 банки зеленого горошка, 2 ст. л. сметаны, соль, перец, по пучку петрушки и укропа.

*Способ приготовления.* Печень трески тщательно измельчите с помощью вилки или разомните ее скалкой. Чеснок пропустите через чеснокодавилку, посолите. Отваренные вкрутую яйца мелко порубите, желтки разотрите с солью и смешайте все с чесноком. Отварите морковь до мягкости и натрите ее на мелкой терке. Зеленый горошек протрите через сито, соленый огурец и лук мелко нарежьте или пропустите через мясорубку. Все компоненты смешайте между собой, посолите и поперчите, заправьте сметаной и используйте в качестве начинки.

...

### **Подсчитаем калории**

*Одна французская актриса играла роль в спектакле и по сценарию должна была есть на сцене блинчики. Спектакль пользовался успехом, постоянные аншлаги вынуждали организаторов повторять его вновь и вновь. Актриса обратилась к своему повару с горячими просьбами, чтобы он помог ее беде – ведь от чрезмерного употребления блинчиков она могла располнеть! Повар вник в проблему и создал рецепт блинчиков, значительно менее калорийных, чем обычные, но очень вкусных, пожалуй, даже превосходивших прежние. Он включил в рецепт ликер и апельсиновый сок, а назвали шедевр кулинарного искусства – блинчики «Сюзетт», по имени той актрисы, ради которой они и были придуманы.*

### **Рыбная с гречневой кашей**

*Требуется:* 400 г любой рыбы, 1/2 стакана гречневой крупы, 2 ст. л. сметаны, соль, 2 яйца, 30 г топленого масла.

*Способ приготовления.* Сварите кашу из гречневой крупы,

положите в нее сметану и масло. Любую крупную некостистую рыбу разделайте на филе. Порежьте его мелкими кусочками, залейте водой и тушите на медленном огне до готовности, затем добавьте гречневую кашу, накройте и оставьте тушиться еще 40 минут. Укутайте в теплое одеяло и оставьте примерно на полчаса. После этого положите в начинку рубленые вареные яйца, посолите, тщательно перемешайте.

### **Из фасоли**

*Требуется:* 1 стакан фасоли, луковица, соленый огурец, яйцо, 1 ст. л. растительного масла, пучок зеленого лука, соль и перец.

*Способ приготовления.* Фасоль замочите на ночь, на следующий день отварите в подсоленной воде до полной готовности, после чего слейте отвар и протрите фасоль через сито или пропустите через мясорубку. Мелко нарежьте или натрите на терке соленый огурец, вареное яйцо порубите, добавьте к фасоли. Все хорошо перемешайте, полейте растительным маслом, положите измельченный зеленый лук, посолите и поперчите.

...

#### **Блинные советы**

*Чтобы тесто для блинов не закисало, нужно поставить посуду с ним в холодную воду или на лед – это замедлит брожение.*

### **Из помидоров с яйцами**

*Требуется:* по 2 помидора и луковицы, 3 яйца, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сметаны, соль, перец.

*Способ приготовления.* Лук и помидоры нарежьте кружочками. В разогретом растительном масле обжарьте лук, посолите и тушите несколько минут на медленном огне. Затем остудите его и смешайте с помидорами. Вареные яйца нарежьте кружочками, добавьте их в общую смесь, положите сметану, посолите и поперчите.

### **Из рыбного паштета**

*Требуется:* 300 г палтуса, яйцо, луковица, 2 ст. л. растительного масла, соль, черный молотый перец, бульонный кубик, по пучку петрушки, укропа и зеленого лука.

*Способ приготовления.* Рыбу разделайте на филе и пропустите через мясорубку два раза. Лук тоже пропустите через мясорубку и смешайте с рыбным фаршем. Посолите и поперчите, добавьте растительное масло, растолченный бульонный кубик, подлейте



немного воды, хорошо перемешайте, переложите в сотейник и поставьте на медленный огонь. Масса должна готовиться примерно 40 минут, следите, чтобы вода не испарилась, регулярно ее доливайте. Рыбный фарш остудите и добавьте сваренное вкрутую рубленое яйцо. Посолите и поперчите.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Как на масляной неделе*

*Из печи блины летели.*

### **Свекольная**

*Требуется:* свекла, 1 ст. л. растительного масла, луковица, 1/2 ч. л. семени укропа, соль, пучок зеленого лука, 50 г грецких орехов.

*Способ приготовления.* Некрупную свеклу отварите до готовности, натрите на крупной терке, добавьте соль, семя укропа. Мелко нарежьте луковицу. Грецкие орехи измельчите, вмешайте в свеклу, полейте ее растительным маслом и все тщательно перемешайте.

### **Из трески**

*Требуется:* 300 г трески, 200 г соленой кильки или салаки, 2 луковицы, перец, яйцо, 3 болгарских перца, соль.

*Способ приготовления.* Измельчите филе соленой кильки или салакипряного посола. Лук пропустите через мясорубку вместе с болгарским перцем, смешайте с рыбой, все поперчите и заправьте сырым взбитым яйцом. Используйте начинку для блинчиков, которые затем запечете в духовом шкафу.

...

### **Блинные советы**

*Вместо дрожжей для блинного теста можно использовать пиво.*

### **Из плавленого сыра**

*Требуется:* 2 стакана пшеничной муки, яйцо, 1/2 стакана воды, соль, соленая сельдь, плавленый сырок, 2 моркови, 100 г сливочного масла, 3 ст. л. томатного соуса или кетчупа.

*Способ приготовления.* Отварите морковь и натрите ее на мелкой терке. Разотрите с плавленым сырком. Сельдь проверните через мясорубку, предварительно разделав на филе, и смешайте с морковью и сыром. Все тщательно перемешайте с размягченным сливочным маслом и острым томатным соусом.

### **Куриный фарш**

*Требуется:* курица, аджика, 2 ст. л. томатной пасты, луковица, 40 г сливочного масла, соль, перец.

*Способ приготовления.* Курицу отварите в подсоленной воде, отделите от костей мясо и пропустите через мясорубку. Отдельно поджарьте на сливочном масле измельченную луковицу, добавьте ее в фарш, затем положите аджику и томатный соус, посолите, поперчите, все хорошо размешайте и используйте для начинки блинчиков.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Весна красна блинами, а осень грибами.*

### **Из риса и сыра**

*Требуется:* 1 стакан риса, 100 г сыра, 20 г сливочного масла, соль, перец.

*Способ приготовления.* Рис отварите в подсоленной воде, добавьте в него соль и перец, сливочное масло и тщательно все перемешайте. Сыр твердых сортов натрите на мелкой терке, предварительно подержав его морозильнике, добавьте в горячий рис и тщательно перемешайте.

### **С картофелем и томатом**

*Требуется:* 300 г картофеля, по 3 ст. л. томатной пасты и растительного масла, 2 луковицы, соль, перец.

*Способ приготовления.* Картофель нарежьте тонкими ломтиками, залейте водой и, добавив растительное масло, варите до готовности на медленном огне. Затем воду слейте (ее можно использовать для супа), добавьте мелко нарезанный жареный лук и томатную пасту, посолите и поперчите.

...

### **Блинные советы**

*Нужно заранее позаботиться о том, чтобы под рукой имелся помазок для смазывания сковороды. В качестве помазка может быть использована обыкновенная картофелина, наколотая на вилку.*

### **Из тыквы с медом**

*Требуется:* 300 г тыквы, 3 ст. л. меда, 40 г сливочного или топленого масла, 2 яйца, 1 ч. л. сметаны, 1 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Тыкву нарежьте тонкими ломтиками,

залейте небольшим количеством воды и, добавив масло и сахар, варите до готовности на медленном огне. Затем воду слейте (ее можно использовать для приготовления сладкого супа), тыкву протрите через мелкое сито, добавьте мед, сметану и сырые яйца, все тщательно перемешайте. Начинку используйте для охлажденных блинчиков, затем запекайте их в духовом шкафу.

### **Из рубленых яиц с рыбой**

*Требуется:* 400 г рыбы, по 3 ст. л. томатной пасты и растительного масла, 2 луковицы, 3 яйца, соль, перец, по пучку петрушки, зеленого лука и укропа.

*Способ приготовления.* Рыбу разделайте на филе и порежьте его на мелкие кусочки, потушите их в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, мелко нарезанного лука и томатной пасты. Слейте воду, посолите, поперчите, добавьте рубленые яйца и мелко нарезанную зелень. Начинку можно использовать как для горячих, так и для охлажденных блинчиков, приготовленных для запекания.

### **Из огурцов с морковью**

*Требуется:* по 500 г соленых огурцов и моркови, 2 ст. л. томатного соуса, аджика, соль, перец, 2 ст. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Соленые огурцы средних размеров порежьте на мелкие кусочки. Морковь также порежьте на небольшие кусочки или натрите на терке, смешайте с огурцами. Добавьте растительное масло и аджику, немного воды и тушите под крышкой до того момента, когда смесь будет напоминать икру. В конце приготовления положите томатный соус и перец, все тщательно перемешайте.

## **Глава 15. Блинчатые пироги и блинницы**

### **Блинчатый пирог «Русское поле»**

*Требуется:* 300 г дрожжей, 4 яйца, 5 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла или маргарина, 1 ч. л. пищевой соды, 1500 г муки, 1,5 л молока, соль.

*Для начинки:* 1500 г творога, 100 г сахара, 2 яйца, 1 стакан сметаны.

*Способ приготовления.* Разделите молоко на три части, одну слегка подогрейте, но не доводите до кипения. Растворите дрожжи в теплом молоке, добавьте 1 ст. л. сахара. Всыпьте 1/2 стакана муки и размешайте. Закройте полотенцем и оставьте на некоторое

время в теплом месте.

Через некоторое время опара начнет подниматься. Обомните ее и оставьте снова в тепле. Взбейте яйца миксером или венчиком, в полученную массу введите сахар, соль и взбивайте до густой пены. Опору соедините с яичной массой, всыпьте приготовленную муку. Перемешайте, чтобы не было комков. Добавьте в тесто масло и снова поставьте в тепло, накрыв полотенцем. Когда тесто подойдет, влейте горячее молоко, положите соду, все как следует перемешайте и выпекайте блины. После каждого блина сковороду смазывайте растительным или сливочным маслом.

Для начинки смешайте творог с сахаром, добавьте взбитые яйца. Все как следует перемешайте, введите 1/2 стакана сметаны. Смажьте форму маслом и обсыпьте сухарями. В качестве формы можно использовать любую эмалированную посуду. Выкладывайте в нее блины слоями, смазывая каждый блин с обеих сторон начинкой. На приготовление одного пирога нужно примерно 5—6 блинов. Сверху смажьте пирог яичным белком и сметаной. Сбрызните верх пирога растительным маслом и поставьте в духовку примерно на 10—15 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и подавайте к столу.

...

#### **Блинные советы**

*Вкус блинчатого пирога, или блинницы напрямую зависит от самих блинов и от начинки, из которых, собственно, и состоит все блюдо. Именно поэтому важно с особенным вниманием относиться к выпечке блинов, стараться, чтобы они были как можно более воздушными и легкими.*

#### **«Вишенка»**

*Требуется:* 250 г муки, 4 яйца, 2,5 стакана молока, по 2 ст. л. сливочного и топленого масла, 1/2 стакана сметаны, соль.

*Для начинки:* 500 г свежих вишен, 1/2 стакана сахара.

*Способ приготовления.* В половину стакана молока выложите 3 желтка, сахар, соль и все как следует перемешайте. Введите муку, сливочное масло и как следует вымесите тесто. Масса должна получиться гладкой, без комков. Разведите тесто молоком и добавьте взбитые белки. Смажьте сковороду маслом и выпекайте блинчики.

Для начинки из вишни удалите косточки. Добавьте сахар и перемешайте. Форму для выпечки блинчатого пирога смажьте маслом, обсыпьте сухарями. Выкладывайте блинчики слоями, перекладывая каждый слой начинкой. Сверху пирог смажьте взбитый яйцом, полейте сметаной и выпекайте в разогретой духовке примерно 10—15 минут. Готовый пирог опрокиньте на

блюдо, порежьте на кусочки и подавайте к столу.

### «Овощной»

*Требуется:* 1000 г муки, 2 яйца, по 2 ст. л. сахара, уксуса и растительного масла, 1000 г тыквы, соль. 1/2 ч. л. соды

*Для начинки:* 1000 г моркови, по 1/2 стакана сахара и сметаны.

*Способ приготовления.* Тыкву нарежьте на кусочки и сварите в небольшом количестве воды, пропустите через мясорубку. В горячее тыквенное пюре добавьте яйца, соль, уксус. Все как следует перемешайте, всыпьте муку, соду и вымесите тесто. Выпекайте блинчики на разогретой сковороде на растительном масле. Сковороду смазывайте после каждого блинчика.

Для начинки морковь натрите на терке, добавьте сахар и все как следует перемешайте. Смажьте форму маслом, обсыпьте сухарями и выкладывайте блинчики слоями. Каждый слой перекладывайте начинкой. Сверху пирог смажьте взбитым яйцом и полейте сметаной. Поставьте в разогретую духовку и выпекайте примерно 20 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и порежьте на кусочки.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г блинов из пшеничной муки высшего сорта содержится: белков – 11 г, жиров – 1 г, углеводов – 71 г.*

### «Яблочно-сливовый»

*Требуется:* 500 г муки, 2 стакана воды или молока, 2 яйца, 40 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара, 25 г дрожжей, 5 яблок, 1/2 стакана сметаны, соль.

*Для начинки:* 500 г свежих слив, 3 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи в теплой воде или в молоке. В полученную смесь добавьте масло, яйца, соль, сахар. Как следует перемешайте, всыпьте муку. Замесите тесто, накройте полотенцем и поставьте в тепло.

Яблоки очистите от кожицы, натрите на терке и положите в поднявшееся тесто. Как следует перемешайте. Выпекайте блинчики на разогретой сковороде в растительном масле, каждый раз смазывая сковороду. Тесто берите ложкой, предварительно смоченной водой.

Для начинки сливы без косточек разомните так, чтобы получилась однородная масса. Добавьте сахар и все как следует перемешайте. Смажьте форму маслом, обсыпьте сухарями. Выкладывайте готовые блинчики в нее слоями, каждый слой перекладывайте

начинкой. Выпекайте блинчатый пирог в разогретой духовке примерно 5—8 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и порежьте на кусочки.

