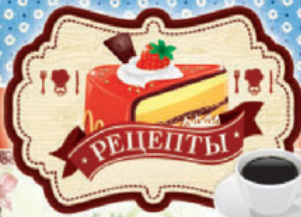


• САМЫЕ



ВКУСНЫЕ •

ПАСХАЛЬНЫЙ СТОЛ

Салаты, закуски, блюда из мяса и рыбы, десерты



Сергей Павлович Кашин
Пасхальный стол
Серия «Самые вкусные рецепты»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10358887

С. П. Кашин. Пасхальный стол: Рипол классик; Москва; 2015

ISBN 978-5-386-08141-6

Аннотация

В главный православный день Светлой Пасхи издревле люди готовили праздничный стол. Традиционные горячие и холодные блюда – неотъемлемая часть атмосферы этого торжественного праздника. Пусть хозяйственные хлопоты станут приятными и легкими вместе с нашей книгой, полной разнообразных рецептов!

Содержание

Введение	8
Холодные закуски	11
Салаты	11
Салат из куриного филе и белых грибов	11
Салат из птицы с апельсинами и ананасом	12
Салат из говядины	13
Салат «Изыск»	14
Салат из ветчины	15
Салат «Совершенство»	16
Салат «Надежда»	16
Салат «Оригинальный»	17
Салат «Язычок»	18
Салат из конины с редькой	18
Салат домашний	19
Салат из куриного мяса с томатной заправкой	20
Салат мясной с редькой	20
Салат из дичи с овощами	21
Салат мясной с овощами	22
Салат из копченой индейки	23
Индейка в йогурте	24
Салат «Ветчинный»	25
Салат «Мясные трубочки»	25

Салат «Городской»	26
Салат из куриного филе	27
Салат из лосося с маринованными фруктами	28
Салат «Северный»	29
Салат из печени	29
Салат «Дружба»	30
Салат печеночный	31
Мясной салат с яблоками	31
Куриный салат с оливками	32
Салат грибной с ветчиной	33
Салат мясной с грибами	33
Горчичный салат с сыром	34
Грибной салат с курицей	35
Салат с черносливом и яблоком	35
Салат морковный с грецкими орехами	36
Салат с яблоком	37
Салат мясной с огурцами	37
Салат из капусты с яблоком и редькой	37
Салат куриный с ананасами	38
Салат с семгой	39
Грибной салат с ветчиной	39
Салат из курицы и кальмаров	40
Салат с яблоками и орехами	40
Салат с плавленым сыром	41
Салат из консервированной горбуши	42

Салат с говядиной и огурцами	42
Салат с маринованными шампиньонами	43
Салат из шампиньонов	43
Яблочный салат с фасолью	44
Салат с фасолью	45
Салат с ананасами	45
Салат из картофеля	46
Салат из курицы и апельсинов	46
Сладкий салат из зеленого перца	47
Салат рыбный с картофелем и рисом	47
Салат из капусты и картофеля	48
Салат из брюссельской капусты	48
Салат из помидоров с яйцами	49
Салат с капустой и яблоками	50
Салат из овощей и фасоли	50
Салат из тыквы	51
Салат из свеклы с лимонным соком	51
Салат из помидоров ореховый	52
Салат из помидоров с кислым молоком	53
Винегреты	54
Винегрет «Домашний»	54
Винегрет «Перчик»	54
Винегрет с цветной капустой	55
Винегрет с соевым соусом	56
Винегрет с солеными грибами	57
Винегрет грибной	57

Винегрет «Деревенский»	58
Винегрет мясной с фруктами	59
Винегрет с яблоками и краснокочанной капустой	60
Винегрет с филе сельди	60
Винегрет с брюссельской капустой	61
Винегрет с путассу	62
Винегрет со сметаной	63
Винегрет с вареными мидиями	63
Винегрет острый	64
Винегрет «Морской»	64
Винегрет томатный	65
Винегрет с квашеной капустой	66
Винегрет с маслинами	67
Винегрет с кукурузой	67
Винегрет мясной	68
Винегрет морковный со специями	69
Винегрет с мойвой и чесноком	69
Винегрет «Монастырский»	70
Винегрет «Столица»	71
Винегрет грибной с помидорами	72
Конец ознакомительного фрагмента.	73

