

ваш домашний повар



КАРТОШКА ЧУДО- рецепты



Сергей Павлович Кашин
Картошка. Чудо-рецепты
Серия «Ваш домашний повар»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5960840

Ваш домашний повар. Картошка. Чудо-рецепты / [сост. С. П. Кашин].:

РИПОЛ классик; Москва; 2012

ISBN 978-5-386-04831-0

Аннотация

В этой книге вы найдете огромное количество рецептов блюд из картошки, привычных и неожиданных. Первые блюда, супы-пюре, вторые, салаты, закуски, выпечка и многое другое из картошки к вашему торжественному и повседневному столу.

Содержание

Полезные советы	5
Секреты нарезки картофеля	14
Готовим из картофеля	17
Супы	18
Картофельный суп классический	18
Суп «бабушкин рецепт»	19
Суп картофельный с черносливом	21
Картофельный суп с пшеном	22
Картофельный суп со свиным шпиком	23
Картофельный суп с манной крупой	24
Картофельный суп с перловой крупой	25
Картофельный суп с горохом	27
Картофельный суп с брынзой	28
Картофельный суп с кислым молоком	29
Картофельный суп с капустой и помидорами	30
Картофельный суп с жареными помидорами	32
Картофельный суп с сыром	34
Картофельный суп со щавелем	36
Картофельный кулеш	37
Картофельный суп с бараниной	38
Картофельный суп с соей	40
Картофельный суп по-крестьянски	42
Картофельный суп с сосисками	44

Картофельный суп с гренками из творога	45
Картофельный суп с фасолью	47
Картофельный суп с цветной капустой и луком-пореем	49
Картофельный суп-лапша	51
Картофельный суп с опятами	52
Картофельный суп с белыми грибами	53
Конец ознакомительного фрагмента.	55

Составитель Сергей Павлович Кашин Ваш домашний повар. Картошка. Чудо-рецепты

Полезные советы

Сейчас трудно представить, что три века назад люди не знали кулинарных блюд из этого вкуснейшего овоща. В наши дни картофель давно стал привычным кушаньем. И возможно, кое-кто скептически пожмет плечами: «Ну чем тут еще можно удивить?!» И будет неправ. Мы дадим вам несколько полезных советов.

1. Чтобы картошка сварилась вкусной, положите в кастрюлю чеснок или укроп (если он сушеный, заверните его в марлечку).

2. Если картошка варится в мундире, добавьте в воду несколько капель уксуса, чтобы кожица не лопалась.

3. Если вы собираетесь варить картофель в мундире, тщательно вымойте клубни и опустите их обязательно в горячую воду.

В этом случае почти все минеральные вещества сохра-

няются, они связаны с белком, который в горячей воде моментально свертывается и не позволяет полезным веществам разрушаться.

4. Если у вас нет возможности залить картошку горячей водой, опустите ее в холодную и быстро доведите до кипения, затем убавьте огонь до минимального, посолите и варите под плотно закрытой крышкой.

5. Чтобы картофель сварился быстрее, добавьте в воду немного маргарина или масла.

6. Продолжительность варки картошки – 15–20 минут. Лучше варить клубни одинаковой величины, чтобы они сварились одновременно.

7. Воду наливайте только до верхнего уровня картофеля и следите, чтобы она сильно не кипела.

8. При отваривании молодой картошки или чуть проросшей появляется неприятный привкус гликоалкалоидов. Избежать этого можно следующим образом: слейте воду, ставшую горячей (но еще не вскипевшую), и залейте новой горячей водой.

9. Чтобы при тепловой обработке картофеля не разрушился витамин С, необходимо: не разогревать повторно картофельное пюре (потери витамина в свежем пюре уже составляют 30 %); при варке опускать клубни в кипящую подсоленную воду и варить на слабом огне под плотно закрытой крышкой; при жарении опускать картофель в сильно нагретый жир, налитый нетолстым слоем.

10. Некоторые сорта картофеля очень сильно развариваются, даже если варить его на медленном огне. Чтобы этого не случилось, надо положить в кастрюлю, в которой варится картофель, три ломтика соленого огурца, тогда картофель останется целым и не потеряет питательные вещества.

11. Картофель варят на умеренном огне, чтобы он сварился равномерно. Сваренный на сильном огне картофель остается сырым внутри и переварившимся снаружи.