### «Деревенский»

*Требуется:* по 300 г пшена и гречневой муки, 4 ст. л. растительного масла, 2 яйца, 3 ст. л. сахара, 1 стакан сметаны, 2 стакана молока, 15 г дрожжей, 30 г сливочного масла, соль.

*Для начинки:* 300 г творога, 4 ст. л. сметаны, 2 ст. л. сахара, 2 яйца.

*Способ приготовления.* Сварите пшенную кашу. Когда каша остынет, протрите ее через сито. В высокую посуду влейте 1/2 стакана молока, добавьте 15 г сливочного масла. Поставьте на медленный огонь и доведите до кипения при непрерывном помешивании. Всыпьте стакан гречневой муки, заварите густое тесто и оставьте его на некоторое время, чтобы оно остыло. Разведите в теплой воде дрожжи, размешайте и влейте в тесто, когда оно остынет до комнатной температуры. Оставьте тесто в тепле, чтобы оно подошло. Добавьте в него протертую кашу, муку, желтки, смешанные с сахаром. Посолите и влейте теплое молоко. Все как следует размешайте, накройте полотенцем и поставьте в тепло, чтобы оно подошло. Затем введите взбитые белки. Еще раз все перемешайте и выпекайте блины на разогретой сковороде в растительном масле.

Для начинки смешайте творог с сахаром, добавьте яйца и сметану. Форму для выпечки смажьте маслом и обсыпьте сухарями. Выкладывайте блины слоями, каждый слой перекладывайте творожной начинкой. Выпекайте блинчатый пирог в разогретой духовке примерно 10 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и подавайте к столу.

...

#### **Блинные советы**

*Чтобы блинница получилась вкусной, нежелательно печь для нее очень толстые блины. Это помешает им пропитаться начинкой, и вкус блинницы обязательно окажется не самым лучшим. Соответственно, выпекайте относительно тонкие блины или блинчики.*

### «Медовый»

*Требуется:* 500 г муки, 3 стакана воды, 3 яйца, 1 ст. л. сахара, соль, сода, лимонная кислота.

*Для начинки:* по 1/2 стакана меда, грецких орехов и тертой лимонной цедры.

*Способ приготовления.* Взбейте яйца, залейте их теплой водой,

добавьте соль, соду, сахар. Все как следует перемешайте и всыпьте муку. Тесто должно получиться без комков. Разведите лимонную кислоту в стакане воду, влейте в тесто. Все размешайте и выпекайте блины на разогретой сковородке на растительном или сливочном масле.

Для начинки измельчите грецкие орехи, смешайте их с натертой цедрой лимона и медом. Форму для выпекания смажьте маслом и выкладывайте блины слоями. Каждый слой перекладывайте начинкой. Поставьте в разогретую духовку и выпекайте примерно 10 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо, дайте остыть, разрежьте на кусочки и подавайте к столу.

### «Куриный»

*Требуется:* 1 л молока, 250 г дрожжей, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, 4 стакана муки, сода, соль.

*Для начинки:* 400 г куриного мяса, 2 яйца, соль, лук, перец, 1/2 стакана сметаны.

*Способ приготовления.* Молоко слегка подогрейте, но до кипения не доводите. Растворите в нем дрожжи, добавьте стакан муки, хорошо размешайте, чтобы тесто было гладким. Закройте полотенцем и поставьте в тепло на несколько минут.

Яйца взбейте, введите в муку. Все как следует перемешайте и положите в приготовленную ранее массу. Замесите тесто и поставьте в тепло на несколько минут для подъема. Когда тесто подойдет, влейте масло, 1/2 стакана кипятка, всыпьте соду, перемешайте и выпекайте блины на разогретой сковородке в растительном масле. Готовые блины складывайте стопкой и смазывайте топленым маслом.

Для начинки сварите курное мясо, нарежьте на мелкие кусочки. Мелко нарежьте лук, смешайте с мясом и обжарьте в течение 2—3 минут на растительном масле. Форму для смажьте маслом, выложите готовые блины слоями, перекладывая начинкой. Сверху полейте сметаной, смажьте яйцом и выпекайте в духовке 10—15 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и порежьте.

...

### **О блинах**

*«Как, однако, много подают в русских ресторанах! – подумал француз, глядя, как сосед поливает свои блины горячим маслом. – Пять блинов! Разве один человек может съесть так много теста?»*

*А.П. Чехов. «Глупый француз»*

### «Десертный»

*Требуется:* 800 г муки, 4 яйца, 400 г маргарина или сливочного масла, 3 стакана молока, соль.

*Для начинки:* 1/2 стакана сахара, 6 желтков, 1 стакан сметаны, 100 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Разотрите желтки с мукой, добавьте молоко, соль, масло. Как следует размешайте приготовленную массу, выпекайте блинчики на разогретой сковороде в растительном или сливочном масле. Блинчики должны получиться очень тонкие, поэтому каждый раз следует брать совсем немного теста.

Для начинки разотрите желтки с сахаром, добавьте сметану и взбивайте смесь миксером или венчиком до тех пор, пока она не загустеет. Смажьте маслом форму или сковороду, обсыпьте сухарями и выложите блинчики слоями, каждый слой смажьте начинкой. Сверху смажьте маслом и запекайте в духовке в течение 10 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и подавайте к столу.

...



### **Русские традиции**

*По вкусу блины очень напоминают хлеб, к которому в России издавна относились с большим почетом. Считалось, что если хлеба в досталь, то никто не будет страдать от голода. Именно поэтому краюшка хлеба и блины на столе символизировали собой изобилие, достаток, соответственно, и счастье семьи.*

#### **«Летний»**

*Требуется:* 4 помидора, яйцо, 1/2 стакана молока, 2 стакана муки, соль.

*Для начинки:* 1/2 стакана сметаны, укроп, петрушка, по 3 помидора и огурца, соль.

*Способ приготовления.* Нарезьте помидоры на кусочки и сварите до мягкости. Посолите и протрите их через сито. Добавьте молоко, яйцо, муку. Все как следует перемешайте, посолите и выпекайте блинчики из полученного теста на разогретой сковороде на сливочном или растительном масле. Готовые блинчики выкладывайте на блюдо слоями.

*Для начинки* мелко нарежьте помидоры и огурцы, посолите, заправьте сметаной. Добавьте зелень укропа и петрушки. Каждый слой блинницы смазывайте сметаной и перекладывайте начинкой. Сверху блинницу посыпьте зеленью и подавайте с столу.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г сливочного масла содержится 0,7 г белка, 84 г жиров, 0,7 г углеводов. А в 100 г сливок 10%-ной жирности – 3 г белков, 10 г жиров, 4 г углеводов.*

#### **«Маннй»**

*Требуется:* 200 г манной каши, 3 стакана молока, 2 ст. л. сливочного масла, 4 яйца, 3 ст. л. сахара, 200 г муки, соль.

*Для начинки:* 1/2 стакана варенья, 4 ст. л. кислого молока.

*Способ приготовления.* Сварите манную кашу, добавьте сливочное масло. Разведите муку теплым молоком, положите остывшую манную кашу, посолите. Все как следует перемешайте, затем введите 2 желтка, сахар и 4 взбитых белка. Полученную массу перемешайте и выпекайте на разогретой сковороде в сливочном масле.

*Готовые блинчики* выкладывайте на блюдо слоями. Каждый слой смазывайте вареньем. Сверху блинницу смажьте кислым молоком и подавайте к столу.

## «Молочный»

*Требуется:* 500 г овсяной каши, 45 г сливочного масла, 1/2 л молока, 2 ч. л. сахара, яйцо, соль, 1 стакан густой сметаны.

*Способ приготовления.* Готовую овсяную кашу протрите через сито. Добавьте в кашу соль, сахар, яйцо, как следует перемешайте и выпекайте блинчики на раскаленной сковороде в сливочном масле. Готовые блинчики выкладывайте на блюдо слоями, смазывая каждый густой сметаной. Сверху блинницу посыпьте зеленью и подавайте к столу.

...

### **Блинные советы**

*Если тесто для блинов приготовлено с большим количеством сахара, начинку делайте по возможности более пресной. Излишки сахара в тесте и в начинке приводят к тому, что снижаются вкусовые качества блюда в целом. Впрочем, если гости – большие любители сладкого, вполне можно сделать блинчатый пирог, похожий на настоящий торт с кремом. Но в этом случае теряется самобытность старинного русского блюда – блинницы или блинчатого пирога.*

## Блинница «Гороховая»

*Требуется:* по 2 стакана гороховой муки и молока, 1 стакан пшеничной муки, соль, 40 г дрожжей, 1/2 стакана растительного масла, 0,5 л воды.

*Для начинки:* 1 стакан густой сметаны, 2 яйца, соль.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи в теплой воде, добавьте гороховую муку и все как следует перемешайте. Оставьте тесто примерно на час, потом введите теплое молоко, пшеничную муку. Замесите тесто, накройте его полотенцем и оставьте в тепле примерно на час. Выпекайте блинчики на разогретой сковороде в сливочном или растительном масле.

*Для начинки* взбейте яйца, добавьте соль, сметану и все хорошо перемешайте. Готовые блинчики выкладывайте слоями в форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями. Каждый слой смазывайте начинкой. Поставьте форму в духовку и выпекайте примерно 8—10 минут. Готовую блинницу опрокиньте на блюдо, остудите и порежьте на кусочки. Посыпьте зеленью и подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*Блины, как и хлеб, были на столе русского человека как в будни, так и в праздники. Блины могли соперничать с любым другим изысканным кушаньем.*

*Именно поэтому они, как и некоторые другие традиционно русские блюда, очень популярны и до сих пор.*

### **Пшеничная**

*Требуется:* 750 г пшеничной муки, 4 яйца, 300 г сливочного масла, 3 стакана молока, 50 г ржаной муки, 1 ст. л. сахара, соль.

*Для начинки:* 1 стакан сметаны средней жирности, 100 г сливочного масла, 6 яичных желтков, 1/2 стакана сахара, 50 г панировочных сухарей.

*Способ приготовления.* Белки отделите от желтков и желтки разотрите с мукой. Растирайте их постепенно, один за другим, втирая их в мучную массу. Когда смесь разотрете равномерно, постепенно, не прекращая растирать и размешивать, влейте молоко. Размешивайте до густой однородной массы без комков, добавьте соль, сахар, растопите масло и также влейте туда. Белки взбейте миксером или венчиком и влейте их в тесто, все вместе взбейте еще раз.

Для начинки вбейте в сахар желтки и тщательно разотрите их, постепенно влейте сметану и начинайте взбивать. Взбивайте, пока масса не загустеет.

Испеките блины, сложите их горкой, каждый слой смазывая маслом. Кастриюлю примерно такого же диаметра, как сковорода, смажьте сливочным маслом, посыпьте дно и стенки панировочными сухарями, сложите туда блины, каждый слой смазывая начинкой. Самый верхний слой также смажьте начинкой и поставьте кастрюлю в горячую духовку. Выпекайте 10 минут, извлеките из духовки и вытряхните выпечку. Подавайте на стол, посыпав натертым шоколадом или полив вареньем.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г оливкового масла содержится 100 г жиров, тогда как содержание белков и углеводов практически сводится к нулю. Аналогичный состав и у подсолнечного масла.*

### **«Грибная»**

*Требуется:* 1 л молока, 250 г дрожжей, 1 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, соль, 1000 г муки.

*Для начинки:* 250 г сушеных грибов, 30 г сливочного масла, луковица, 100 г белого хлеба, соль.

*Способ приготовления.* Нагрейте молоко на медленном огне, но до кипения не доводите. Добавьте в молоко сахар и дрожжи. Все хорошо размешайте, накройте полотенцем и поставьте в тепло на

10 минут. Смешайте муку с яйцами, введите в приготовленную ранее смесь. Замесите тесто. Поставьте в тепло на 30—35 минут. В поднявшееся тесто влейте растительное масло и дайте постоять еще 30 минут. Всыпьте оставшуюся муку и выпекайте блины на раскаленной сковороде в сливочном или растительном масле. Для начинки грибы сварите в подсоленной воде до мягкости. Нарежьте лук, добавьте грибы, грибной бульон и тушите на разогретом масле под крышкой до готовности. Когда грибы остынут, положите белый хлеб, предварительно вымоченный в бульоне. Все как следует перемешайте. Форму смажьте маслом, обсыпьте сухарями. Выкладывайте блины слоями, перекладывая их начинкой. Поставьте блинницу в разогретую духовку, смажьте сверху взбитым яйцом и выпекайте примерно 15 минут. Готовую блинницу облейте сметаной и подавайте к столу.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Видно, что Дуня блины пекла – все ворота в тесте!*

#### **«Мясная»**

*Требуется:* 1 л молока, 200 г хлебопекарных дрожжей или 2—3 ст. л. сухих дрожжей, 3—4 ст. л. сахара, 2 яйца, 1 стакан растительного масла, пакетик ванилина, сода, соль, 1000—1200 г пшеничной муки высшего сорта.

*Для начинки:* 400 г вареного мяса, соль, перец, луковица, вареное яйцо.

*Способ приготовления.* 2 стакана молока слегка подогрейте на медленном огне. Растворите в нем дрожжи, добавьте 1 ст. л. сахара, 1/2 стакана муки, размешайте, чтобы не было комочков, накройте полотенцем и поставьте в тепло для подъема. Когда опара подойдет, обомните ее. Взбейте яйца, всыпьте соль. Полученную смесь положите в опару, затем всыпьте муку. Поставьте тесто в тепло, плотно накрыв полотенцем. Когда оно еще раз подойдет, обомните его. Всыпьте соду, еще раз перемешайте и пеките блины. Готовые блины складывайте стопкой на блюдо, смазывая топленым маслом.

Для начинки вареное мясо пропустите через мясорубку. Добавьте мелко нарезанный репчатый лук, соль, перец и обжаривайте 5 минут на раскаленной сковороде. Форму для выпекания блинницы смажьте маслом, обсыпьте сухарями. Выкладывайте блины слоями, каждый слой смазывайте сливочным маслом и перекладывайте начинкой. Поставьте блинницу в разогретую духовку, выпекайте примерно 15—20 минут. Готовую блинницу опрокиньте на блюдо, полейте сметаной и посыпьте зеленью. Подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*В России с давних пор считалось, что чем больше в тесте сдобы, то есть масла, сахара, пряностей, яиц, тем вкуснее блины. Но простой народ редко мог позволить себе подобную роскошь. Поэтому рецепт приготовления блинов был намного проще: из муки, воды, соли.*

### **«Рыбный»**

*Требуется:* 500 г муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 1,5 ст. л. сахара, 60 г сливочного масла, соль, 25 г дрожжей.