Пасхальный стол

Составитель С. П. Кашин

© ИП Крылова О. А., 2015

Введение

Пасха – главный праздник всех православных христиан, который еще называют Светлым Христовым Воскресением. Празднику предшествует Великий пост, во время которого верующие употребляют только постную пищу, поэтому праздничный стол так разнообразен и обилен. Перед Пасхой принято закончить все начатые дела, привести в порядок дом и хозяйство, позаботиться о душе и заготовить традиционные для праздничного стола продукты.

Итак, пасхальный стол отличается особым светлым настроением, красочностью и изобилием. Главное место на нем занимают куличи, творожная пасха и крашеные яйца, имеющие символическое значение. Так, кулич представляет собой священный хлеб; крашеные яйца – это символ начала новой жизни, т. е. воскресения Христа; пасха из творога с добавлением сливочного масла, изюма, сметаны и других высококалорийных продуктов объединяет в себе идею земли, плодородия и достатка, о чем во все времена мечтали и заботились простые люди. Не случайно куличи обычно освящают перед Пасхой в церкви, а крашеными яйцами обмениваются при поздравлении.

Для пасхального стола по традиции выбирают самые вкусные и изысканные блюда, используют лучшие продукты, в том числе мясо и рыбу ценных сортов, деликатесы. Каждая

хозяйка старается приготовить к этому празднику горячие блюда, разнообразные гарниры, горячие и холодные закуски. Многие выбирают оригинальные салаты, которые вряд ли увидишь на столе в будни. Они могут быть мясными, рыбными, грибными, с овощами и фруктами, разнообразными соусами и специями. Не обходится пасхальный стол без фруктов, сладостей и сдобной выпечки. Кроме традиционных куличей, в этот день угощают пирогами с разными начинками, тортами и прочими изделиями из теста.

Пасхальный стол принято сервировать красивой праздничной посудой и украшать цветами. Традиционные и более современные блюда щедро выкладывают на широкие тарелки, в салатники, подают с различными соусами и обязательно украшают зеленью, орехами, кусочками овощей и т. п. Одним словом, все должно быть ярко, весело и радостно!

Для пасхального стола не обязательно готовить только жирную, тяжелую и высококалорийную пищу.

Существует множество более легких блюд, которые могут украсить праздничный стол тех людей, которые придерживаются вегетарианского или диетического питания.

Разнообразные горячие блюда и закуски можно приготовить из овощей, нежирных сортов мяса и рыбы, а сдобную выпечку заменить вкусными десертами из запеченных фруктов.

Не обходится пасхальный стол и без напитков, например, можно приготовить традиционный русский сбитень, компо-

ты, кисели, коктейли из фруктов и свежавыжатых соков, в том числе с добавлением алкогольных напитков, а также домашние настойки.

Холодные закуски

Салаты

Салат из куриного филе и белых грибов

Ингредиенты

150 г куриного филе, 150 г белых грибов, 20 г зеленого лука, 10 листьев салата, 10 г зелени петрушки, 10 г укропа, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Для заправки: 1 столовая ложка оливкового масла, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка уксуса.

Способ приготовления

Куриное филе натрите перцем и солью, обжарьте в растительном масле до готовности, обсушите бумажной салфеткой и заверните в фольгу.

Грибы крупно нарежьте и обжарьте до мягкости в сливочном масле. Лук мелко порубите, добавьте в грибы и обжаривайте еще 3 минуты. Грибы с луком откиньте на дуршлаг, чтобы стекло масло. Куриное филе нарежьте тонкими кусоч-

ками.

Промойте и обсушите листья салата, порвите их на кусочки и выложите на дно салатницы.