12. Чтобы картофель получился рассыпчатым и вкусным, очистив, залейте его подсоленным кипятком и варите на медленном огне под крышкой.

13. Варить картофель нужно на среднем огне, чтобы крахмал разбухал равномерно. При сильном огне картофель снаружи лопается, внутри же остается сырым.

14. Иногда картофель отличается неприятным запахом, поэтому использовать его в пищу многие не хотят. Это дело поправимо: надо лишь положить в кастрюлю, в которой вы отвариваете картофель, несколько горошин черного перца и два-три лавровых листа.

15. Пюре, приготовленное из картофеля, гораздо полезнее, чем вареный картофель, порезанный на ломтики.

16. Картофель, нарезанный кубиками, варится в течение 12–15 минут.

17. Картофель с высоким содержанием крахмала разваривается так быстро, что овощ невозможно сварить целым даже в сильно соленой воде.

В таких случаях добавляйте в воду огуречный или капустный рассол, а лучше немного уксуса.

18. Картофель в мундире не портится несколько дней при комнатной температуре, если при варке его сильно посолить.

19. Чтобы картофель не переварился, кипятите его в небольшом количестве воды, под крышкой, в течение 10 минут, затем снимите крышку и ждите, пока вся вода не выкипит.

20. Чтобы картофель не разварился в томатном соусе, влейте его через 10 минут после того, как клубни положены в овощной суп.

21. Пюре получится вкуснее, если картошка сварится в овощном или мясном бульоне.

22. Чтобы картофель, сваренный в мундире, сохранил приятный аромат, очищайте его в холодном виде (за исключением блюд, требующих «тепленького» присутствия картошки).

23. Проросшие и позеленевшие клубни картофеля варите только очищенными. Зеленые пятна на клубнях свидетельствуют о наличии в них соланина – ядовитого вещества. Использовать такой овощ в пищу можно, только при чистке надо срезать толстый слой кожуры. Пусть клубень получится меньше, но зато вы обезопасите себя от вредных веществ, находящихся под кожурой. Глазки необходимо тщательно вырезать, в них также высокая концентрация вредных веществ.

24. Не секрет, что картофель портится при воздействии

низких температур. В этом случае он становится подмороженным, сладким. При этом не всегда удастся исправить его вкусовые качества, потому что крахмал, содержащийся в картошке, переходит в сахар. А сахар, даже если на него воздействовать низкой температурой, в крахмал уже не перейдет.

25. Учтите, что подмороженный картофель темнеет, если его варить. Происходит это потому, что сахар при растворении соединяется с белками.

26. Варить подмороженный картофель, чтобы он получился вкусным и не потерял питательных веществ, нужно в небольшом количестве воды: она должна покрывать картофель на 1 см. Если воды будет много, питательные вещества растворятся в ней и картофель выварится, станет безвкусным. Залив картофель, закройте кастрюльку крышкой. Когда вода закипит, огонь следует убавить и варить дальше до готовности. Помните, что картофель следует заливать не холодной, а горячей водой, лучше даже кипятком. Если использовать холодную воду, потеря витамина С составит около 25 %, а если заливать картофель кипятком, теряется лишь 6 %.

27. Когда варят старый картофель, на нем могут выступить темные пятна. Чтобы этого не случилось, добавьте в воду в равной пропорции немного соли и уксуса.

28. Если вы добавите вареный толченый картофель в дрожжевое тесто, оно получится мягким и воздушным (из

расчета три средние картофелины на 1 килограмм муки).

29. Если вы хотите испечь картофель, то предварительно хорошо промойте его, а чтобы клубни не лопались, наколите их вилкой.

30. Картофель лучше чистить нержавеющей ножом, в противном случае разрушается витамин С.

31. Не держите долго блюда из картофеля в алюминиевой кастрюле.

32. Супы и пюре лучше готовить из мучнистого картофеля, который быстро разваривается во время кипения.

33. Если вы варите картофельный суп с овощами, содержащими кислоту (соленые огурцы, щавель), кладите их в конце варки, иначе картофель получится жестким.

34. Картофельный суп готовьте незадолго до подачи на стол, иначе он потеряет свои вкусовые и питательные качества.