*Для начинки:* 300 г вареной рыбы, 2 яйца, 3 ст. л. сметаны, соль.

*Способ приготовления.* Разведите дрожжи в теплом молоке.

Добавьте муку и вымесите тесто. Закройте полотенцем и оставьте в тепле на несколько минут. Затем добавьте яйца, соль, сахар и 20 г сливочного масла. Все как следует перемешайте, вымесите тесто и дайте ему подняться еще раз. Тесто берите ложкой, смоченной в воде. Выпекайте на раскаленной сковороде в сливочном масле.

Для начинки вареную рыбу освободите от косточек, измельчите.

Добавьте взбитые яйца, сметану, посолите. Все как следует перемешайте. В форму для выпечки или в обычную сковороду, смазанную маслом, выкладывайте блины, смазывая их сметаной и начинкой. Сверху полейте пирог взбитыми яйцами. выпекайте в разогретой духовке примерно 15—20 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо, порежьте на кусочки и подавайте к столу.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г куриного яйца содержится 20 г белка, 12 г жиров, 1 г углеводов.*

### **«Особый»**

*Требуется:* 2 стакана муки, 2 картофелины, 1 ст. л. сахара, 1 стакан молока, 20 г дрожжей, 30 г маргарина, соль, перец.

*Для начинки:* 4 яйца, 300 г сыра, по 100 г сырой и копченой колбасы, 3 помидора, 2 ст. л. сметаны, соль.

*Способ приготовления.* Очищенный картофель натрите на терке, добавьте сахар и соль. Разведите дрожжи теплым молоком, положите муку, тертый картофель. Все как следует перемешайте, поставьте в тепло, накрыв полотенцем. Когда тесто поднимется, выпекайте блины в маргарине.

Для начинки мелко нарежьте сыр, копченую и сырую колбасы. Все как следует перемешайте, посолите, введите взбитые яйца и сметану. Мелко нарежьте помидоры и положите их в начинку. Форму для выпечки или обыкновенную сковороду смажьте

маргарином, выкладывают блины слоями. Каждый слой смазывают сливочным маслом и начинкой. Полейте сметаной. Поставьте пирог в духовку и выпекайте примерно 10 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо, нарежьте на кусочки и посыпьте зеленью.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Не красна изба углами, а красна блинами и пирогами!*

#### **«Ленивый»**

*Требуется:* 2 стакана муки, 4 яйца, 1 ст. л. сахара, 1 стакан молока, 2 ст. л. растительного масла, сода на кончике ножа, 4 яблока, 1/3 ч. л. лимонной кислоты, соль.

*Для начинки:* 1/2 стакана сметаны, 2 яйца, 3 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Положите сахар в молоко, добавьте яйцо, предварительно растертое с солью, затем соду на кончике ножа. Все как следует перемешайте, введите муку, лимонную кислоту и замесите тесто. Натрите яблоки на терке и положите яблочное пюре в тесто. Все перемешайте и выпекайте блины на раскаленной сковороде в сливочном или растительном масле. Для начинки взбейте яйца, смешайте с сахаром и сметаной. Форму для выпечки смажьте сливочным маслом, обсыпьте сухарями и выкладывают блины слоями. Каждый слой смазывают начинкой. Поставьте пирог в духовку и выпекайте примерно 15 минут. Готовый пирог опрокиньте на блюдо и порежьте на кусочки. Посыпьте сахарной пудрой и подавайте к столу.

...

### **Блинные советы**

*В тесто для блинчиков можно добавить небольшое количество пива. Это придаст блюду пышность, нежный и изысканный вкус. В случае использования пива соду в тесто добавлять не нужно.*

#### **«Купеческий»**

*Требуется:* 1 стакан муки, 1 ст. л. сахара, 2 яйца, 40 г сливочного масла, 1,5 стакана молока, соль, 2 ст. л. растительного масла.

*Для начинки:* 500 г говядины, 40 г сливочного масла, луковица, соль, перец, 1/4 стакана молока, яйцо.

*Способ приготовления.* С мукой смешайте взбитые яйца, сахар, соль, в эту смесь влейте теплое молоко тонкой струйкой. Замесите тесто, добавьте в него растительное масло. На разогретой сковороде выпекайте блинчики большого размера. Одна их сторона должна быть более обжаренной, чем другая.

Смажьте стенки и дно формы растительным маслом, посыпьте

сухарями и выкладываете блинчики конвертиками. Обжаренной стороной располагайте их внутрь. Яйцо взбейте с молоком и смазывайте каждый блинчик этой смесью.

Для начинки сварите мясо, пропустите его через мясорубку, положите мелко нарезанную луковицу, сливочное масло, соль и перец. Обжарьте все на разогретой сковороде. На слой блинчиков положите начинку, затем уложите еще слой блинчиков, далее – снова начинку. Обычно блинчатый пирог делают толщиной в 5—6 слоев. Верхний слой фарша закройте блинчиками, смажьте их яично-молочной смесью. Поставьте в духовку и выпекайте, чтобы блинчики подрумянились. Отдельно к пирогу подайте сметану, кислое молоко и острые приправы.

### «Лапшица»

*Требуется:* 3 яйца, 100 г тертого сыра, 50 г сала, соль, 2 стакана мелких макаронных изделий, перец, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 стакана молока, 60 г сливочного масла.

*Для начинки:* 4 яйца, 2 картофелины, соль.

*Способ приготовления.* Сварите макаронные изделия в кипящей подсоленной воде. Смешайте взбитые яйца и тертый сыр. Соедините готовые макаронные изделия с яично-сырной смесью. Влейте молоко и все как следует перемешайте. Растопите на сковороде сало и выпекайте блины.

Для начинки сварите яйца и картофель, мелко нарежьте, посолите. Смажьте дно и стенки формы маслом, обсыпьте сухарями. Положите блинчик, сверху – начинку. Выложите 5–6 слоев и всю начинку. Сверху смажьте пирог взбитым яйцом. Поставьте его в разогретую духовку и выпекайте 5 минут. Отдельно к блинчатому пирогу подавайте сметану или кислое молоко.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г пахты содержится: белков – 3,5 г, жиров – 0,5 г, углеводов – 4 г; в 100 г пекарских дрожжей содержится: белков – 12,1 г, жиров – 0,4 г, углеводов – 11,0 г. А в 100 г сметаны, с которой вкус блинов значительно улучшается, содержится: белков – 15 г, жиров – 80 г, углеводов – 5 г.*

### «Букет»

*Требуется:* 2 яйца, по 1 ст. л. сметаны и сахара, соль, 400 г яблочного сока, 300 г муки, 3 ст. л. растительного масла.

*Для начинки:* 1 стакан густого варенья или джема.

*Способ приготовления.* Разотрите яичные желтки со сметаной, добавьте сахар и соль. Все как следует перемешайте. Смешайте с мукой. Влейте половину приготовленного сока, замесите тесто. Затем осторожно влейте оставшийся сок, разведите тесто до жидкой консистенции. Введите взбитые белки. Все как следует перемешайте и влейте растительное масло. Выпекайте блинчики на разогретой сковороде.

Стенки и дно формы смажьте маслом и обсыпьте сухарями. Сворачивайте блинчики рулетиками и выкладывайте на дно посуды. Сверху кладите начинку – густое варенье или джем. Сделайте 4–5 слоев. Полейте пирог взбитым яйцом и поставьте в духовку. Выпекайте 5 минут. Отдельно к блинчатому пирогу подавайте сметану или йогурт и кислое молоко.

### **«Лисичка»**

*Требуется:* 50 г дрожжей, по 2 стакана кипятка и молока, 3/4 стакана горячей воды, 1 стакан гречневой муки, 1,5 стакана пшеничной муки, соль, 2 ст. л. растительного масла.

*Для начинки:* 500 г свежих грибов, 2 луковицы, красный или зеленый болгарский перец, 2–3 ст. л. растительного масла, по 1 ст. л. муки и томатной пасты, 1 стакан сметаны, перец, соль, 50 г тертого сыра, зелень петрушки и укропа.

*Способ приготовления.* Залейте гречневую муку горячей водой, оставьте смесь на час в теплом месте. Затем добавьте 2 стакана кипятка, все как следует перемешайте. Остудите массу, положите в нее дрожжи и растворите их. Поставьте опару в теплое место примерно на 30–40 минут. Когда тесто поднимется, соедините его с пшеничной мукой, разведите тесто теплым молоком до консистенции жидкой сметаны. Посолите, дайте тесту еще раз подняться и выпекайте блины на разогретой сковороде в растительном масле.

Для начинки грибы нарежьте и слегка обжарьте с измельченным репчатым луком, положите мелко нарезанный перец и тушите до готовности. Посыпьте грибы мукой, введите томатную пасту, сметану. Посолите, поперчите и тушите еще 5 минут. Смажьте дно и стенки формы маслом, обсыпьте сухарями. Блины сворачивайте рулетиком и выкладывайте на дно. Сверху положите слой начинки из грибов. Затем снова выкладывайте слой блинов, свернутых рулетиком. Посыпьте зеленью и тертым сыром. Выпекайте в разогретой духовке 5–6 минут. Отдельно к блинчатому пирогу подайте сметану.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г сыра 60%-ной жирности содержится: белков – 18 г, жиров – 34 г, углеводов – 0 г.*



### «Лесной»

*Требуется:* 1000 г муки, 40 г дрожжей, 80 г сливочного масла, 4 яйца, 4 ст. л. сахара, соль, 2 стакана теплой воды.

*Для начинки:* 500 г свежих грибов, 5 ст. л. растительного масла, 6 яиц, зелень петрушки, укропа, соль.

*Способ приготовления.* В теплой воде разведите дрожжи. Введите в половину приготовленной муки дрожжевой раствор, перемешайте. Опара должна по консистенции напоминать густую сметану. Накройте опару и оставьте ее в тепле примерно на час. Когда опара подойдет, добавьте соль, сахар, желтки от яиц, сливочное масло. Все как следует перемешайте, всыпьте оставшуюся муку. Полученное тесто разбавьте теплым молоком. Накройте и поставьте в теплое место. Когда тесто поднимется, размешайте его, затем снова дайте подняться и еще раз размешайте, чтобы оно село. Введите в тесто взбитые белки и начинайте выпекать блины на разогретой сковороде в растительном масле.

Для начинки грибы нарежьте на мелкие кусочки и отварите в небольшом количестве подсоленной воды. Затем слегка обжарьте их в растительном масле, посыпьте петрушкой. Обжаренные грибы смешайте с взбитыми яйцами и добавьте соль, перец. Смажьте стенки и дно формы маслом и обсыпьте сухарями. Блины складывайте конвертиком и выкладывайте слоями, закрывая их начинкой. Сверху полейте сметаной и выпекайте в духовке примерно 7—8 минут. Отдельно к блинчатому пирогу подавайте сметану, кислое молоко и соус.

### Блинница «Сладкоежка»

*Требуется:* 500 г муки, 4 яйца, 4 стакана молока, 3 ст. л. растительного масла, соль.

*Для начинки:* 1/2 стакана сахара, 6 желтков, 1 стакан сметаны, 100 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Взбейте яйца, смешайте их с мукой. Осторожно влейте теплое молоко. Размешайте и влейте растительное масло. Выпекайте блинчики на раскаленной сковороде.

Для начинки разотрите желтки с сахаром, добавьте сметану и взбейте миксером или венчиком. Каждый блинчик смазывайте начинкой и складывайте рулетиком. Таким образом выкладывайте их слоями. Блинницу полейте сметаной и подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*Климат в России нельзя назвать мягким, суровая и*

*долгая зима накладывает на жителей определенный отпечаток. Более шести месяцев в году русский народ лишен возможности питаться ягодами, фруктами, поэтому на первый план выдвигаются совершенно иные блюда, и некоторые из них могут считаться даже тяжеловатыми. Возможно, жители европейских стран сочли бы блины чрезмерно тяжелой пищей – ведь мы едим их с самыми разными добавками, как сладкими, так и мясными или рыбными.*

### **«Царский»**

*Требуется:* 5 свежих помидоров среднего размера, 2 яйца, 2/3 стакана молока, 3 стакана муки, соль, 2 ст. л. растительного масла.

*Для начинки:* 40 г сливочного масла, 100 г вареной колбасы, 4 дольки чеснока, соль, перец.

*Способ приготовления.* Нарезьте помидоры и отварите в чуть подсоленной воде, протрите их через сито. Добавьте взбитые яйца, теплое молоко и муку. Тесто должно напоминать по консистенции густую сметану. Влейте растительное масло и выпекайте блинчики на раскаленной сковороде.

*Для начинки* мелко нарежьте колбасу, положите измельченный чеснок, соль, перец. Все как следует перемешайте. Смажьте дно и стенки сковороды маслом, обсыпьте сухарями. Каждый блинчик сворачивайте конвертиком и выкладывайте в сковороду. Поверх слоя из блинов кладите начинку. Таким образом в пироге должно получиться несколько слоев. Полейте пирог взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке примерно 5 минут. К блинчатому пирогу отдельно подайте сметану и соусы.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Праздник в дом, пироги и блины – на стол!*

### **«Крестьянская»**

*Требуется:* 6 готовых блинов из дрожжевого теста, яйцо, по 100 г сливочного масла и тертого сыра.

*Способ приготовления.* Смажьте каждый блин сырым яйцом, посыпьте тертым сыром. Сложите готовые блины стопкой и запекайте в духовке примерно 6 минут. Готовую блинницу разрежьте на кусочки и подавайте к столу. Отдельно подайте соус и сметану.

### **«Славянский»**

*Требуется:* 10 готовых блинов из пшеничной муки, 1 стакан сметаны, 2 стакана картофельного пюре, 250 г паштета из печени.

*Способ приготовления.* Стенки и дно формы смажьте маслом и обсыпьте сухарями. Положите на дно готовый блин. На него тонким слоем выкладывайте картофельное пюре, смешанное со сметаной. Сверху уложите другой блин. Его смазывайте паштетом из печени. Таким образом чередуйте начинку для каждого слоя

пирога. Полейте пирог сметаной и запекайте в духовке примерно 5—7 минут.

...