Взбейте столовую горчицу и уксус, постепенно добавляя оливковое масло. Половиной заправки полейте листья салата, другую половину разделите еще пополам.

Одну часть смешайте с грибами и выложите их поверх салата. Сверху выложите кусочки курицы и полейте оставшейся заправкой.

Перед подачей к столу украсьте салат веточками зелени.

Салат из птицы с апельсинами и ананасом

Ингредиенты

500 г зажаренной на гриле курицы, 1 апельсин средней величины, 2 кружка ананаса, 50 г отварного риса, свежие листья перечной мяты.

Для заправки:

1 желток, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка ананасового сока, 1 столовая ложка апельсинового сока, ½ чайной ложки горчицы, 1 чайная ложка майонеза, ½ чайной ложки красного острого перца, ½ чайной ложки соли.

Способ приготовления

С мяса снимите кожу, очистите от костей и нарежьте небольшими одинаковыми кусочками. Очищенные от кожуры апельсины разделите на дольки и каждую из них разрежьте на 3–4 части. Ананас нарежьте кубиками. Смешайте куриное мясо с рисом, апельсином и ананасом.

Желток разотрите с горчицей, приправьте красным перцем и постепенно добавьте масло. Ананасовый сок смешайте с апельсиновым соком и солью, введите в получившийся соус, смешайте с майонезом, заправьте салат.

Листья мяты обдайте теплой водой, обсушите, нарежьте полосками и посыпьте ими салат.

Салат из говядины

Ингредиенты

200 г говядины (тушеной), 2 огурца (маринованных), 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 картофелины, ½ стакана майонеза со сметаной, зеленый лук, хрен (тертый), сахар, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Отварной картофель, тушеное мясо и 1 яйцо нарежьте тонкими полосками. Огурцы очистите от кожицы и тоже нарежьте.

Все осторожно перемешайте. В смесь сметаны и майонеза

добавьте специи и залейте салат.

Готовый салат выложите в салатник и украсьте дольками огурца, кружочками оставшегося яйца и зеленью.

Салат «Изыск»

Ингредиенты

150 г утиных язычков, 20 г зеленого салата, 20 г огурцов (свежих) или 2 г грибов (любых, сушеных), 5 перьев зеленого лука, ½ чайной ложки кунжутного масла, соль.

Для заправки: 1 столовая ложка соевого соуса, ½ чайной ложки кунжутного масла, ½ чайной ложки горчицы, ½ чайной ложки уксуса.

Способ приготовления

Язычки уток ошпарьте кипятком, сварите до готовности, очистите от кожицы и охладите. Салат переберите, промойте и разрежьте на 2–3 части. Грибы отварите и тщательно отожмите их от воды, огурцы же предварительно промойте, срежьте с концов кожицу, нарежьте небольшими ломтиками, ошпарьте кипятком. Салат нарвите руками и соедините с грибами или ломтиками свежих огурцов, заправьте кунжутным маслом и солью.

В салатницу горкой выложите салат, ломтики огурцов или грибы. Утиные язычки полейте соевым соусом, смешанным

с кунжутным маслом, горчицей и уксусом, и выложите сверху в салатник, посыпьте нарезанным зеленым луком.

Салат из ветчины

Ингредиенты

150 г ветчины (вареной), 400 г сыра (любого), 80 г салями, 1 морковка, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 пучок салата, 1 столовая ложка растительного масла.

Для заправки: 6 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, белый свежемолотый перец, соль.

Способ приготовления

Вареную ветчину, салями и сыр нарежьте соломкой. Морковь очистите, нарежьте кубиками, слегка обжарьте на растительном масле и смешайте с сыром. Все ингредиенты сложите в миску и перемешайте.

Из растительного масла, уксуса, соли и перца приготовьте заправку, полейте ей салат и дайте ему настояться 2 часа. Зелеными листьями салата выстелите блюдо и выложите поверх салат. Вареное яйцо разрежьте на 6 частей и украсьте ими блюдо.