35. Если вы варите картофельный суп с макаронными изделиями, вначале положите макароны и варите их 10 минут, затем добавьте картофель.

36. Картофельный суп получился жидковатым? Размочите в бульоне мякиш зачерствевшего хлеба, протрите через сито и добавьте в суп.

37. В салат лучше отбирать неразваривающийся картофель.

38. Для сладких кушаний используйте самые отборные клубни картофеля.

39. Тонкая срезанная картофельная кожура говорит не только об умении чистить картошку, но и о том, что хозяйка умеет беречь витамины, которых под кожурой больше, чем в сердцевине.

40. Картофель, хранящийся на свету, быстро прорастает.

41. Картофель во фритюре (фри) лучше готовить на смеси маргарина, растительного масла и свиного жира. Сливочное масло не используйте – у него низкая температура сгорания: белковые вещества, сгорая, загрязняют продукт и ухудшают его вкус.

42. Бросьте клубни молодого картофеля в металлическую сетку для яиц, несколько минут поворачивайте ее в разные стороны под струей воды – и картошка очищена.

43. Чтобы картофельное пюре получилось пышным и вкусным, перед окончанием варки полностью слейте отвар и положите на дно кастрюли немного сливочного масла. Закройте кастрюлю крышкой и поставьте на минимальный огонь на 3 минуты. Далее – традиционные действия: размять, взбить, постепенно разбавить молоком (1 стакан на 1 килограмм).

44. Чтобы жареный картофель получился хрустящим, до жарки просушите его в полотенце, опустите в хорошо разогретый жир и солите только тогда, когда овощ будет почти готов.

45. Когда картофель подморожен, то он приобретает сладкий привкус, избавиться от которого можно, если подержать

клубни 6 дней при температуре 18–20 °С.

46. Лучше всего хранить картофель при температуре 3–5 °С.

47. Водянистый картофель положите на ночь в сухое теплое место, чтобы он просох. Тогда он сварится вкусным.

48. Картофель в мундире можно очистить намного быстрее, если после варки сразу облить его холодной водой.

49. Если вы очистите картофель за 1 час до готовки, можете хранить его без воды, накрыв чистой влажной тряпкой.

50. Очищенный картофель положите в холодную воду, иначе он потемнеет от соприкосновения с воздухом. Но не держите долго нарезанный картофель в воде, в этом случае в ней растворяется витамин С, которым овощ очень богат.

51. Не выливайте воду, в которой вы варили картошку, ведь на картофельном отваре очень вкусными получаются каши, особенно пшенная, а также супы, соусы и уха.

52. Если картошка нужна вам для гарнира или салата, варите ее в кожуре.

53. Натертый сырой картофель меньше потемнеет, если вы нальете в него немного горячего молока или добавите дольку репчатого лука.

54. Картофельное пюре не разводите холодным молоком, в этом случае пюре получится серым, используйте только горячее молоко. Молодая картошка для пюре не годится. Зато из нее можно приготовить превкусный гарнир, сварив клубни целиком и залив их сметанным соусом.

55. Картофель, варившийся без кожуры, получится особенно белым, если вы добавите в воду немного лимонного сока.

56. Когда вы панируете картофельные котлеты, следите, чтобы панировка не попала в изделие, иначе при жарке котлеты развалятся.

Секреты нарезки картофеля

В нарезке картофеля есть свои секреты. От способа нарезки картофеля зависит его вкус, а значит, и то, насколько успешным получится задуманное вами блюдо.

1. Соломка – нарезаем картошку соломкой длиной 4–5 см сечением

$\frac{1}{2} \times \frac{1}{2}$ см. Как правило, нарезанную таким образом картошку жарят во фритюре.

2. Брусочки – нарезаем картофель брусочками длиной 4–5 см сечением $\frac{7}{10} \times 1$ см– Таким образом картофель нарезается для приготовления холодных закусок, для жарки во фритюре, для приготовления супов.

3. Кубики:

а) крупные (2 x $2\frac{1}{2}$ см) – для приготовления тушеных блюд и супов;

б) средние (1 x $\frac{1}{2}$ см) – для приготовления картошки в молоке;

в) мелкие ($\frac{1}{3} \times \frac{1}{2}$ см) – в отварном виде используются в салатах и винегретах.

