

Олег Прокопенко

*Кулинарные  
рецепты  
холостяка, если  
тебе за тридцать*



**Олег Прокопенко**  
**Кулинарные рецепты**  
**холостяка, если**  
**тебе за тридцать**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48630020](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48630020)*

*ISBN 9785005076618*

**Аннотация**

Книга посвящена вопросам рационального и здорового питания человека. Рецепты как простые повседневные, так и традиционные праздничные.

# Содержание

Как я рыбачу и заготавливаю, копчу рыбу на даче	5
Как я научился варить и закрывать варенье с айвы!	13
Как приготовить вкусную долму на даче	20
Как я научился жарить рыбу с луком и рисом	25
Конец ознакомительного фрагмента.	30

# **Кулинарные рецепты холостяка, если тебе за тридцать**

**Олег Прокопенко**

© Олег Прокопенко, 2019

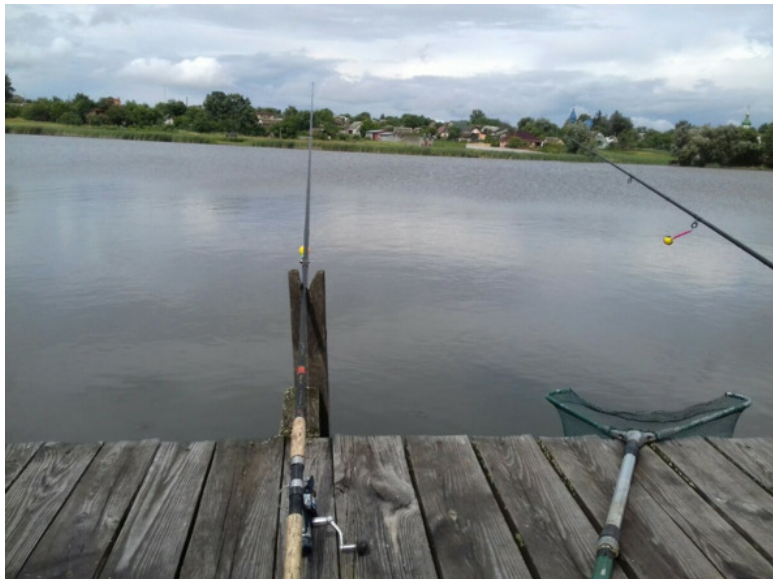
ISBN 978-5-0050-7661-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Как я рыбачу и заготавливаю, копчу рыбу на даче

У меня есть одно из любимых мест возле дачи это река, хотя по виду это озеро но рыба здесь речная это карп, карась сазан и щука.

*Но рыбачить можно в строго определённое время например летом когда нет нереста иначе штраф. Можно ловить только на 1 простую удочку в другое время года.*



## Моё место на рыбалке

Здесь по сути организовали кооператив, но кто строил помосты не понятно. Бывают случаи что приезжают люди и начинают требовать права, а бывает я часто приезжаю и говорю что это моё место.



Один из моих уловов

Я забрасываю сразу несколько удочек, например донки. Когда начинает клевать осторожно накручиваю катушку и забираю рыбу подсакой некоторые садят на кукан.



Мой рыбацкий набор

Еще брат мне на день рождения подарил коптильню. Так как рыбы бывает довольно таки много и в морозильник холодильника она не входит. А её уже все переели.

Вот я теперь её и копчу. На различного рода опилках.



## Копчение рыбы

Рыба получается очень вкусная. Её в небольшую коптильню можно положить в два слоя. Хорошо подходит с картошкой и свежей зеленью.

А еще рыбу у меня берут в магазине и сами коптят.



Моя рыба таранка

Я и сам иногда произвожу таранку

Рыбу чищу, разрезаю и солю. Соли нужно много. Когда она постоит пару суток и примет соль то нанизываю всю рыбу на проволоку. Беру ткань и накрываю рыбу от комаров, прошиваю бока.

Затем подвешиваю рыбу за ту проволоку которой скреплял.

Подвешиваю под навесом в затенённом но проветриваемом месте.



## Крупный улов

Таранку оставляю сушится на срок от 7 дней до 10. После 7 дней она становится вяленой но вкусной. А через 10 дней высыхает полностью. И так через день или каждый день в разгар сезона я пополняю рыбные запасы.



Жаренная на сковороде рыба

Часто варю уху из свежепойманной рыбы. С своим молодым картофелем.

Еще люблю по вечерам жарить рыбу на подсолнечном масле. Вкус свежей рыбы очень хорош.

# Как я научился варить и закрывать варенье с айвы!

Айва шикарный плод для варенья. Кисло сладкий вкус ягод их упругость и аромат как раз то, что необходимо для получения вкусного варенья.