### **Подсчитаем калории**

*В 100 г фарша из молодой телятины содержится:  
белков – 21 г, жиров – 3 г, углеводов – 5 г.*

### **Блинница «Лакомка»**

*Требуется:* 3 стакана муки, 3,5 стакана воды, 3 яйца, сода, 1 ст. л. сахара, соль, лимонная кислота.

*Для начинки:* 100 г сахара, 6 ст. л. воды, 5 ст. л. вишневого сока, 1/2 стакана сметаны.

*Способ приготовления.* Разотрите яйца с сахаром, добавьте воду, соль и соду. Все как следует размешайте и влейте жидкость в муку. Размешайте тесто так, чтобы не было комочков. Положите лимонную кислоту и выпекайте блины на разогретой сковородке в сливочном или растительном масле.

Для начинки сахар залейте горячей водой и перемешайте до полного растворения. Сварите сироп. Снимайте ложкой пену, закройте крышкой и варите до готовности. Перед концом варки влейте вишневый сок. Дно и стенки формы смажьте маслом и обсыпьте сухарями. На дно уложите блинчики, свернутые конвертиком. Каждый слой блинов смазывайте приготовленной начинкой. Сверху блинницу полейте сметаной и подавайте к столу.

## **Глава 16. Запеканки из блинов**

### **Запеканка с картофелем**

*Требуется:* 1/2 кг картофеля, 2—3 яйца, по 3 ст. л. молока и растительного масла, 3 луковицы, 40 г жира (для смазки), 10—12 блинов, 2 ст. л. зелени петрушки и укропа, соль.

*Способ приготовления.* Картофель очистите от кожицы и отварите в подсоленной воде до готовности, разомните толкушкой, соедините с сырым яйцом и молоком и слегка взбейте. Пюре еще раз поместите на огонь и слегка подогрейте. Лук мелко порежьте и обжарьте до золотистой корочки в растительном масле.

Глубокую сковороду смажьте жиром и уложите в нее пару блинов. Поверх них тонким слоем выложите картофельное пюре, а на него слой жаренного лука. Накройте еще двумя блинчиками, а на них снова положите пюре и луком. Сделайте несколько слоев.

Последним должен быть слой картофеля. Яйцо взбейте в крепкую пену. Готовую запеканку разровняйте, смажьте взбитым яйцом, сбрызните растительным маслом и поместите ее в духовку на 5—10 минут. К столу подайте горячей, посыпав зеленью.

...

### **Русские традиции**

*В старину блины ели исключительно со сметаной, сливками или фруктово-ягодным вареньем, так как сахар тогда был величайшей редкостью. А когда он, наконец, получил широкое распространение, оказался настолько дорогим, что есть блины с сахаром считалось невиданной роскошью.*

### **С мясной начинкой**

*Требуется:* 1/2 кг свиного или говяжьего мяса, соль, специи, 2 ст. л. кулинарного жира, 3 головки репчатого лука, 3 ст. л. мясного бульона, перец, 2 яйца, 1 ст. л. растительного масла, 10—15 блинов.

*Способ приготовления.* Мясо отварите в подсоленной воде и специях и пропустите через мясорубку, слегка обжарьте его. Отдельно пассеруйте лук. Затем соедините его с мясом, заправьте солью, перцем и бульоном и тщательно перемешайте. Сварите и яйца и натрите их на крупной терке.

Дно высокой сковороды смажьте растительным маслом и уложите на него два блинчика. На них выложите тонким слоем немного мясного фарша и продолжайте выкладывать все слоями. Готовую запеканку поместите на несколько минут в разогретую духовку. Блюдо посыпьте тертым отварным яйцом и подайте к столу, порезав на кусочки.

...

### **Подсчитаем калории**

*Очень полезны для пищеварения начинки из различных сухофруктов, так как в таком виде они не только сохраняют все свои вкусовые качества, но и становятся намного концентрированнее свежих.*

*Помимо этого, сухофрукты содержат в себе до 60 % витамина С, так необходимого человеческому организму. Таким образом, блинчики и запеканки с сухофруктами являются не только очень питательной, но и полезной пищей.*

### **Морковно-блинные запеканочки**

*Требуется:* 1 кг моркови, 60 г сливочного масла, 3 ст. л. муки, сахар, по 1 стакану риса и молока, пучок зеленого лука, 15—20 блинчиков.

*Способ приготовления.* Сливочное масло размягчите ложкой и разотрите с мукой. Морковь натрите на крупной терке. Залейте ее водой, добавьте сливочное масло, накройте и немного потушите

на медленном огне. Через 30—40 минут введите в морковь растертое с мукой масло и сахар, хорошенько все перемешайте и потушите еще 10 минут. В молоке отварите рис и соедините его с морковью. Готовую начинку хорошенько вымесите и слегка охладите.

Противень смажьте сливочным маслом и слегка подогрейте в духовом шкафу. На середину каждого блинчика, уложите по 1 ст. л. приготовленной начинки и, подняв все края блинчика, свяжите его стрелами зеленого лука. Эти «мешочки» уложите на противень и запекайте в духовке 5—7 минут. К столу можно подавать как горячими, так и холодными.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Треши, мороз, сильней, будут блинчики вкусней.*

### **С кукурузной начинкой**

*Требуется:* 1 кг молодых кукурузных початков, 40 г сливочного масла, 1 ст. л. муки, 2 стакана молока, соль, 10—12 блинчиков, 1/2 стакана сливок или сметаны.

*Способ приготовления.* С молодой кукурузы снимите зерна и залейте их молоком, отварите. Слегка подсушите на сковороде муку. Смешайте со сливочным маслом и молоком и еще немного потушите, тщательно размешивая. Готовую массу введите в кукурузу, добавьте соль и прокипятите.

Каждый блинчик разрежьте на четыре части. Затем на одну часть ровным слоем уложите кукурузную начинку, накройте следующим кусочком и так далее. Готовая запеканка будет напоминать высокий треугольник или пирамиду. Противень смажьте сливочным маслом и уложите на него эти порционные запеканочки, поместите их в разогретый духовой шкаф. К столу подайте горячими, полив сливками или сметаной.

...

### **Русские традиции**

*Сахару была найдена очень хорошая замена – мед. Именно медовые блинчики считались в старину самыми вкусными и сытными. С тех пор традиция есть блинчики с медом в праздники прочно вошла в быт людей.*

### **Вьетнамские**

*Требуется:* 2 яйца, 3 ст. л. сахара, 60 г сливочного масла, соль, по 1 стакану риса и сливок, 3—4 свежих огурца, 10—12 блинчиков, пучок зелени.

*Способ приготовления.* Яйца разотрите с сахаром и взбейте их в стойкую пену. Вскипятите воду, положите в нее сливочное масло, соль и тщательно промытый рис. Когда рис станет рассыпчатым и мягким, введите в него сахар, растертый с сырыми яйцами, и хорошенько перемешайте. Свежие огурцы очистите от кожицы и натрите на крупной терке.

На середину каждого блинчика уложите тонким слоем рисовую начинку, а поверх нее огуречную. Блинчик сверните конвертиком и положите на противень. Когда все запеканки будут уложены, полейте их сливками и подержите на медленном огне в духовом шкафу в течение 10—15 минут. Готовое блюдо подайте горячим, украсив зеленью.

...

### **Подсчитаем калории**

*Все продукты питания можно подразделить на теплые, способствующие активной жизнедеятельности, и холодные, вызывающие пассивность. Блины же относят к еде, сочетающей в себе теплые продукты, а значит, они способствуют поднятию настроения, улучшению пищеварения и приданию человеку бодрости и сил. Потому-то они всегда были так любимы нашими предками. Об этом говорят различные народные сказки, описывающие снесь богатырей: «Поднесла им бабка кувшин молока и целую чашу блинов дымящихся. Угощенье, надо сказать, царское.»*

### **Испанская**

*Требуется:* 200 г сыра, 250 г макарон, соль, 3 ст. л. сливочного масла, 1 стакан молотых сухарей, яйцо.

*Способ приготовления.* Сыр натрите на терке или пропустите через мясорубку. Макароны отварите, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Готовые макароны заправьте сливочным маслом и посыпьте тертым сыром.

Дно глубокой сковороды смажьте сливочным маслом, посыпьте молотыми сухарями и уложите на него два блинчика. Сверху, ровным слоем выложите часть макарон, далее продолжайте выкладывать слоями. Сверху смажьте запеканку взбитым яйцом и посыпьте тертыми сухарями. Готовое блюдо поместите в разогретую духовку и запекайте в течение 5—10 минут.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Любят люди печку-матушку, самовара-батюшку и блины-гусары, что норовят на нары.*

### **Творожно-блинная**

*Требуется:* 500 г творога, 10—12 блинчиков, 1/2 пакетика ванилина, 3 ст. л. сахарной пудры, яйцо, 60 г сливочного масла, 0,5 стакана яблочного пюре.

*Способ приготовления.* Творог протрите через сито или пропустите через мясорубку и разотрите его с сахарной пудрой и ванилином. Добавьте яйцо и тщательно перемешайте.

Готовую начинку уложите на один край блинчика и сверните его в форме валика. Эти валики уложите по 3—4 штуки друг на друга и слегка прижмите, чтобы получился длинный пирог. Уложите его на смазанный сливочным маслом противень и поместите на 15 минут в духовку. Готовую запеканку сверху смажьте яблочным пюре и подайте к столу горячей.

...

### ***Подсчитаем калории***

*Чтобы человеческий организм был всегда полон энергии и сил, необходимо вводить в рацион различные сочетания холодных и теплых продуктов. Так, блинчики с рисовой, картофельной, ореховой и фруктово-ягодной начинкой как раз отвечают всем этим требованиям, поскольку сочетают в себе два вида продуктов с противоположными свойствами.*

### **С грибной начинкой**

*Требуется:* 1 кг рыбы, соль, перец, 60 г сливочного масла, 3 головки репчатого лука, пучок укропа, 10—15 блинчиков, яйцо, 1 стакан молотых сухарей, 3 ст. л. майонеза (для украшения).

*Способ приготовления.* Рыбу разделайте на филе, порежьте его на небольшие кусочки, посолите, поперчите их и припустите в кипящей воде. Готовую начинку заправьте маслом. Отдельно спассеруйте репчатый лук и смешайте его с рыбой и зеленью укропа. Фарш охладите и разотрите вилкой до однородной массы. Полученным фаршем смажьте тонким слоем все блинчики и сверните их большим рулетом. Сделать это нужно так: первый блинчик с начинкой скрутите в тонкую полоску, второй накрутите вокруг него (наподобие сворачивания бумажного рулона). Таким образом у вас получится круглый стволообразный рулет. Затем взбейте в крепкую пену яйцо, смажьте им этот рулет и обсыпьте его молотыми сухарями.

Глубокую сковороду смажьте сливочным маслом и рулет положите на него. Поставьте сковороду в духовку на 10—20 минут. Готовую запеканку украсьте рисунком из майонеза, нанесенным кулинарным шприцем, порежьте на кусочки (как рулет) и подайте к столу горячей.

...



## **Пословицы и поговорки о блинах**

*От печи тепло на блины перешло.*

### **«Сладкая» с абрикосами**

*Требуется:* по 1 кг абрикосов и сахара, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана любого джема или варенья (для украшения), 15—20 блинчиков.

*Способ приготовления.* Абрикосы без косточек залейте водой и поварите на медленном огне до тех пор, пока они не станут мягкими, охладите и пропустите через сито. К пюре добавьте сахар и поварите еще немного, чтобы масса слегка загустела. Формочку для торта смажьте сливочным маслом и уложите на ее дно блинчик, смажьте его тонким слоем абрикосового джема и накройте очередным блином, и так до конца. Готовую запеканку-торт поместите в разогретую духовку на 10 минут. Затем выньте, слегка остудите и, удалив аккуратно из формочки, украсьте наподобие торта. Рисунок на абрикосовую запеканку можно наносить любым джемом или вареньем.

...

### **Подсчитаем калории**

*Ученые доказали, что вкус пищи способен также указывать на ее полезность. Так, сладкие блины следует употреблять во время болезни, они укрепляют и увеличивают силы. Кислые блинчики лучше есть тем, кто плохо ест, потому что они возбуждают аппетит и способствуют благотворной работе желудка и кишечника.*

### **«Экзотическая»**

*Требуется:* соль, 1 стакан риса, 60 г сливочного масла, 250 г рыбного или мясного паштета, 200 г рыбной икры, 2 ст. л. кулинарного жира, 2—3 веточки петрушки, 2 кусочка целой рыбы (для украшения), 10—15 блинчиков.

*Способ приготовления.* В слегка подсоленной воде отварите рис, а затем откиньте его на дуршлаг и дайте воде стечь. Готовый рис заправьте сливочным маслом и аккуратно перемешайте. Любой мясной или рыбный паштет разомните вилкой до однородной массы. Икру также слегка разомните.

Дно высокой сковороды смажьте сливочным маслом и уложите на него блинчик, нанесите на него тонким слоем любую рыбную икру. Сверху начинку накройте следующим блинчиком, на него положите отварной рис. Очередной прослойкой сделайте рыбный или мясной паштет. Затем начинки повторите. Приготовленную таким образом запеканку поместите на смазанный жиром

противень и поставьте на 10—15 минут в духовой шкаф. К столу подайте, украсив кусочками рыбы, веточками петрушки и икрой.

...

### **О блинах**

*«Щи да каша – пища наша» —  
Поговорка грустная... Неужели  
Мы забыли пироги капустные,  
Кулебяки, расстегаи,  
Пряники-рогалики  
И сибирские пельмени,  
И шанежки маленькие?  
Неужели мы забыли  
Все рецепты бабушек,  
Ни блинов уж не изжарить,  
Не испечь оладушек?  
Чтоб на все узнать ответ,  
Мы пришли к вам на обед.*

### **«Осилишь, богатырь?»**

*Требуется:* по 250 г колбасы и ветчины, 6 яиц, 200 г сыра, 4 головки репчатого лука, 60 г сливочного масла, 2 ст. л. кулинарного жира, 10—12 блинчиков.

*Способ приготовления.* Ветчину и колбасу пропустите через мясорубку. Яйца отварите и натрите на крупной терке. Сыр также натрите на терке. Лук мелко порежьте и спассеруйте в сливочном масле. Соедините лук с ветчинно-колбасным фаршем и хорошенько размешайте.