4. Дольки – чтобы получить дольки, нарезаем среднюю картофелину по радиусу на 4–6 частей. Нарезка дольками применяется для приготовления тушеных блюд, для жарки во фритюре, для гарнира к говядине, приготовленной в духовом шкафу. Картошка дольками хороша для пригото-

ния рассольника.

5. Ломтики – картофель среднего или мелкого размера нарезают пополам и шинкуют толщиной 1–2 мм. Нарезанный таким способом картофель применяется в вареном виде в салатах и винегретах.

6. Бочоночки – нарезание картофеля такой формы потребует немалого мастерства: бочоночки надо вытачивать из картофелин среднего размера. Бочоночки применяются в отварном виде как гарнир к рыбным блюдам.

7. Чесночки – вырезают из бочоночка методом выпиливания внутренней грани. Чесночки понадобятся для приготовления супов и рассольников.

8. Шарiki:

а) крупные – размером 3–4 см – для жарения во фритюре;

б) средние – 1— $\frac{1}{2}$ см – применяют для жарения во фритюре, отваривают на гарнир к холодным закускам;

в) мелкие – $\frac{1}{2}$ см – используют для приготовления жареного гарнира. В вареном виде они используются при приготовлении холодных закусок.

9. Стружка – вырезают из цилиндра высотой 2— $2\frac{1}{2}$ см, толщиной $\frac{1}{2}$ мм. Длина стружки 25–30 см. Готовят это чудо кулинарии следующим образом: стружку завязывают бантом, закрепляют ниткой и жарят во фритюре.

10. Спираль – вырезают при помощи специального инструмента. Длина спирали от 5 до 9 см. Спираль используется для жарки во фритюре, подается в качестве гарнира к

банкетным блюдам.

Готовим из картофеля

Начнем с первых блюд, т. е. с супов. Картофельные супы отличаются питательностью и приятным вкусом. Но злоупотреблять ими не следует тем, кто чувствителен к повышенному содержанию крахмала.

Супы

Картофельный суп классический

Ингредиенты

500 г картофеля, 60 г моркови, 40 г корня петрушки, 1 луковица, 15 г топленого свиного сала, соль

Способ приготовления

Лук очистить, мелко нарубить, выложить на сковороду с разогретым свиным салом и обжаривать до золотистого цвета. Затем добавить морковь и корень петрушки, натертые на крупной терке, и держать на среднем огне еще 2–3 минуты.

Картофель очистить, помыть, нарезать соломкой, положить в 0,75 л кипящей воды и варить на медленном огне до полуготовности. Добавить подготовленные овощи, посолить и перемешать.

Суп «бабушкин рецепт»

Ингредиенты

3—4 крупные картофелины, 1 стакан крупы (любой), 1 луковица, 1 морковка, зелень, соль

Способ приготовления

Подготовьте какую-нибудь крупу (гречневую, овсяную, перловую, пшено и т. д. – не важно, что вы выберете), как следует промойте ее в теплой воде. Поставьте крупу вариться в сотейнике, постоянно помешивайте, не забыв посолить ее. Варите кашу до готовности, т. е. до тех пор пока она не разбухнет. Сваренную кашу опустите в бульон и доведите до кипения на маленьком огне.

Приготовьте картофельную заправку. Для этого возьмите алюминиевую кастрюлю, смажьте дно маслом и выложите продукты в следующем порядке: порезанный кольцами репчатый лук, нарезанный ломтиками картофель, мелко нарезанную морковку. Каждый слой посолите. Под закрытой крышкой и на медленном огне тушите овощи в течение 10 минут. Приготовленные овощи смешайте с крупой в бульо-

не и поварите все в течение 3 минут. Перед подачей к столу посыпьте картофельный суп мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Суп картофельный с черносливом

Ингредиенты

1½—2 л воды, 400 г картофеля, головка репчатого лука, 5 ст. л. сушеных грибов, 50 г чернослива, по 2 столовые ложки растительного масла и изюма, 1 столовая ложка муки, ½ лимона, зелень укропа или петрушки

Способ приготовления

Сушеные грибы предварительно замочите на 1 час, проварите 20 минут, а затем мелко нашинкуйте и положите их в процеженный грибной бульон. Лук мелко порубите, спассеруйте на растительном масле, добавьте муку и продолжайте пассерование еще 4–5 минут, после чего доведите до кипения, добавьте картофель, нарезанный ломтиками, чернослив, изюм и варите до готовности. Подавайте с ломтиками лимона и зеленью.