Салат «Совершенство»

Ингредиенты

200 г куриного мяса (жареного), 80 г сыра (любого), 80 г зеленого горошка (консервированного), зелень петрушки.

Для заправки: 150 мл сливок, уксус, хрен, соль.

Способ приготовления

Жареное мясо и сыр нарежьте брусочками.

Сливки взбейте и заправьте хреном, уксусом и солью.

Осторожно перемешайте мясо и сыр с заправкой.

Готовый салат выложите в стеклянную вазу, сверху посыпьте зеленым горошком, середину украсьте веточками зелени.

Салат «Надежда»

Ингредиенты

40 г телячьего языка (вареного), 30 г свеклы, 30 г сельдерея, 30 г помидоров, 15 г салата, 7 г анчоусов, 40 мл майонеза, соль.

Способ приготовления

Телячий язык, притушенный сельдерей, салат и анчоусы

нарежьте соломкой, вареную свеклу – кружочками.

Помидоры очистите от семян и кожицы, мелко порубите и введите в майонез.

Подготовленные ранее ингредиенты тщательно перемешайте, посолите и заправьте майонезом с помидорами.

Салат «Оригинальный»

Ингредиенты

100 г свинины, 120 г репчатого лука, ½ кг моркови, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка соевого соуса, 1 столовая ложка сахарного песка, 1/3 чайной ложки смеси молотого черного и красного перцев, ½ чайной ложки толченого чеснока, 1 чайная ложка кунжута, соль.

Способ приготовления

Репчатый лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета.

Свинину нарежьте брусочками и, положив в лук, обжарьте. Морковь нашинкуйте и добавьте смесь перцев, соевый соус.

Сварите сахарный сироп, добавив на указанное количество сахара 2 столовые ложки воды.

Свинину с луком и маслом переложите в морковь, все перемешайте, добавьте сахарный сироп, толченый чеснок и кунжут.

Еще раз все тщательно перемешайте.

Салат «Язычок»

Ингредиенты

200 г говяжьего языка, ½ стакана грибов (любых, маринованных), 2 помидора, 1 редис, 1 корень сельдерея.

Для заправки: ½ стакана майонеза смешанного со сметаной, лимонный сок, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Язык и корень сельдерея отварите, нарежьте полосками и соедините с грибами. В смесь майонеза со сметаной добавьте лимонный сок, перец и соль, залейте смесью нарезанные продукты и все перемешайте.

Выложите салат в салатницу и украсьте ломтиками помидоров и редисом.

Салат из конины с редькой

Ингредиенты

250 г конины, 300 г редьки, 1 луковица, зелень петрушки, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления

Отварите конину в подсоленной и перченой воде. Готовое

мясо и редьку нарежьте соломкой и смешайте, добавьте нарезанный кольцами лук и посыпьте зеленью.

Салат домашний

Ингредиенты

150 г мяса (любого, вареного или жареного), ветчины или колбасы, $\frac{1}{2}$ стакана нарезанного кубиками картофеля или макарон, 1 стакан фасоли или гороха (консервированных), 1–2 огурца (соленых), 1 морковка, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана нарезанной кубиками тыквы (маринованной), $\frac{1}{2}$ стакана нарезанного кубиками яблока, $\frac{1}{2}$ стакана нарезанных кубиками слив, $\frac{1}{2}$ луковицы, 1 столовая ложка тертого хрена.

Для заправки: 2 столовые ложки сметаны, $\frac{1}{2}$ чайной ложки горчицы, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо нарежьте кубиками, выложите на блюдо.

Картофель или макароны, огурцы, вареное яйцо, вареную морковь, фасоль или горох, маринованные овощи и фрукты перемешайте, выложите на блюдо. Сметану заправьте солью, горчицей, перцем, хорошо перемешайте и взбейте.

Затем добавьте рубленый лук и тертый хрен. Заправьте полученной смесью салат.