Дно высокой сковороды смажьте жиром и уложите на него два блинчика. Поверх них выложите тонким слоем колбасно-ветчинный фарш и накройте его двумя блинчиками. На них уложите отварные яйца. Следующим слоем опять положите колбасу, и т. д. Посыпьте запеканку со всех сторон тертым сыром и выпекайте в духовке до тех пор, пока сыр не расплавится и не покроет ее ровным глянцевым слоем. Готовое блюдо слегка остудите и подайте к столу, украсив кружочками яиц и колбасы.

...

### **Русские традиции**

*До сих пор на Руси празднуется праздник второй встречи весны, совпавший с днем сорока мучеников (22 марта). В этот день вся детвора бегала по селу с выпеченными пряниками и печеньем в виде птиц и распевала веселые песенки, прогоняющие зиму:*

*Жаворонушки, перепелушки,  
Прилетите к нам,*

*Весну принесите нам...*

*Но не только печенье пекли в этот день. Славился этот*

*праздник еще и блинами. Хозяйки выпекали ровно сорок блинов (сорок мучеников – по одному на каждого), которые нужно было раздать людям, чтобы весь год дом не посещали злые духи, а все муки на себя взяли библейские сорок мучеников.*

### **«Фейерверк лета»**

*Требуется:* 5 яблок, 4 груши, по 2 стакана вишни, красной и черной смородины и охлажденных сливок, по 1 стакану клубники и сахарной пудры, 60 г сливочного масла, 10—15 блинчиков.

*Способ приготовления.* Яблоки натрите на крупной терке. То же самое сделайте и с грушами. Из вишни удалите косточки и засыпьте ее на некоторое время сахарной пудрой. Смородину отделите от веточек и листьев. Клубнику просушите на салфетке и порежьте вдоль. Сливки соедините с сахарной пудрой и взбейте в стойкую пену.

Сковороду смажьте сливочным маслом и уложите на нее два блинчика. На них ровным слоем выложите сначала взбитые сливки, а затем тертые яблоки. Накройте их еще одним блинчиком, на который поверх сливок уложите вишню, предварительно слив с нее сок. Следующим слоем будут груши, затем смородина и, наконец, клубника – ее накрывать блинчиком не следует. Приготовленную таким образом запеканку поместите на 5—7 минут в духовой шкаф, а затем слегка остудите и подайте к столу.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Пронесет Аксинья блины по дороге, зиме пора убирать ноги.*

### **Блинно-ореховая**

*Требуется:* 1 кг грецких орехов, 1 стакан сахара, 1/5 стакана сливок, 60 г сливочного масла, 10—12 блинчиков, кусочки фруктов и ягод (для украшения).

*Способ приготовления.* Грецкие орехи пропустите через мясорубку, разотрите их с сахаром и сливками. Сковороду смажьте сливочным маслом и уложите на нее два блинчика. Сверху тонким слоем нанесите ореховую начинку. Потом снова накройте двумя блинчиками, на которые также нанесите ореховую массу. Уложив таким образом всю запеканку, поместите ее на некоторое время в духовку, а затем подайте к столу горячей, украсив кусочками фруктов или ягод.

...

### **О блинах**

*Я – румяный блин-блинок  
С маслом, золотой бочок!  
Вкусный и приятный,  
Очень ароматный!*

#### **«Райское наслаждение»**

*Требуется:* по 1 стакану сливок и кокосовой стружки, 0,5 стакана сахарной пудры, 60 г сливочного масла, пакетик цветной кокосовой стружки (для украшения), 150 г шоколадного масла или пасты, 10—20 блинчиков.

*Способ приготовления.* Сливки разотрите с сахарной пудрой и слегка взбейте. Сковороду смажьте сливочным маслом и уложите на нее блинчик, слегка смажьте его сливками и посыпьте кокосовой стружкой. Накройте еще одним блинчиком, смажьте его шоколадным маслом или пастой. Чередую таким образом слои, уложите всю запеканку. Последний, верхний слой смажьте шоколадом и посыпьте цветной кокосовой стружкой. Готовую запеканку поместите на 5—7 минут в духовку, чтобы шоколад расплавился и как следует пропитал блинчики. Готовое лакомство можно подавать как горячим, так и холодным.

...

#### **Подсчитаем калории**

*Существует мнение, что блины способствуют увеличению веса. Чтобы этого не произошло, их необходимо сочетать с острыми и кислыми начинками, острыми соусами, кислыми творожными массами и т. д. Такое сочетание пищи способствуют укреплению иммунитета и улучшению пищеварения. К тому же, такие блинчики или блинные запеканки благотворно воздействуют на кровеносное давление.*

#### **С морской капустой**

*Требуется:* 4 картофелины, 200 г консервированной морской капусты, соль, 3 головки репчатого лука, 60 г сливочного масла, 2 сладких болгарских перца, 20 блинчиков.

*Способ приготовления.* Морскую капусту порежьте тонкими ломтиками. Картофель отварите в мундире в слегка подсоленной воде, натрите его на крупной терке. Репчатый лук порежьте кольцами и спассеруйте в сливочном масле. Сладкий болгарский перец измельчите и соедините со всеми остальными ингредиентами.

Начинку тщательно перемешайте и выложите на сковороду, предварительно поместив на нее половину всех блинчиков. Затем разровняйте ее и накройте оставшимися блинами. Подготовленную

таким образом запеканку поместите на 15—25 минут в духовку и запеките на слабом огне. К столу подайте горячей, порезав на порционные кусочки.

### **Хрустящая «Шипы розы»**

*Требуется:* 1/2 кг песочного печенья, 2 стакана клубники, 4 ст. л. сахарной пудры, 6 ст. л. сливок, 60 г сливочного масла, 10—15 блинчиков.

*Способ приготовления.* Рассыпчатое печенье измельчите в крошку или пропустите через мясорубку. Клубнику промойте, просушите на салфетке и размягчите до однородной массы, смешайте с сахарной пудрой и сливками и слегка взбейте.

Сковороду смажьте сливочным маслом и уложите на нее два блинчика, на одну его часть (1/3) уложите тонким слоем клубничное пюре, а всю оставшуюся обсыпьте крошкой печенья. Следующий слой оформите таким же способом, только клубникой заполните другой участок, чтобы они не накладывались друг на друга. Готовую запеканку полейте сливками и поместите в разогретую духовку на 10—15 минут. К столу подайте охлажденной или теплой.

## **Глава 17. Соусы к блинницам и запеканкам**

### **«Медовый»**

*Требуется:* 100 г меда, по 1/3 стакана сахара и сметаны, 1 стакан молока, 1/2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Мед постепенно растопите на слабом огне и добавьте в него сметану. Доведите смесь до кипения и немного проварите, постоянно помешивая и периодически удаляя пену. Затем снимите медовую массу с огня. Воду доведите до кипения и всыпьте в нее сахар, перемешайте. Проварите эту массу 5 минут, затем влейте в нее молоко. Эту смесь перемешайте и доведите до кипения. В слегка остуженную смесь меда со сметаной добавьте сахарный сироп на молоке и тщательно перемешайте. Приготовленные блюда можете полить медовым соусом. Готовый соус подавайте к блинницам и запеканкам сразу же после приготовления.

...

### **О блинах**

*« ... Гришка сел за стол, хотел было приняться за блины, а их уже не было... »*

*П.И. Замойский. «Лапти»*

### «Ванильный»

*Требуется:* 1 стакан молока, 2 яйца, 1/2 стакана сахара, 1/3 ч. л. ванилина, 1 ч. л. муки.

*Способ приготовления.* Яичные желтки отделите от белков. Сахар хорошо разотрите с желтками и добавьте муку, перемешайте. Молоко вскипятите на сильном огне и разведите приготовленную массу кипящим молоком. Поставьте смесь на огонь и, непрерывно помешивая, доведите ее до кипения. Как только она загустеет, снимите с огня, процедите через сито, положите ванилин. Все тщательно перемешайте и немного взбейте массу в миксере. Приготовленным соусом понемногу заливайте блинные изделия. Соус подавайте к блинницам или запеканкам сразу после приготовления, не охлаждая.

...

#### **Блинные советы**

*Одним из самых популярных соусов к блинницам и запеканкам являются растопленное масло или сметана. Они не требуют длительного приготовления,*

*да и вкус блинов улучшается: благодаря соусам они становятся питательнее и жирнее.*

### **С вином из ягод**

*Требуется:* 1 стакан ягод (клубники, малины, смородины, земляники), 1/3 стакана сахара, по 1/2 стакана воды и красного вина.

*Способ приготовления.* Ягоды (можете взять различные ягоды, но в том объеме, который дан в рецептуре) протрите через частое сито, чтобы получилось пюре. Сахарный сироп поставьте на слабый огонь, доведите до кипения, постоянно помешивая деревянной ложкой. Когда на поверхности сиропа начнут образовываться плотные пузырьки, удалите накипь и снимите с огня. В горячий сироп влейте вино и подготовленное пюре из ягод. Перемешайте эту массу и поставьте на слабый огонь. Помешивая, доведите до кипения.

Когда соус будет готов, залейте им блинницу или запеканку, приготовленные заранее.

...

### **Блинные советы**

*Соусы к блинам подаются в теплом виде, за исключением некоторых, которые перед подачей на стол специально охлаждаются. Чтобы соус сочетался с основным блюдом, нужно, чтобы запеканка или блинница также были теплыми и свежеприготовленными.*

### **«Малиновый»**

*Требуется:* 1,5 стакана малины, по 1/2 стакана сахара, меда и воды.

*Способ приготовления.* Половину спелой малины протрите через крупное сито, а другую половину залейте медом и перемешайте. Протертую через сито малину смешайте с сахаром и добавьте горячей воды. Поставьте на слабый огонь и доведите до кипения, постоянно помешивая. Когда малиновый соус закипит, снимите с огня и смешайте его с малиной и медом. Все перемешайте. Соус подавайте к запеканкам или блинницам.

### **«Шоколадный»**

*Требуется:* 1,5 стакана молока, 2 яйца, 1 ст. л. какао, 1/2 стакана сахара, 1 ч. л. муки.

*Способ приготовления.* Яичные желтки хорошо разотрите с

сахаром, добавьте какао и муку, тщательно размешайте и разведите горячим молоком. Поставьте эту массу на огонь и доведите ее до кипения. Непрерывно помешивая, варите шоколадный соус до закипания, периодически снимая пену. Как только смесь загустеет, снимите ее с огня, процедите через сито. Шоколадный соус подавайте к блинницам.

...

### **Подсчитаем калории**

*Пищевая и энергетическая ценность блинов и блюд, приготовленных на их основе, зависит от вида муки. В основном же в 100 г продукта содержится 5—7 % белков, 8—10 % жиров, 25—35 % углеводов.*

*Энергетическая ценность продукта колеблется от 200 до 260 ккал на 100 г. Таким образом, блины можно обоснованно считать высококалорийным продуктом. А если блинница или запеканка подаются к столу еще и с соусом, калорийность блюда увеличивается в два раза.*

### **«Ассорти»**

*Требуется:* 1 апельсин, 1/2 стакана красной смородины, 50 г моркови, 2 ст. л. сметаны.

*Способ приготовления.* Острым ножом снимите цедру с апельсина, ошпарьте ее кипящей водой несколько раз, затем отожмите жидкость, к ней добавьте красную смородину, протертую через мелкое сито, сметану, морковь, натертую на мелкой терке. Из апельсина выжмите сок и влейте его в эту массу. Готовый соус миксером взбивайте в течение 5 минут, пока не образуется пена. Подавайте соус к блинницам и запеканкам.

...

### **Блинные советы**

*Взбитые яичные белки придадут блинам своеобразный вкус. Процесс приготовления белков упростится, если яйца заранее разбить в предназначенную посуду и поставить их в холодное место на несколько часов.*

### **Со сливками и грибами**

*Требуется:* 150 г сливочного масла, 200 г грибов, луковица, 30 г моркови, 1/2 стакана красного вина, 30 г муки, 1 стакан воды, 300 г сливок, соль.

*Способ приготовления.* Грибы (рыжики, опята, белые) нарежьте кусочками и обжарьте на сливочном масле. Лук нарежьте кубиками, натрите на крупной терке морковь и добавьте овощи в поджаренные грибы, немного потушите. Когда овощи поджарятся,



всыпьте муку и соль, перемешайте. Затем влейте в соус вино и воду, предварительно доведенные до кипения. Варите смесь в течение часа на медленном огне. Готовый соус процедите через сито и заправьте сливками.

Подавайте соус к блинницам и запеканкам, не содержащим большого количества сахара.

...

### **Подсчитаем калории**

*Тем, кто заботится о собственной фигуре и стремится сбалансированно питаться, можно посоветовать соусы из ряженки, яблочный или клюквенный, так как они не содержат большого количества калорий и являются великолепным дополнением к любым блинницам или запеканкам.*

### **«Яичный»**

*Требуется:* 1 стакан молока, 1/4 стакана сливок, 3 яйца, 100 г сливочного масла, 50 г меда, 5 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения и прибавьте к нему желтки, предварительно отделенные от белков, всыпьте сахар и вновь доведите смесь до кипения, постоянно помешивая. Сливки смешайте с медом и сливочным маслом и тщательно взбейте в миксере. Когда образуется обильная пена, смешайте сливки и приготовленное молоко. Эту массу тщательно перемешайте и вылейте в широкую неглубокую посуду.

### **Смородиновый с лимоном**

*Требуется:* 100 г сливочного масла, по 50 г репчатого лука и моркови, по 1/4 стакана муки и вина, 1 стакан молока, 1/2 стакана смородины, лимон, 4 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Морковь и репчатый лук мелко нашинкуйте кубиками и пассеруйте в сливочном масле. Прибавьте муку и продолжайте пассеровать до образования золотистого цвета. Затем влейте молоко и вино. Полученную смесь кипятите 15 минут. Смородину прокрутите через мясорубку и процедите через сито. Добавьте ее в кипящий соус и тщательно перемешайте. Затем всыпьте сахар и варите на слабом огне до закипания. Выжмите сок лимона и влейте его в соус. Снимите с огня и процедите через мелкое сито. Подавайте его к столу немного остуженным.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Что за теща, коль блинами не кормила и сбитнем не поила.*

### «Летний»

*Требуется:* 300 г свежих грибов, луковица, 2 помидора, огурец, 2 стакана сметаны, яйцо, 1 ч. л. сахара, соль, зелень петрушки, укропа, 3 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, 1 ст. л. столового уксуса, 4 ст. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Нарезьте грибы на мелкие кусочки и отварите их в слегка подсоленной воде, пропустите через мясорубку, смешайте их с уксусом. Мелко нарежьте репчатый лук, помидоры, огурец, крутое яйцо, зелень петрушки, укропа, зеленый лук. Все как следует перемешайте, залейте сметаной. Добавьте растительное масло, еще раз перемешайте и подавайте к столу.