Картофельный суп с пшеном

Ингредиенты

500 г картофеля, 60 г моркови, 40 г корня петрушки, луковица, 50 г пшена, 20 г лука-порея, 1 столовая ложка растительного масла, зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Картофель хорошо помыть, очистить и нарезать соломкой. Лук очистить, мелко нарубить, и обжарить на сковороде в разогретом растительном масле до золотистого цвета. Затем добавить морковь и корень петрушки, нарезанные тонкой соломкой, и держать на среднем огне еще 2–3 минуты. Пшено перебрать, промыть, залить водой, поставить на огонь и варить до полуготовности. Добавить подготовленные ингредиенты, посолить, довести до готовности, разлить по порционным тарелкам и посыпать нашинкованной зеленью петрушки.

Картофельный суп со свиным шпиком

Ингредиенты

500 г картофеля, 2 луковицы, 70 г пшена, 100 г свиного шпика, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать соломкой. Пшено перебрать, хорошо промыть и обдать кипятком. Шпик нарезать кубиками, выложить на разогретую сковороду и слегка обжарить, затем добавить измельченный лук и держать на небольшом огне еще 3–5 минут. В кастрюлю с кипящей водой положить подготовленные ингредиенты, посолить и довести до готовности.

Картофельный суп с манной крупой

Ингредиенты

400 г картофеля, 2 столовые ложки манной крупы, 50 г сыра твердых сортов, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать кубиками. Манную крупу слегка обжарить в разогретом растительном масле. В кастрюлю с кипящей водой положить подготовленную крупу и картофель, посолить и варить до готовности. Горячий суп разлить по порционным тарелкам, поперчить и посыпать натертым на крупной терке сыром.

Картофельный суп с перловой крупой

Ингредиенты

400 г картофеля, 50 г перловой крупы, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, лавровый лист, соль

Способ приготовления

Перловую крупу перебрать, хорошо промыть, залить холодной водой и оставить на 7 часов, после чего слить жидкость. Картофель помыть, очистить и нарезать кубиками.

В кастрюлю с кипящей водой опустить подготовленную крупу, через 15 минут добавить картофель и варить еще 10–15 минут.

Лук очистить, измельчить, и обжаривать в разогретом растительном масле до золотистого цвета, затем добавить мелкорубленную зелень петрушки и держать на небольшом огне еще 1–2 минуты, после чего выложить в кастрюлю с картофелем и перловой крупой.

Суп посолить, добавить лавровый лист и довести до го-

ТОВНОСТИ.

Картофельный суп с горохом

Ингредиенты

300 г картофеля, 100 г гороха, 30 г топленого свиного сала, 1 луковица, 50 г моркови, 20 г корня петрушки, лавровый лист, зелень укропа, соль

Способ приготовления

Горох перебрать, тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на 5 часов, после чего слить жидкость. Картофель помыть, очистить и нарезать небольшими кубиками.

Лук очистить, мелко нарубить и обжаривать на сковороде с добавлением топленого сала до золотистого цвета. Затем положить к нему морковь и корень петрушки, нарезанные тонкой соломкой, и держать на небольшом огне еще 2–3 минуты.

Подготовленный горох выложить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем добавить картофель, обжаренные овощи, лавровый лист, посолить и варить до готовности. Суп разлить по порционным тарелкам и посыпать мелко рубленой зеленью укропа.

Картофельный суп с брынзой

Ингредиенты

400 г картофеля, 120 г брынзы, 30 г сливочного масла, 0,25 лимона, зелень сельдерея и петрушки, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить, нарезать кубиками, опустить в кипящую подсоленную воду и варить на небольшом огне 15 минут. Брынзу измельчить, зелень сельдерея и петрушки промыть и нарубить.

Подготовленные ингредиенты и сливочное масло добавить к картофелю и довести до готовности. Суп разлить по порционным тарелкам и украсить нарезанным тонкими ломтиками лимоном.