*После окончания дачного сезона, частичной консервации дачи можно приступить к консервированию варенья. Она как раз поспевает поздней осенью как и поздние груши. И само варенье похоже на грушевое тем более что она растет в собственном саду.*



## Сироп из айвы

Набираем айвы полный таз, промываем водой и разрезаем её на половинки. Предварительно вырезаем сердцевинки. Варенье я буду закрывать в горячем виде.



## Моем банки для варенья из айвы

Сахара нужно из пропорции 1 к 1. Половину сахара насыпаю в 6 литровую кастрюлю потом доливаю воды так, чтобы только размочить сахар и перемешиваю доводя до кипения. Затем постепенно порциями засыпаю туда айву, каждый раз доводя смесь до кипения. Провариваю 2 минуты и выключаю плиту.



Варим варенье в кастрюле

Далее закрываю крышкой и оставляю на часов 10, например на ночь настоятся. Чтобы сахарный сироп проник в плоды айвы.

На следующий день берем маленькую кастрюлю кладем на дно чистую тряпочку, наливаем туда немного воды, ставим на газ, чтобы вода закипела и по очереди стерилизуем в ней подготовленные стеклянные банки. А крышки стерилизуем в миске с водой.



## Стерилизация банок

Банки и крышки перед этим, как меня учила мама, тщательно моем пищевой содой.

Тем временем варенье варим второй раз, ставим кастрюлю на рассекатель чтобы варенье не пригорело.

Довожу до кипения, засыпаю остатки сахара, тщательно перемешиваю и варю минут 10.

Варенье становится желейным, приобретает золотистый цвет, а на вкус не приторное а с кислинкой.



Заливаем варенье в банки

Берем поварёшку наливаем в горячем виде варенье в стерилизованные банки. Потом банки закручиваем ключом.



Закручиваем банки кухонным ключом

После закручивания банки переворачиваем и оставляем остывать.



Варенье готово

Все, варенье на зиму закрыто, но я думаю что я его съем раньше!

# Как приготовить вкусную долму на даче

У нас на даче созрел виноград. Виноград пойдет для других целей а листья идеальны для приготовления долмы.

Долма состоит из начинки с фаршем который скручивается виноградным листком. Вместо теста как в пельменях используют виноградные листья.



Разложил виноградный лист

Фарш для долмы я готовлю самостоятельно. Предвари-

тельно отвариваю рис в солёной воде но не до конца.

Мясную начинку я прокручиваю в мясорубке. Нарезаю дачную зелень и лук, солю и добавляю немного сливочного масла.



Подготовленный ингредиенты

Затем вручную весь фарш мну в кастрюле. Получаются небольшие котлетки, которые потом заворачиваю в листья.

Виноградные листья перед закруткой нужно промыть водой.

В кастрюлю прокладываю на дно несколько листов чтобы долма не зажарилась. Затем кладу туда еще сырую долму и заливаю кипяченой водой.

Готовить нужно пока вода не испарится примерно час.



Приготовленная долма

Долма подается с йогуртом, сметаной или майонезом.

Простое но вкусное и сытное блюдо.

# Как я научился жарить рыбу с луком и рисом

Лучший для рыбы гарнир это рис. С самого начала рис нужно промыть в воде раз пять. Потом залить воды в кастрюлю из расчета в два раза больше чем риса.

*Когда вода закипит на плите туда нужно кинуть промытый рис. В отличие от плова, когда я заливаю рис соленым раствором то посолить просто рис можно щепотками соли прямо в кастрюлю.*



Промываем рис под проточной водой

Сразу когда вода с рисом уже в кастрюле зажигаем газовую или электро плиту и ставим рис на рассекатель пламени.

Это нужно для то-то чтобы в дальше когда будем его варить минут 30 он не подгорал.



Засыпаем рис в кастрюлю с водой

**Рыба!**

Была куплена в магазине морская рыба минтай.

Дома рыбу нужно слегка почистить, промыть, почистить кишки если они есть.



Моем и чистим рыбу в раковине

После промывки рыбу нужно нарезать на куски и посолить обязательно крупной солью чтобы не пересолить. Когда нарезаем рыбу хвосты можно выбросить.

Одна рыба весит примерно 350 грамм что получается на 5 кусков.



Нарезаем рыбу минтай

Потом чистим и моем лук, зажигаем плиту и ставим разогреваться сковороду с подсолнечным маслом.



Мама учит готовить рыбу, нарезаем лук

Рыба обваливается в луке и укладывается одним слоем на сковородку.

# 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.