### «Чесночный»

*Требуется:* 2 стакана мясного бульона, по 2 моркови и луковицы, 70 г сливочного масла, головка чеснока, соль, перец, 3 лавровых листа.

*Способ приготовления.* Морковь нарежьте на мелкие кусочки. Добавьте мелко нарезанный репчатый лук, залейте бульоном и поставьте на огонь. Доведите смесь до кипения, затем положите перец, соль, лавровый лист, мелко нарезанный чеснок, сливочное масло. Все хорошо перемешайте, остудите соус и подавайте к столу.

...

### **Подсчитаем калории**

*Если лишние килограммы ни к чему, можно даже в традиционных соусах заменить некоторые высококалорийные продукты менее питательными, например, сметану молоком, орехи сушеными фруктами и т. п.*

### «Светлый»

*Требуется:* 3 стакана куриного бульона, по 1 ст. л. муки и лимонного сока, 20 г сливочного масла, соль, коренья петрушки, сельдерея, 4 лавровых листа, перец горошком.

*Способ приготовления.* Поджарьте муку на масле, разведите ее бульоном. Добавьте мелко нарезанные коренья сельдерея, петрушки, лавровый лист и перец горошком. На слабом огне варите соус примерно 25—30 минут. Затем процедите, коренья натрите на терке и добавьте к соусу. Посолите, введите лимонный сок, сливочное масло.

### «Сливочный»

*Требуется:* 100 г сливочного масла, 80 г муки, 1/2 стакана белого вина, 1 стакан сливок, 3 яйца, лимон, 4 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* На сливочном масле обжарьте муку до золотистого цвета, влейте вино и взбитые сливки. Поставьте смесь на медленный огонь и доведите до кипения. Затем добавьте сливочное масло. Желтки яиц смешайте с сахаром и взбейте до густой пены. Введите полученную массу в соус, перемешайте все как следует и остудите. Заправьте соус лимонным соком, еще раз все как следует перемешайте.

### «Клюквенный»

*Требуется:* 1 стакана воды, 50 г клюквы, 20 г сахара, 3 ст. л. цедры лимона или апельсина.

*Способ приготовления.* Клюкву тщательно разомните, залейте холодной водой, поставьте на огонь и доведите до кипения при постоянном помешивании. После закипания варите примерно 2—3 минуты, затем снимите с огня и процедите. Добавьте сахар, натертую цедру лимона или апельсина. На медленном огне разогрейте соус, чтобы сахар растворился. Остудите и подавайте к столу.

### Сметанный

*Требуется:* 1 стакан сметаны, 100 г варенья, яйцо, 2 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* В сметану добавьте варенье, яичный желток и все как следует перемешайте. Тщательно взбейте, добавьте сахар. Соус подавайте к столу в холодном виде.

...

### **Блинные советы**

*Соус рекомендуется варить или жарить во время приготовления основного блюда. Поэтому в процессе готовки следует распланировать свое время, тем более что некоторые соусы готовятся очень долго.*

### «Пикантный»

*Требуется:* 2 стакана мясного бульона, 5 ст. л. томатной пасты, по 1 ст. л. муки и столового уксуса, морковь, корень петрушки, луковица, 80 г сливочного масла, 1 ч. л. сахара соль.

*Способ приготовления.* Мелко нарежьте лук и корень петрушки и поджарьте их на масле. Затем посыпьте мукой, все перемешайте и добавьте томатную пасту. Вылейте на сковороду горячий мясной

бульон, варите соус на слабом огне примерно 15 минут. Затем посолите, введите столовый уксус и сливочное масло. Все как следует перемешайте и подавайте к столу.

#### **«Нежный»**

*Требуется:* по 2 стакана куриного бульона и сметаны, 40 г сливочного масла, 4 ст. л. муки, 2 ч. л. горчицы, 4 маринованных огурца, по 1 ст. л. столового уксуса и сахара, соль.

*Способ приготовления.* Обжарьте муку в сливочном масле, добавьте горячий бульон. На медленном огне доведите смесь до кипения. Затем введите сметану, еще раз доведите до кипения на медленном огне. Нарезьте на мелкие кусочки огурцы, потушите их в масле и положите в ранее приготовленный соус. Заправьте соус уксусом, сахаром и солью.

...

#### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Как блины печет... (говорят о чем-то, что делают быстро в большом количестве)*

#### **«Традиционный»**

*Требуется:* 1/2 стакана растительного масла, 2 ст. л. столового уксуса, 1/2 ч. л. сахара, соль, перец, 1 ч. л. томатной пасты, луковица.

*Способ приготовления.* Растительное масло, уксус, сахар, соль и перец как следует перемешайте, добавьте томатную пасту и заправьте тертым репчатым луком. Готовый соус охладите и подавайте к столу.

#### **«Яичный»**

*Требуется:* 1 стакан сметаны, 2 яйца, 1 ст. л. лимонного сока, 1/2 ч. л. горчицы, соль, 1 ч. л. сахара, перец.

*Способ приготовления.* Сварите яйца вкрутую, разомните желтки, добавьте горчицу, соль, сахар, перец, сок. Все как следует перемешайте и залейте сметаной. Охладите соус и подавайте к столу.

...

#### **Блинные советы**

*К сладким блюдам по кулинарным традициям подается сладкий или кисло-сладкий соус, например, творожный соус, одуванчиковый мед или соус с цукатами. Запеканки и блинницы можно подавать и с мясными, и с грибными соусами, и с икрой. Некоторые гурманы используют для пресных запеканок или*

*блинниц сладкие соусы, придающие блюду необычный вкус.*

#### **«Деликатесный»**

*Требуется:* 2 стакан сметаны, 50 г хрена, 100 г свежих грибов, соль, 4 ст. л. растительного масла, 1/2 стакана тертого сыра, 100 г вареной колбасы.

*Способ приготовления.* Грибы мелко нарежьте и отварите в чуть подсоленной воде, пропустите через мясорубку, добавьте сметану и все как следует перемешайте. Мелко нарежьте колбасу, смешайте ее с сыром. Залейте уксусом эту смесь и положите в сметану. Посолите, введите растительное масло, хрен, все перемешайте и подавайте к столу.

#### **«Ореховый»**

*Требуется:* 1 стакан сметаны, 100 г измельченных орехов, по 2 ст. л. лимонного сока и оливкового масла, соль.

*Способ приготовления.* Пропустите орехи через мясорубку, добавьте масло, перемешайте, введите лимонный сок, сметану. Посолите соус и подавайте его к столу.

...

#### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Соврать, как блин перевернуть.*

#### **«Крестьянский»**

*Требуется:* 300 г корней хрена, свекла, 200 г 9%-ного уксуса, 500 г воды, 1 ст. л. сахара, соль.

*Способ приготовления.* Корни хрена измельчите, залейте кипятком. Поставьте на огонь и варите несколько минут, пока корень не станет мягким. Затем положите тертую вареную свеклу, соль, сахар, влейте уксус. Все как следует перемешайте, остудите и подавайте к столу.

#### **«Деревенский»**

*Требуется:* 100 г сметаны, 2 ст. л. столового уксуса, по 5 листьев салата и шпината, зелень петрушки, укропа, зеленый лук, соль, 3 ст. л. растительного масла.

*Способ приготовления.* Листья поварите 2—3 минуты в кипятке, мелко нарубите, протрите их через сито, смешайте со сметаной. Добавьте уксус, соль. Все как следует перемешайте, охладите соус и подавайте к столу.

...

### **Блинные советы**

*Такие пряности, как тмин и анис, придадут блинам приятный сладковатый, пряный и нежный вкус. Как и прочие пряности и специи, их берут в небольшом количестве, иначе эффект получится обратный (изделие приобретет ярко выраженный неприятный привкус).*

### **«Творожный»**

*Требуется: 500 г творога, 150 г сахара, 2 яйца, по 1 стакану сливок и клубничного джема, 3 стакана молока.*

*Способ приготовления. Отделите белки от желтков. Белки смешайте с сахаром и взбейте до густой пены. Затем добавьте творог, взбитые сливки, клубничный джем. Полученную массу перемешайте, разбавьте горячим молоком и подавайте к столу.*

### **«Царский»**

*Требуется: 7 ст. л. черной икры, 1/2 стакана сметаны, 50 г сливочного масла, 1 ст. л. лимонного сока, соль, зелень укропа.*

*Способ приготовления. Добавьте в икру лимонный сок, перемешайте, положите сливочное масло, измельченную зелень укропа. Залейте сметаной, все как следует перемешайте и подавайте к столу.*

### **Майонезный**

*Требуется: 250 г майонеза, по 1 ч. л. горчицы и сахара, по 1 ст. л. сливок и лимонного сока, 2 ст. л. белого вина, перец.*

*Способ приготовления. Майонез слегка подогрейте на водяной бане, положите в него горчицу, сливки, сахар, перец. Вмешайте лимонный сок и белое вино, взбейте до однородной массы.*

### **Кефирный**

*Требуется: 1 стакан кефира повышенной жирности, 2 ч. л. сахара, 1 ст. л. апельсинового сока, 1 ч. л. лимонного сока, 1/2 стакана орехов.*

*Способ приготовления. В кефир введите сахар, апельсиновый и лимонный соки. Измельчите или растолките орехи, положите их в общую массу и перемешайте. Поставьте соус в холодное место примерно на 2 часа.*

...

### **Блинные советы**

*Негорький эстрагон, обладающий слабым приятным запахом, при добавлении в тесто делает вкус выпечки пикантным и немного терпким. С той же целью добавляют немного ванили (можно с сахаром).*

### **Из тыквы с медом**

*Требуется: 200 г тыквы, по 2 ст. л. меда и сливочного масла, 2 яйца, 1 ч. л. сметаны, 1 ст. л. лимонного сока.*

*Способ приготовления.* Тыкву нарежьте тонкими ломтиками, залейте небольшим количеством воды и варите до готовности на медленном огне, воду слейте, добавьте масло и мед, остудите, положите сметану и тщательно взбитые яйца, перемешайте. Поставьте на медленный огонь и при постоянном помешивании варите примерно 15 минут.

### **Сырный**

*Требуется: 1 яйцо, по 1/2 стакана воды и сметаны, по 100 г сыра и сливочного масла, 3 ст. л. томатного соуса или кетчупа, соль, перец.*

*Способ приготовления.* Сыр натрите на терке, предварительно подержав его в морозильной камере. Залейте водой, положите соль, взбитое яйцо, сливочное масло, поставьте на медленный огонь и варите примерно 10 минут. Затем остудите, введите сметану, острый томатный соус и перец и хорошо перемешайте.

...

### **О блинах**

*«...в кастрюле на плите стоит тесто для гречневых блинчиков...»*

*Поджаривая блины до нужного коричневого оттенка, Фриц молчал, так как не мог позволить себе разговаривать. Лишь поставив передо мной первые два блина вместе с колбасой и, поливая их маслом, он произнес...»*

*Рекс Стаут. «Звонок в дверь»*

### **Из помидоров**

*Требуется: по 2 помидора и луковицы, 2 ст. л. растительного масла, по 1/2 стакана сметаны и воды, 1 ч. л. сахара, соль, перец.*

*Способ приготовления.* Помидоры обдайте кипятком, нарежьте кружочками, измельчите луковицу. Разогрейте на сковороде растительное масло, обжарьте лук с помидорами, посолите, тушите несколько минут на медленном огне. Затем положите

сметану, соль, перец, влейте воду и тушите примерно 15 минут.

### **Луковый**

*Требуется:* 4 луковицы, яйцо, 1 ст. л. уксуса, по пучку петрушки, укропа и зеленого лука, по 1 ч. л. растительного масла и сахара, 3 ст. л. майонеза, соль, перец, 1/2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Луковицы измельчите. На разогретом растительном масле обжарьте лук до золотистого цвета, затем залейте его водой, добавьте уксус, майонез, соль, сахар, перец и тушите примерно 15 минут. Измельчите петрушку, укроп и лук, положите эту зелень в общую смесь, хорошо перемешайте и остудите.

### **Яблочный**

*Требуется:* 700 г яблок, 1 ч. л. корицы, 20 г сливочного масла, 1 стакан молока, 4 ст. л. сахарной пудры, 1 ст. л. лимонного сока.

*Способ приготовления.* Яблоки очистите, нарежьте кусочками, залейте молоком и варите до готовности. Протрите их через сито, добавьте сахарную пудру и сливочное масло. В остывший соус введите лимонный сок и корицу, тщательно перемешайте.

...

### **Блинные советы**

*Для приготовления любого блинного теста лучше применять рафинированное растительное масло.*

*Нерафинированное масло перед добавлением прогрейте на сковороде до исчезновения желтого цвета, затем немного остудите, чтобы тесто не заварилось, и только потом добавляйте в тесто.*

### **Из ревеня**

*Требуется:* 500 г ревеня, яйцо, 100 г сметаны, 5 ст. л. сахара, 1/2 апельсина, 1 ст. л. лимонного сока, 1/2 ч. л. ванилина, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Очистите ревень от кожицы, нарежьте его мелкими кусочками, посыпьте сахаром и оставьте на некоторое время, чтобы он пропитался. Залейте водой, добавьте сметану и взбитые яйца, поставьте на медленный огонь и проварите примерно 20 минут. Остудите и введите ванилин, лимонный сок и мелко порезанную апельсиновую цедру, тщательно перемешайте.

### **Желтковый**



*Требуется:* 3 желтка, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана сахара, 1 стакан молока, 1 ч. л. муки, 1/2 ч. л. ванилина.

*Способ приготовления.* Желтки разотрите с мукой, положите растопленное сливочное масло, сахар, ванилин и корицу, все хорошо размешайте. Залейте холодным молоком, затем посуду поставьте на медленный огонь и проварите примерно 10 минут при постоянном помешивании. Остудите.