Картофельный суп с кислым молоком

Ингредиенты

400 г картофеля, 100 мл кислого молока, 100 г лука-порея, 30 г сливочного масла, 2 яйца, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать соломкой. Лук-порея промыть, нарубить, опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить в течение 5 минут, после чего добавить картофель и поперчить.

Когда овощи будут готовы, положить в кастрюлю сливочное масло и дать еще раз закипеть. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками. Готовый суп разлить по порционным тарелкам, положить в каждую из них кружочек яйца и влить немного кислого молока.

Картофельный суп с капустой и помидорами

Ингредиенты

500 г картофеля, 300 г белокочанной капусты, 100 г помидоров, 50 г моркови, 2 луковицы, 30 г корня петрушки, 1 столовая ложка растительного масла, 100 г сметаны, зелень укропа и петрушки, соль

Способ приготовления

Капусту промыть, нашинковать, опустить в кипящую воду и довести до кипения. Картофель помыть, очистить, нарезать соломкой и добавить к капусте.

Лук очистить, мелко нарубить, и обжарить в разогретом растительном масле до золотистого цвета. Затем добавить морковь и корень петрушки, натертые на крупной терке, и держать на среднем огне еще 2–3 минуты.

Полученную массу выложить в кастрюлю с готовящимся супом. Помидоры обдать кипятком, удалить кожицу, нарезать ломтиками, положить в суп за 5 минут до готовности и посолить.

Горячий суп разлить по порционным тарелкам, заправить сметаной и посыпать все мелкорубленой зеленью укропа и петрушки.

Картофельный суп с жареными помидорами

Ингредиенты

600 г картофеля, 150 г помидоров, 100 г моркови, 1 луковица, 30 г корня петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сметаны, зелень укропа, соль

Способ приготовления

Картофель и корень петрушки помыть, очистить и нарезать соломкой. В кипящую подсоленную воду положить подготовленные ингредиенты и варить на медленном огне.

Лук очистить, мелко нарубить, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом (1 столовая ложка) и обжарить до золотистого цвета. Затем добавить натертую на крупной терке морковь и держать на среднем огне еще 2–3 минуты.

Полученную массу выложить в кастрюлю с готовящимся супом, посолить и довести до готовности. Помидоры помыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать дольками и обжарить в оставшемся растительном масле с обеих сторон.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам, положить в каждую из них по две дольки обжаренных помидоров, щепотку рубленой зелени укропа и заправить сметаной.

Картофельный суп с сыром

Ингредиенты

500 г картофеля, 1 луковица, 50 г корня сельдерея, 0,75 л куриного бульона, 200 г сыра твердых сортов, 100 г сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, паприка, пшеничные сухари, зелень петрушки, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Лук очистить и измельчить. Корень сельдерея промыть, очистить и натереть на крупной терке.

Подготовленные овощи спассеровать в разогретом растительном масле. Картофель помыть, очистить, нарезать соломкой.

Куриный бульон довести до кипения, положить в него овощи и паприку, посолить, поперчить и варить в течение 15–20 минут.

Сыр натереть на крупной терке, добавить в кастрюлю и держать на небольшом огне до полного его расплавления.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам, заправить сметаной, посыпать мелкорубленной зеленью петрушки и су-

хариками.

Картофельный суп со щавелем

Ингредиенты

500 г картофеля, 300 г щавеля, 50 г моркови, 1 луковица, 120 г сметаны, 30 г корня петрушки, 1 столовая ложка растительного масла, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать соломкой. Корень петрушки хорошо промыть, очистить и нашинковать.

В кипящую подсоленную воду положить подготовленные ингредиенты и варить в течение 5 минут.

Лук очистить, мелко нарубить, и обжарить в разогретом растительном масле до золотистого цвета. Затем добавить натертую на крупной терке морковь и держать на небольшом огне еще 2–3 минуты, после чего соединить с картофелем.

Щавель хорошо промыть, слегка обсушить мелко нарезать, положить в кастрюлю за 10 минут до готовности и посолить.

Горячий суп разлить по порционным тарелкам и заправить сметаной.

Картофельный кулеш

Ингредиенты

300 г картофеля, 100 г шпика, 1 луковица, зелень укропа,
соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить, нарезать соломкой, залить холодной водой, поместить на огонь и довести до кипения.