Салат из куриного мяса с томатной заправкой

Ингредиенты

250 г курятины (вареной), 5 соцветий цветной капусты, 4 картофелины, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 огурец (маринованный), ½ стакана зеленого горошка (консервированного), ½ стакана майонеза, 1 ½ столовой ложки томатной пасты, лимонный сок или уксус, зеленый салат, сахар, соль.

Способ приготовления

Вареное куриное мясо отделите от костей и нарежьте тонкими полосками. Картофель отварите и вместе с маринованным огурцом нарежьте тонкими полосками.

Подготовленные продукты осторожно перемешайте и заправьте майонезом, смешанным со специями и соком (уксусом), томатной пастой и вареной цветной капустой.

Выложите блюдо в салатник и оформите листьями салата, зеленым горошком и яйцом.

Салат мясной с редькой

Ингредиенты

50 г говядины или баранины, 50 г редьки, 15 г репчатого лука, 4 г зелени укропа, 4 г зеленого лука, 1 яйцо, 30 мл

майонеза или сметаны, ½ чайной ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Редьку нарежьте соломкой и замочите на 10–15 минут в холодной воде. Затем воду слейте и соедините редьку с нарезанным и обжаренным на растительном масле репчатым луком.

Мясо отварите и нарежьте небольшими кубиками.

Все продукты перемешайте, заправьте майонезом, добавьте перец и соль.

Готовый салат уложите горкой в салатник и оформите дольками вареного яйца, зеленью и кусочками вареного мяса, полейте майонезом.

Салат из дичи с овощами

Ингредиенты

200 г дичи (любой, вареной или жареной), 5 соцветий цветной капусты, 3 картофелины, 3 помидора, 1 огурец, 150 г спаржи, ½ стакана зеленого горошка (консервированного), ½ стакана стручковой фасоли, корень сельдерея, листья зеленого салата.

Способ приготовления

Мякоть дичи (фазана, рябчика, тетерева, куропатки) на-

режьте длинными ломтиками. Овощи обварите, картофель и морковь нарежьте кружочками, цветную капусту разделите на маленькие кусочки.

Вареную спаржу и стручки зеленой фасоли нарежьте дольками.

Свежие помидоры и огурцы нарежьте кружками, салатный сельдерей – тонкой соломкой.

Листья салата мелко нарежьте и положите в центр салатницы, вокруг кучками выложите овощи, затем пирамидкой ломтики дичи, центр украсьте зеленью сельдерея или листьями салата.

Салат мясной с овощами

Ингредиенты

250 г мяса (любого, отварного), 5 картофелин, 3 огурца (свежих или соленых), 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 яблоко, ½ стакана зеленого горошка (консервированного), ½ стакана майонеза, листья зеленого салата.

Способ приготовления

Мясо сварите, охладите и мелко нарежьте. Вареный картофель, огурцы и 2 яйца мелко порубите.

Смешайте ингредиенты, добавьте консервированный зеленый горошек и заправьте майонезом.

Готовый салат выложите в салатницу и оформите долька-

ми оставшегося яйца и листьями салата.

Салат из копченой индейки

Ингредиенты

200 г грудки индейки (копченой), 150 г черешкового сельдерея, 1 желтый перец.

Для заправки: ½ головки репчатого лука, ½ упаковки йогурта (нежирного, объемом около 150 мл), 2 столовые ложки салатного майонеза 50 %-ной жирности, 1 чайная ложка кленового сиропа, свежемолотый белый перец, соль.

Способ приготовления

Грудку индейки нарежьте полосками толщиной 1 см. Перец разрежьте пополам, удалите семена и перегородки, промойте, обсушите и нарежьте полосками. Сельдерей разберите на черешки, отделите зеленые листья, обдайте теплой водой и стряхните.

Черешки вымойте, удалите грубые волокна, высушите, нарежьте кусочками длиной 1 см. Лук очистите, натрите на терке или измельчите в блендере и смешайте с йогуртом, майонезом, сиропом, солью и перцем.