### **Яблочный с коньяком**

*Требуется:* 300 г яблок, 1 ст. л. коньяка, по 2 ст. л. сахара и сливок, 1/2 ч. л. ванилина, 1 стакан воды, 1 ч. л. лимонного сока, 20 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Яблоки очистите и нарежьте тонкими ломтиками. Налейте воды, поставьте на медленный огонь и варите до готовности. Затем протрите яблоки через сито, в полученную массу положите сливочное масло, сливки, сахар, лимонный сок, ванилин. Все тщательно перемешайте, а когда смесь остынет, добавьте в нее коньяк.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Растекся, как блин по сковородке.*

### **Грушевый**

*Требуется:* 300 г груш, 1/4 лимона, по 1 стакану сахара и сливок, 1/2 апельсина, по 1/2 ч. л. ванилина и корицы.

*Способ приготовления.* Груши натрите на терке или пропустите через мясорубку, положите сахар, мелко порезанную апельсиновую цедру, корицу и ванилин, залейте сливками, перемешайте. Поставьте на медленный огонь и варите примерно 10 минут после того, как смесь закипит. Остудите и добавьте лимонный сок и ванилин.

### **Из варенья**

*Требуется:* по 1/2 стакана малинового варенья и молока, по 1 ч. л. коньяка и крахмала, 1 ст. л. апельсинового сока, 1/3 ч. л. ванилина.

*Способ приготовления.* Варенье перемешайте с молоком, коньяком, апельсиновым соком и ванилином. Поставьте на медленный огонь и слегка подогрейте. Затем добавьте крахмал, размешайте и подержите на огне еще полминуты. Остудите.

### **Абрикосовый**

*Требуется:* 200 г сушеных абрикосов, 1/2 лимона, 1/2 стакана сахара, 1/2 апельсина, 1/2 ч. л. ванилина, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Абрикосы залейте водой и оставьте на некоторое время, отварите в этой же воде до готовности и протрите через сито. Добавьте сахар, лимонный сок, мелко порезанную апельсиновую цедру, ванилин. Все хорошо перемешайте и поставьте посуду на медленный огонь. Варите примерно 10 минут.

...

#### **Блинные советы**

*Если к столу подаются блинчики с мясной начинкой, в соус из простокваши можно добавить взбитый желток, лимонную цедру и сахар.*

### **Вишневый**

*Требуется:* 200 г вишни, 1 стакан сахара, 1,5 стакана воды, 1 ст.

л. апельсинового сока, 1/2 ч. л. ванилина, 1 ч. л. крахмала.

*Способ приготовления.* Из вишни удалите косточки и засыпьте сахаром, налейте воды, поставьте на медленный огонь примерно на 20 минут. В вишневый отвар положите сахар, апельсиновый сок, ванилин, крахмал и подержите на огне еще минуту. Затем остудите.

### **Ягодный**

*Требуется:* 300 г клубники, 1 стакан сахара, по 1 ст. л. желатина и лимонного сока, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Клубнику помните деревянным пестиком, залейте водой и поставьте на медленный огонь. Поварите примерно 20 минут, добавьте сахар, предварительно замоченный желатин и лимонный сок. Подержите на огне еще полминуты, затем остудите.

### **Сливовый**

*Требуется:* 200 г сливы, 1 стакан сахара, 1 ст. л. желатина, 1/2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Из сливы удалите косточки, залейте водой и поставьте на медленный огонь. Варите до готовности, затем протрите смесь через сито, введите сахар и предварительно замоченный желатин. Подержите на огне еще примерно минуту, затем снимите и остудите.

...

### **Блинные советы**

*К блинчикам с овощной начинкой можно предложить майонезный соус.*

### **Из сухофруктов**

*Требуется:* по 100 изюма, кураги и сушеных яблок, 1/2 лимона, 1/2 стакана сахара, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Изюм, курагу и сушеные яблоки промойте, залейте кипятком и дайте настояться. Затем поставьте на огонь и варите до готовности. В горячем состоянии смесь протрите через сито, добавьте сахар и лимонный сок, все хорошо перемешайте.

### **Манный**

*Требуется:* 1 ст. л. манной крупы, 1,5 стакана молока, 2 ст. л. малинового или вишневого сиропа, 2 ч. л. сахара, 1/2 ч. л. ванилина, 20 г сливочного масла.

*Способ приготовления.* Молоко смешайте с сиропом, положите сахар и ванилин, поставьте на медленный огонь и доведите до кипения. Затем всыпьте манку и варите еще примерно 10 минут. В готовый соус добавьте сливочное масло.

## Глава 18. Напитки к блинам

Издавна на Руси ко всевозможным блинам и блинчикам хлебосольные хозяйки подавали такие традиционно русские напитки, как квас и чай. В настоящее же время список напитков, которые подаются к блинам, огромен. Это различные коктейли, кофе, кисели и компоты. Наши рецепты помогут вам порадовать родных и друзей.

### Чай черный

*Требуется:* 1 ч. л. индийского или цейлонского черного крупнолистового чая, 2—3 ч. л. сахара, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Заварочный чайник, желательно фарфоровый, ополосните крутым кипятком. Засыпьте чай и залейте кипятком. Дайте настояться в течение 5—6 минут. Можно накрыть чайник салфеткой, чтобы настой чая получился более крепким.

### Чай с лимоном

*Требуется:* 2 ч. л. крупнолистового или гранулированного чая, 2—3 ч. л. сахара, 1 лимон, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Заварочный чайник обдайте кипятком, засыпьте чай и залейте кипятком наполовину. Дайте настояться 2—3 минуты. Затем долейте воду и настаивайте еще 1—2 минуты. Лимон обдайте кипятком. Нарежьте на кружочки, поделите их на дольки. Подавайте на отдельном блюде, при желании посыпав сахаром.

Готовый чай налейте в чашку, положите дольку лимона, по вкусу сахар и размешайте.

...

### **Из жизни великих**

*В 1745 году Императорская Академия наук выпустила ранее составленные по заданию Петра 1 знаменитые «Показания к житейскому обхождению», которые содержали свод серьезных и забавных наставлений по поводу яств и поведения за столом. Вот некоторые из них: «Хлеба и блинов не режь и ешь руками. Не облизывай перстов и не чавкай».*

### **Чай со сливками**

*Требуется:* по 2 ч. л. гранулированного чая и нежирных сливок, 3 ч. л. сахара, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Ополосните только что закипевшей водой заварочный чайник и засыпьте туда заварку, залейте кипятком на одну треть, накройте крышкой и дайте настояться в течение 4—5 минут. После этого долейте оставшуюся воду и оставьте чай настаиваться еще 2—3 минуты.

Готовый чай разлейте в чашки, положите сахар и сливки и хорошо размешайте. Нежирные сливки по желанию прокипятите, прежде чем добавить в чай. В этом случае чай будет гораздо вкуснее. Этот чай особенно хорош с блинчиками с творожной начинкой.

### **Ягодный чай**

*Требуется:* 2—3 ч. л. гранулированного чая, 3 ч. л. сахара, 3—4 клубники, 1 ст. л. черной смородины, 5 вишен, 2—3 стакана воды.

*Способ приготовления.* Воду доведите до кипения и крутым кипятком ополосните заварочный чайник. Засыпьте в него заварку и залейте крутым кипятком. Накройте салфеткой и дайте настояться в течение 2—3 минут.

Ягоды очистите от плодоножек и хорошо промойте. Вишню оставьте с косточками. Положите ягоды в заварочный чайник и настаивайте еще 2 минуты.

Готовый чай разлейте в чашки, насыпьте сахар и размешайте. Ягодный чай можно подавать с предварительно нарезанным лимоном.

### **Цитрусовый чай**

*Требуется:* 3 ч. л. черного крупнолистового чая, 1/4 стакана свежесжатого апельсинового сока, 3 ст. л. сахара, 2 ст. л. коньяка, лимон, 3 стакана воды.

*Способ приготовления.* В предварительно прогретый заварочный чайник засыпьте сухую заварку и залейте ее кипятком. Затем дайте настояться 5—6 минут.

Готовый чай разлейте в чашкам. Когда он немного остынет, добавьте в него чуть подогретый коньяк и апельсиновый сок. Затем засыпьте сахар по вкусу и хорошо перемешайте. Этот чай подают теплым. Перед подачей положите небольшой кружочек лимона.

...

### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Пора по горам кататься, в блинах поваляться, сердцем*

потешиться.

### Мятный чай

*Требуется:* 2—3 ст. л. сушеной мяты, 5 ст. л. сахара, лимон, 1 л воды.

*Способ приготовления.* В кипящую воду бросьте листочки мяты и продолжайте кипятить 2—3 минуты. Дайте настояться 10 минут, после чего процедите и разлейте в чашкам.

Добавьте сахар и хорошо перемешайте. Перед подачей положите кружочек лимона.

### Чай «Липовый цвет»

*Требуется:* 3—4 ст. л. сушеного липового цвета, 4—5 ст. л. сахара или липового меда, 1 л воды.

*Способ приготовления (1).* В небольшую посуду засыпьте липовый цвет, залейте его крутым кипятком и дайте настояться 10—15 минут. Перед подачей на стол положите сахар или мед и размешайте.

*Способ приготовления (2).* Липовый цвет залейте холодной водой, доведите до кипения, но не кипятите. Затем оставьте на 10 минут настояться. Подавайте с медом или сахаром. Так можете приготовить и ромашковый чай.

### Напиток «Молочный»

*Требуется:* 1 л молока, 150 г сахара, 250 г грецких орехов.

*Способ приготовления.* Ядра грецких орехов измельчите. В молоке растворите сахар и соедините с ореховой массой. Поставьте на огонь, доведите до кипения и варите 10—15 минут при слабом кипении. Охладите и подавайте к блинчикам.

...

### **Русские традиции**

*В старые добрые времена хозяйки, имевшие хорошую репутацию, непременно угощали внезапно нагрянувших гостей блинами, благо, что они легки в приготовлении. Как правило, к блинам подавали свежесваренный чай из самовара, растопленное сливочное масло и мед. В настоящее же время с блинами пьют не только чай, но и кофе, компоты и другие разнообразные напитки.*

### Напиток из ревеня

*Требуется:* 300 г ревеня (стебли), 120 г сахара, 2 г лимонной кислоты или сок одного лимона, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Ревень промойте и удалите грубые наружные волокна. Мелко его нарежьте и варите в закрытой посуде 15—20 минут. Настаивайте 10 минут. Процедите, добавьте сахар, лимонную кислоту или сок лимона. Напиток подавайте охлажденным.

#### **Напиток «Вишенка»**

*Требуется:* 500 г свежей или консервированной вишни, 150 г сахара, 2 л воды.

*Способ приготовления.* Вишню, с косточками или без залейте холодной водой, поставьте на огонь и доведите до кипения. Насыпьте сахар и кипятите в течение 2 минут. К блинам подавайте охлажденным.

#### **Апельсиновый напиток**

*Требуется:* 1 стакан молока, 1/2 стакана апельсинового сока, 2 ст. л. сахара.

*Способ приготовления.* Апельсиновый сок и слегка подогретое молоко смешайте, положите сахар и взбейте венчиком или миксером, чтобы получилась однородная масса. К блинчикам подавайте в охлажденном виде.

...

#### ***Из жизни великих***

*А.П. Керн пишет, что А.А. Дельвиг не любил обедать у стариков Пушкиных, которые не были гурманами. И в этом случае он был одного мнения с Александром Сергеевичем. Чтобы заманить А.С. Пушкина, в доме родителей пекли специальные блины с припеком, которые он очень любил.*

#### **Молоко с фруктово-ягодным сиропом**

*Требуется:* 2 стакана молока, 5—6 ст. л. какого-либо фруктового сиропа, 1/2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Молоко доведите до кипения, но не кипятите. Затем охладите его до комнатной температуры и добавьте сироп. Хорошо перемешайте, влейте кипяченую холодную воду и охладите.

#### **Напиток «Лимонная симфония»**

*Требуется:* 1 стакан сахара, 2 лимона, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Лимоны ошпарьте кипятком и очистите от кожуры, выдавите сок. Залейте теплой кипяченой водой и добавьте сахар. Хорошо размешайте, остудите и разлейте в бокалы. Украсьте дольками лимона, прикрепив их к краям бокалов. Этот лимонный напиток хорошо подходит к блинчикам с начинкой.

### **Напиток из клюквы**

*Требуется:* 1 стакан клюквы, 3/4 стакана сахара, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Клюкву разомните деревянной ложкой, отожмите сок через двойной слой марли. Выжимки залейте водой, вскипятите и процедите. Затем всыпьте сахар и хорошо перемешайте. Когда напиток остынет, влейте сок, размешайте и подавайте к столу.

...

### **Русские традиции**

*В России существовал крестьянский обычай рано утром, перед выходом на работы в поле съедать и пить что-нибудь холодное, не требующее особенного приготовления. Поэтому хозяйки с вечера напекали блинов, которые оставались и на утро. А запивали еду крестьяне исконно русским напитком – квасом или ели блины с простоквашей, потому что сливочное масло, известное современникам, появилось в России лишь в XIX веке.*

### **Напиток «Клубника в молоке»**

*Требуется:* 4 стакана молока, 2 стакана клубничного сока, 2 ст. л. сахара, 100 г свежей клубники.

*Способ приготовления.* Клубничный сок или свежую клубнику, размятую деревянной ложкой, смешайте с сахаром. Взбивая, добавьте постепенно холодное кипяченое молоко. По желанию молоко можно немного подогреть.

### **Томатный напиток**

*Требуется:* 500 г свежих помидоров или 3 стакана томатного сока, 3 горошины душистого перца, соль, 2 гвоздики, 1/2 л воды.

*Способ приготовления.* Помидоры ошпарьте кипятком, снимите кожицу и протрите через мелкое сито. Томатный сок со специями варите в небольшой кастрюле в течение 15 минут. Затем процедите и остудите. Охлажденный томатный напиток подавайте



к блинчикам с мясной или ливерной начинкой.

### **Малиновый морс**

*Требуется:* 2 стакана малины, 1/2 стакана сахара, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Малину разомните, отожмите сок через марлю. Выжимки от ягод залейте водой и вскипятите. Процедите, добавьте сахар и малиновый сок и размешайте.

### **Кофе с молоком или сливками**

*Требуется:* 1 ч. л. черного молотого кофе, по 2 ч. л. сахара и молока или нежирных сливок, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Молотый кофе залейте кипятком, поставьте на огонь и доведите до кипения. Как только вода закипит, снимите с огня и разлейте кофе в стаканы или кофейные чашки, не доливая приблизительно на одну пятую часть. Сахар и кипяченое молоко или сливки подавайте отдельно.