Шпик нарезать кубиками, обжарить на разогретой сковороде и добавить к картофелю.

Луковицу очистить и целиком поместить в кастрюлю с супом, посолить, добавить мелко рубленую зелень укропа и варить до готовности, после чего извлечь ее с помощью шумовки.

Картофельный суп с бараниной

Ингредиенты

600 г картофеля, 300 г баранины на косточке, 100 г моркови, 100 г помидоров, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Баранину тщательно промыть, залить холодной водой, посолить и варить на медленном огне. Лук и морковь очистить и добавить к мясу. Помидоры помыть, надрезать крестообразно и тоже положить в кастрюлю.

Готовый бульон снять с огня и процедить, а баранину нарезать кусочками. Картофель помыть, очистить, нарезать соломкой, залить полученным бульоном и отварить.

Муку обжарить в разогретом растительном масле до золотистого цвета, развести небольшим количеством теплой воды, влить полученную заправку в суп и дать еще раз закипеть. Чеснок очистить и тщательно растереть с солью и черным перцем.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам, в каждую из них добавить по кусочку баранины, рубленую зелень петрушки и чеснок.

Картофельный суп с соей

Ингредиенты

600 г картофеля, 300 г сои, 1 луковица, 2 л мясного бульона, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка муки, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Сою залить холодной кипяченой водой и настаивать в течение 13 часов, после чего поставить на огонь и варить до мягкости (приблизительно 4–5 часов).

Лук очистить, нарезать полукольцами и обжаривать в разогретом растительном масле до золотистого цвета, после чего положить в кипящий бульон и варить на медленном огне 4–5 минут.

Муку обжарить на сухой сковороде, развести небольшим количеством теплой воды, влить полученную заправку в бульон и довести до кипения, после чего добавить соевые бобы и варить еще 30 минут.

Картофель помыть, очистить, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, посолить, поперчить и довести до готов-

НОСТИ.

Картофельный суп по-крестьянски

Ингредиенты

300 г картофеля, 100 г белокочанной капусты, 50 г моркови, 50 г помидоров, 30 г корня петрушки, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Капусту промыть, нарезать квадратиками, положить в подсоленную кипящую воду и варить на медленном огне. Картофель помыть, очистить, нарезать кубиками и поместить в кастрюлю с капустой (после того как вода вновь закипит).

Лук очистить, мелко нарубить и обжаривать в разогретом растительном масле до золотистого цвета. Затем добавить морковь и корень петрушки, нарезанные тонкой соломкой, и держать на среднем огне еще 2–3 минуты.

Полученную заправку добавить в суп. Помидоры помыть, надрезать крестообразно, положить в кастрюлю за 5 минут до окончания варки и посолить.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам, заправить сметаной и посыпать все мелкорубленной зеленью петрушки.

Картофельный суп с сосисками

Ингредиенты

500 г картофеля, 300 г сосисок, 1 луковица, 1,5 л мясного бульона, 100 г моркови, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить, нарезать кубиками, залить бульоном, посолить и поставить на огонь. Морковь очистить, помыть, нарезать соломкой и тоже поместить в кастрюлю.

Лук очистить, измельчить и обжарить в разогретом растительном масле до золотистого цвета, затем добавить сосиски, нарезанные кружочками, и держать на среднем огне до подрумянивания. Выложить сосиски в кастрюлю за 5 минут до готовности, добавить мелко рубленую зелень петрушки и поперчить.

Суп разлить по порционным тарелкам и заправить сметаной.

Картофельный суп с грёнками из творога

Ингредиенты

400 г картофеля, 150 г творога, 1 яйцо, 1 луковица, 1,5 л мясного бульона, 50 г сливочного масла, 150 г ржаного хлеба, 1 столовая ложка растительного масла, зелень укропа, тмин, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить, нарезать ломтиками, опустить в кипящий бульон, посолить и варить на медленном огне. Лук очистить, измельчить, обжарить в разогретом растительном масле и добавить в бульон.

Когда картофель будет готов, часть его вынуть с помощью шумовки, размять в пюре с небольшим количеством сливочного масла, положить обратно в суп и дать закипеть.