Все подготовленные продукты перемешайте, залейте йогуртно-майонезным соусом, накройте крышкой и оставьте пропитаться на 10 мин при комнатной температуре.

Индейка в йогурте

Ингредиенты

1 ножка индейки (весом около 500 г), 1 банан, 1 яблоко (кислых сортов), 100 г черного винограда, ½ ананаса (небольшого), сок 1 лимона, 4 веточки перечной мяты, ½ л воды, соль.

Для заправки: 100 мл сливок, 1 упаковка молочного йогурта (объемом 250 мл), ½ рюмки коньяка, ½ чайной ложки соли, белый перец.

Способ приготовления

Обработанную ножку индейки варите в подсоленной воде 1 час под крышкой. Ананас нарежьте кружочками, твердую сердцевину удалите, а мякоть нашинкуйте мелкими кубиками. Яблоко вымойте, удалите сердцевину и нарежьте кубиками, бананы очистите, также нарежьте кубиками, смешайте с яблоком и сбрызните лимонным соком. Виноград помойте, обсушите, разрежьте пополам и удалите косточки.

Ножку индейки выньте из бульона, снимите кожицу, отделите мясо от костей и нарежьте небольшими кубиками, охладите.

Для приготовления заправки сливки взбейте, смешайте с йогуртом и коньяком, добавьте соль и перец. Фрукты и мясо

смешайте с соусом, украсьте листочками мяты.

Салат «Ветчинный»

Ингредиенты

100 г ветчины (вареной) или колбасы, 3 яйца, 1 огурец (свежий или соленый), 80 г редиса или 1 помидор, 80 г листового салата или шпината, 1 стакан майонеза, зелень (любая).

Способ приготовления

Ветчину или колбасу, огурцы, сваренные вкрутую яйца, редис или помидоры нарежьте мелкими кубиками.

Салат или шпинат измельчите руками или ножом.

Готовые продукты слоями или группами выложите в салатник, полейте майонезом и посыпьте рубленой зеленью.

Салат «Мясные трубочки»

Ингредиенты

100 г говяжьего языка, 40 г кресс-салата, 20 г моркови, 20 г яблока, 1 столовая ложка сметаны, 1 столовая ложка майонеза, 10 г зелени укропа, 10 г зелени петрушки, 10 г тертого хрена, ½ лимона, сахар.

Способ приготовления

Язык очистите, отварите и нарежьте поперек волокон тонкими ломтиками. Яблоко очистите от кожуры, удалите семенные гнезда и вместе с вареной морковью нарежьте соломкой, добавьте тертый хрен, мелко нарезанную зелень, перемешайте и заправьте смесью майонеза со сметаной и сахаром.

При подаче к столу салат уложите горкой и оформите кружочками яблок, неочищенного лимона, зеленью петрушки и укропа, листьями кресс-салата. Сбоку выложите свернутые в трубочку ломтики вареного языка.

Салат «Городской»

Ингредиенты

150 г говядины, свинины или телятины (нежирной, отварной), 1 луковица (небольшая), зелень (любая), душистый перец, соль.

Для заправки: 3 столовые ложки кукурузного масла, 1 ½ столовой ложки яблочного уксуса, 1 столовая ложка горчицы.

Способ приготовления

Мясо нарежьте небольшими кусочками, посолите, поперчите, добавьте мелко нарезанный лук, перемешайте и заправьте смесью кукурузного масла, яблочного уксуса и горчицы.

чицы.

Перед подачей к столу украсьте салат мелко нарезанной зеленью.

Салат из куриного филе

Ингредиенты

250 г куриного филе, 150 г мидий (консервированных), 150 г риса, 150 г зеленого горошка, 70 г ядер грецких орехов, 30 г шпината, 10 г петрушки, 1 красный сладкий перец (небольшой), растительное масло.