### **Кофе на молоке**

*Требуется:* 2 ч. л. молотого черного кофе, 2 стакана молока, 7—8 ч. л. сахара, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Залейте растворимый кофе кипятком из расчета на 1 стакан 1 ч. л. Затем добавьте молоко и сахар и доведите до кипения. Разлейте в кофейные чашки и в каждую положите горячую молочную пенку. Кофе на молоке особенно подходит к блинницам и блинчикам с начинкой.

### **Холодный кофе**

*Требуется:* 2 ч. л. черного молотого кофе, 3—4 ч. л. сахара, 4 ч. л. сливок средней жирности, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Молотый кофе залейте кипятком, поставьте на огонь и доведите до кипения. Затем процедите, положите сахар, перемешайте и охладите. При подаче добавьте холодные сливки и разлейте в чашки. По желанию можете взбить охлажденные сливки и украсить кофе непосредственно в чашках.

...

### ***Из жизни великих***

*Казалось бы, что может быть проще блинов. Фантазия же и мастерство русских кулинаров позволили превратить это прозаическое блюдо в подлинный шедевр и украшение праздничного стола. Великая императрица Екатерина не устраивала ни одного*

*праздника без блинов, к которым подавались квасы и пунши. Особенно почитала она блины с семгой и сельдью.*

### **Какао**

*Требуется: 2 ч. л. какао-порошка, 4 ч. л. сахара, 2 стакана воды или молока.*

*Способ приготовления.* Какао хорошо перемешайте с сахаром, влейте в эту смесь кипяток или горячее молоко и тщательно разотрите полученную массу, чтобы не было комочков. В растертое какао влейте, постоянно помешивая, горячее молоко. Дайте смеси закипеть и кипятите на слабом огне 2—3 минуты. Затем снимите и разлейте в чашки.

### **Какао со сгущенным молоком**

*Требуется: 3 ч. л. какао, 3 стакана молока, по 6 ч. л. сахара и сгущенного молока.*

*Способ приготовления.* Какао-порошок и сахар разбавьте в небольшом количестве горячего молока и размешайте до однородной массы. Затем в растертое какао влейте оставшееся горячее молоко и доведите до кипения. Положите сгущенное молоко и размешайте. Разлейте в чашки и подавайте к блинам.

### **Какао со взбитыми сливками**

*Требуется: 3 ч. л. какао-порошка, 3 стакана молока, 6—7 ч. л. сахара, 2 ст. л. густых сливок, 1 ст. л. сахарной пудры, 1 г ванильного сахара.*

*Способ приготовления.* Какао-порошок перемешайте с сахарным песком и ванилином, добавьте небольшое количество теплого молока и перемешайте массу до однородности. Затем, непрерывно помешивая, влейте оставшуюся часть горячего молока, перемешайте, поставьте на огонь и доведите до кипения. Снимите с огня и разлейте в чашки, заполнив их на треть. Сверху выдавите украшение в виде розочки из взбитых с сахарной пудрой сливок.

...

### **Русские традиции**

*Большой популярностью на Руси пользовались различные отвары из шиповника и других полезных плодов. Сейчас же они уступили место всевозможным фруктовым и ягодным сокам, которые можно приготовить самим или приобрести в готовом виде.*

### **Какао с яичным желтком**

*Требуется:* 2—3 ч. л. какао-порошка, 2 стакана молока, 4 ч. л. сахарного песка, яичные желтки.

*Способ приготовления.* Порошок какао залейте горячим молоком, добавьте сахар и перемешайте. Поставьте на медленный огонь и доведите до кипения. Яичные желтки разотрите с сахарной пудрой и разведите небольшим количеством готового какао, влейте в какао и взбейте венчиком или миксером. После этого какао немедленно разлейте в бокалы и подавайте к блинам.

### **Апельсиновый сок со сливками**

*Требуется:* 5—6 свежих апельсинов или 1 стакан готового апельсинового сока, яичный желток, 4 ст. л. сахара, 1/3 стакана нежирных сливок.

*Способ приготовления.* Желтки взбейте с сахарным песком, влейте апельсиновый сок. Перемешайте, разлейте в бокалы и долейте сливками. Этот сок прекрасно подходит к блинчикам с припеком.

### **Кисель клюквенный**

*Требуется:* 2 стакана свежей клюквы, 1,5 стакана сахара, 4 ст. л. картофельного крахмала, 4—5 стаканов воды.

*Способ приготовления.* Ягоды хорошо разомните деревянной ложкой. Влейте небольшое количество холодной кипяченой воды и протрите ягоды через сито или отожмите через марлю.

Выжимки от ягод залейте водой и поставьте на огонь. Доведите до кипения и кипятите 5 минут, после чего процедите. В процеженный отвар положите сахар и еще раз вскипятите. Картофельный крахмал разведите небольшим количеством кипяченой прохладной воды и размешайте до получения однородной массы.

Влейте в отвар разведенный крахмал и, не прекращая помешивать, доведите до кипения. В готовый кисель влейте отжатый через марлю клюквенный сок и хорошо размешайте. Остудите и подавайте к блинчикам. Кисель можно подать также и горячим.

### **Клубничный кисель**

*Требуется:* 2 стакана клубники, 1,5 стакана сахара, 4 ст. л. крахмала, 4 стакана воды.

*Способ приготовления.* Свежую клубнику протрите через сито. Сварите сироп, заварите его разведенным картофельным

крахмалом. После этого дайте еще раз вскипеть. В горячий кисель положите приготовленное клубничное пюре и хорошо перемешайте. Подавайте к блинам теплым или охлажденным.

### **Вишневый кисель**

*Требуется:* 2 стакана вишни, 4 ст. л. крахмала, 2 стакана сахара, 5 стаканов воды.

*Способ приготовления.* Вишню освободите от косточек, пересыпьте сахаром и оставьте на час. В течение этого времени несколько раз перемешайте ягоды, чтобы образовалось больше сока, и слейте его.

Косточки от ягод залейте горячей водой. Вскипятите и процедите. Полученным отваром залейте ягоды и еще раз вскипятите. В кипящий отвар осторожно влейте разведенный картофельный крахмал и снова доведите до кипения. Затем снимите с огня. В готовый кисель влейте вишневый сок и хорошо перемешайте.

### **Кисель яблочный**

*Требуется:* 400—500 г яблок, 1 стакан сахара, 2 ст. л. картофельного крахмала, 3—4 стакана воды.

*Способ приготовления.* Яблоки нарежьте тонкими ломтиками, залейте водой и поставьте на огонь. Через 10—15 минут, когда яблоки разварятся, выньте их и протрите через мелкое сито, чтобы получилось пюре.

Яблочное пюре смешайте с отваром. Положите сахар и вскипятите. Затем добавьте разведенный небольшим количеством воды крахмал, постоянно помешивая. Доведите до кипения, снимите с огня и охладите.

...

### ***Из жизни великих***

*Великий русский писатель Л.Н. Толстой не раз высказывал мысль о том, что если бы люди питались простой и здоровой пищей, то они не знали бы многих болезней. Сам же он предпочитал после русской баньки, которую очень любил, полакомиться блинчиками с медом и кваском.*

### **Кисель из шиповника**

*Требуется:* 50 г сухих ягод шиповника, 3/4 стакана сахара, 2 ст. л. крахмала, 3 стакана воды.

*Способ приготовления.* Сухие ягоды шиповника залейте холодной водой и варите 15—20 минут. Когда ягоды станут мягкими, отвар

отцедите, а шиповник разомните деревянной ложкой. К выжимкам подлейте еще воды и вскипятите смесь. После этого процедите жидкость в отвар. Добавьте сахар и разведенный картофельный крахмал и еще раз вскипятите.

#### **Молочный кисель**

*Требуется:* 3 стакана молока, 2 ст. л. кукурузного или картофельного крахмала, 3/4 стакана сахара.

*Способ приготовления.* Молоко вскипятите, прибавьте сахарный песок и размешайте. Картофельный или кукурузный крахмал разведите стаканом холодного молока или кипяченой воды, влейте в кипящее молоко и, постоянно помешивая, варите 5 минут на слабом огне.

В готовый кисель, пока он не остыл, для придания аромата добавьте ванилин или тертую цедру лимона или апельсина и хорошо перемешайте. Разлейте кисель в чашки. К блинам подавайте охлажденным.

#### **Компот яблочный**

*Требуется:* 500 г кислых яблок, 1 стакан сахара, 20 г цедры лимона или апельсина, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Яблоки очистите, нарежьте и залейте водой, всыпьте сахарный песок, доведите до кипения и варите 10—15 минут, пока они не станут мягкими. В готовый компот положите тертую цедру апельсина или лимона. Подавайте охлажденным.

#### **Компот из персиков**

*Требуется:* 400—500 г персиков, 3/4 стакана сахара, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Персики ошпарьте кипящей водой и сразу очистите от кожицы. Удалите косточки. В воде размешайте сахар и положите половинки персиков, доведите жидкость до кипения, но не кипятите. Затем сразу же снимите с огня и введите немного ванильного сахара.

...

#### **Пословицы и поговорки о блинах**

*Ежели сначала бить – опосля блином не заманить.*

#### **Вишневый компот**

*Требуется:* 200 г вишни, 3/4 стакана сахара, 1 г лимонной кислоты, 4 стакана воды.

*Способ приготовления.* Вишню освободите от косточек, пересыпьте сахаром и оставьте до появления сока. Вишневые косточки залейте горячей водой и прокипятите. В полученный отвар добавьте вишню с сахаром и доведите до кипения. Как только компот закипит, снимите с огня, влейте сок. Напиток подавайте охлажденным.

### **Компот яблочно-мандариновый**

*Требуется:* 4—5 мандаринов, 200—250 г кислых яблок, 1 стакан сахара, 5 стаканов воды.

*Способ применения.* Мандарины очистите от кожицы, разделите на дольки. С кожицы мандаринов срежьте белую мякоть, а верхний слой (цедру) мелко нарежьте в виде соломки и прокипятите в небольшом количестве воды.

После этого кожуру удалите. В отвар цедры всыпьте сахар и размешайте. Яблоки порежьте на дольки и положите в отвар, доведите до кипения и варите на медленном огне 10—15 минут, пока яблоки не станут мягкими. Снимите с огня и дайте компоту немного остыть. Введите в него дольки мандаринов, остудите, разлейте в бокалы и подавайте.

### **Компот из сухофруктов**

*Требуется:* 200 г сушеных фруктов, 1 стакан сахарного песка, 1 л воды.

*Способ приготовления.* Сушеные фрукты (яблоки, груши, сливы и др.) залейте холодной водой. Часть воды доведите до кипения. Сначала в кипяток положите груши и варите 25—30 минут, затем добавьте яблоки и варите еще 10—15 минут. Далее всыпьте сахар, введите остальные фрукты вместе с настоем и варите с момента закипания 10 минут. Снимите с огня, накройте крышкой и охладите.

...

#### **Блинные советы**

*К горячим блинам или блинчикам рекомендуется подавать охлажденные напитки.*

#### **Коктейль «Кофейный»**

*Требуется:* 1 стакан черного холодного кофе, 2—3 ч. л. сахарного песка, 2 ст. л. молочного или сливочного мороженого.

*Способ приготовления.* Все продукты соедините и взбейте в миксере в течение 1—2 минут. Разлейте коктейль в бокалы, сбрызните апельсиновым соком. Посыпьте мелко размолотым кофе.

#### **Черносмородиновый коктейль**

*Требуется:* 1/2 л сока черной смородины, 1/3 л холодного стерилизованного молока, яйцо, 3 ст. л. сахара, 4 кубика пищевого льда.

*Способ приготовления.* Яйцо взбейте с сахаром до полного исчезновения сахарных крупинок. Влейте холодное кипяченое молоко и сок черной смородины. Размешайте и взбейте миксером или венчиком. Разлейте коктейль в бокалы и охладите. Подавайте с кубиками льда.

...

#### **Блинные советы**

*Кисели к блинам или блинчикам лучше подавать горячими или теплыми.*

#### **Морковно-яблочный коктейль**

*Требуется:* 1/3 л морковного сока, 1/2 л яблочного сока, 50 г лимонного сока, 2—3 ст. л. меда или сахара, 4 кубика пищевого льда.

*Способ приготовления.* Яблочный, морковный и лимонный соки соедините и размешайте, положите сахар или мед и взбейте все в миксере в течение 1—2 минут. Охладите коктейль и разлейте в бокалы. В каждый бокал положите кубик льда. На край бокалов наденьте дольки апельсина, предварительно надрезав их в месте соединения мякоти и цедры.



## Заключение

Изучив это издание, а главное, попробовав на практике применить теоретические сведения, которые вы из него почерпнули, вы наверняка станете если не крупным специалистом в области выпечки всевозможных блинов, то по крайней мере довольно проворно овладеете сковородками и сумеете сносно приготовить тесто. Теперь вам по плечу не только традиционные блины, но и воздушные блинчики, и миниатюрные блинцы, и различные блинчатые пироги и блинницы. Мы надеемся, что по примеру многих великих людей вы полюбите это простое, но одновременно оригинальное блюдо. Причем не просто полюбите, но захотите и дальше экспериментировать на кухне, уже самостоятельно создавая рецепты.

Безусловно, все близкие и друзья по достоинству оценят ваше новое увлечение, и с этого момента даже сами частенько станут напрашиваться в гости на блины. Конечно же, праздник, как правило, получается более веселым, когда на столе красуются румяные и пышные блины, как бы даря обитателям дома частичку могущества и солнечного настроения.

Прочитав книгу и поэкспериментировав на кухне, вы устроите для домочадцев и гостей настоящий сюрприз, пригласив на чаепитие, где все блюда будут так или иначе состоять из блинов, настолько разнообразных и вкусных, что наверняка не найдется недовольных. Любителям мяса и рыбы вы сможете предложить блинчики с различной мясной и рыбной начинкой, любителям остренького наверняка понравятся блины с припеком и с соответствующим соусом. Прекрасно разнообразят ваш стол блинники и блинные запеканки. Приверженцам традиционных блинов предложите изделия из дрожжевого и пресного теста с различными соусами и кремами, а сладкоежкам, безусловно, придется по вкусу блинчики со всевозможными сладкими начинками, запеканки и блинчатые пироги.

Мы уверены, что благодаря нашему изданию вы приобретете неоценимо важный опыт, почерпнете из него много интересной информации и станете творчески подходить к такому казалось бы обыденному процессу, как приготовление пищи.