Хлеб нарезать тонкими ломтиками и смазать его смесью творога, рубленой зелени укропа, тмина, сливочного масла, яйца и черного перца, после чего выложить на противень и запечь в предварительно разогретой духовке.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам и подать на стол с гренками.

Картофельный суп с фасолью

Ингредиенты

600 г картофеля, 100 г красной фасоли, 1,5 л куриного бульона, 100 г моркови, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, зелень петрушки, лавровый лист, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Фасоль перебрать, тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на 4 часа, после чего жидкость слить. Бобы выложить в кипящий бульон, посолить и варить на медленном огне до мягкости.

Картофель помыть, очистить, нарезать соломкой и добавить к фасоли.

Лук очистить, измельчить и обжаривать в разогретом растительном масле до золотистого цвета, затем соединить с натертой на крупной терке морковью и держать на среднем огне еще 2–3 минуты.

Полученную заправку положить в суп, посолить, поперчить, добавить лавровый лист и варить до готовности. Затем

разлить по порционным тарелкам и посыпать мелкорубленой зеленью петрушки.

Картофельный суп с цветной капустой и луком-пореем

Ингредиенты

500 г картофеля, 500 г цветной капусты, 150 г лука-порея, 150 г стручковой фасоли, 60 г сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, зелень укропа и петрушки, соль

Способ приготовления

Цветную капусту хорошо промыть и разобрать на соцветия. Картофель помыть, очистить и нарезать ломтиками. Лук-порей промыть, нарезать длинными кусочками и пассеровать в разогретом растительном масле в течение 3–4 минут.

Подготовленные ингредиенты выложить в кипящую подсоленную воду.

Стручковую фасоль хорошо промыть, разрезать каждый стручок на три части, положить в кастрюлю за 5 минут до окончания варки и посолить.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам, посыпать мелко рубленной зеленью укропа и петрушки и заправить сме-

таной.

Картофельный суп-лапша

Ингредиенты

500 г картофеля, 100 г муки, ½ л мясного бульона, 1 яйцо, 70 г сметаны, соль

Способ приготовления

Картофель хорошо помыть, запечь в духовке, очистить и размять в пюре, после чего добавить муку, яйцо, соль и тщательно все перемешать. Полученное тесто раскатать в тонкий пласт и нарезать в виде лапши. В кипящий бульон выложить картофельную лапшу, посолить и варить 2–3 минуты. Готовый суп разлить по порционным тарелкам и заправить сметаной.

Картофельный суп с опятами

Ингредиенты

300 г картофеля, 300 г опят, 50 г моркови, 1 луковица, 2 л мясного бульона, 2 столовые ложки растительного масла, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, измельчить и обжаривать в разогретом растительном масле до золотистого цвета. Грибы тщательно промыть, нарезать, соединить с луком и жарить до полуготовности.

Морковь помыть, очистить, натереть на крупной терке, добавить к грибам и луку, влить 100 мл бульона и тушить в течение 10–15 минут.

Картофель помыть, очистить, нарезать кубиками и опустить в кастрюлю с доведенным до кипения оставшимся бульоном, после чего выложить туда же подготовленные овощи, посолить и варить до готовности.

Суп разлить по порционным тарелкам и посыпать мелко рубленой зеленью укропа.

Картофельный суп с белыми грибами

Ингредиенты

300 г картофеля, 300 г белых грибов, 100 г моркови, 2 луковицы, 200 г перловой крупы, 30 г сливочного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки, лавровый лист, черный молотый перец, соль

Способ приготовления

Перловую крупу перебрать, промыть, залить холодной водой и варить в течение 4 часов. Картофель и морковь промыть, очистить и нарезать соломкой. Грибы тщательно промыть, шляпки отсоединить от ножек и нарезать кусочками.

Подготовленные ингредиенты выложить в кастрюлю с перловой крупой, посолить и варить на медленном огне.

Лук очистить, измельчить и обжаривать в растопленном сливочном масле до золотистого цвета, после чего добавить нарезанные кружочками ножки грибов и довести до готовности на слабом огне, постоянно помешивая.

За 5 минут до окончания варки выложить лук с грибами в кастрюлю, поперчить, добавить лавровый лист, мелко руб-

леную зелень петрушки, накрыть крышкой и оставить на 20 минут. Готовый суп разлить по порционным тарелкам и заправить сметаной.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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