Для заправки: 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка уксуса, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 столовая ложка оливкового масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Куриное филе обжарьте в минимальном количестве масла, охладите и нарежьте крупными кубиками. Мидии обсушите на бумажном полотенце и мелко порубите.

Болгарский перец нарежьте кубиками.

Ядра ореха разделите на четвертинки и смешайте с отварным рисом, мидиями, курицей и красным перцем.

Все перемешайте и полейте смесью из уксуса, лимонного сока, толченого чеснока, оливкового масла, перца и соли.

Украсьте готовый салат листьями шпината и зеленью пет-

рушки.

Салат из лосятины с маринованными фруктами

Ингредиенты

250 г жаркого из лосятины или мяса косули, 300 г яблок (маринованных), 1 морковка, 1 луковица, зелень петрушки, ½ чайной ложки уксуса, фрукты (любые, маринованные, для украшения).

Для заправки: ½ стакана майонеза, ½ стакана томатной пасты, мускатный орех, сахар, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Маринованные яблоки и вареную морковь аккуратно нарежьте тонкими полосками.

Лук мелко порубите, обдайте крутым кипятком, подкисленным уксусом, и остудите.

Жаркое из дичи сначала разрежьте поперек мышечных волокон на ломти, а затем на тонкие полоски.

В майонез добавьте специи и томатную пасту.

Салат перемешайте, полейте соусом и выложите в салатник.

Перед подачей к столу украсьте салат зеленью и маринованными фруктами.

Салат «Северный»

Ингредиенты

1 рябчик или ½ курицы, 6 картофелин, 3 огурца (свежих или соленых), 1–2 яблока, 4 яйца, 1 помидор, 1 пучок зеленого салата, ½ стакана майонеза, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахарной пудры, соль.

Способ приготовления

Филе птицы отварите, охладите и нарежьте ломтиками.

Яблоки и огурцы вымойте, очистите от семян и нарежьте ломтиками вместе с вареным картофелем и половиной яиц.

Подготовленные продукты соедините, добавьте листья салата, разрезанные на 3 части каждый, и заправьте майонезом, смешанным с солью, уксусом и сахарной пудрой.

Выложите салат в салатник и украсьте дольками оставшихся яиц и ломтиками помидора.

Салат из печени

Ингредиенты

150 г свиной или говяжьей печени, 200 г редиса, 100 г муки, 80 мл сметаны, молотый черный перец, соль.

Способ приготовления

Печень промойте, нарежьте небольшими кусочками, запанируйте в муке, посолите, поперчите и обжарьте. Редис вымойте и нарежьте кусочками. Печень пропустите через мясорубку, смешайте с редисом. Готовый салат заправьте сметаной.

Салат «Дружба»

Ингредиенты

120 г говядины (баранины, телятины, свинины), 1–2 картофеля, 2 яйца, 1 огурец, 3 столовые ложки зеленого горошка (консервированного), ½ стакана майонеза, зелень укропа и петрушки, листья салата, соль.

Способ приготовления

Мясо отварите в подсоленной воде, охладите и нарежьте поперек волокон на ровные ломтики. Огурец, картофель и одно яйцо нарежьте тонкими ломтиками. Подготовленные продукты смешайте, заправьте майонезом и добавьте консервированный зеленый горошек, еще раз тщательно перемешайте и выложите в салатницу горкой.

Перед подачей к столу украсьте салат ломтиками оставшегося яйца, листьями зеленого салата и мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Салат печеночный

Ингредиенты

250 г печени трески, 150 г сыра (любого, твердых сортов), 7 зубчиков чеснока, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Печень трески измельчите, сыр натрите на крупной терке. Соедините измельченную печень и тертый сыр. Оставшееся в банке масло заправьте мелко нарубленным чесноком, добавьте соль и перец.

Приготовленной смесью залейте печеночно-сырную смесь и аккуратно перемешайте.

Перед подачей к столу украсьте салат зеленью петрушки.

Мясной салат с яблоками

Ингредиенты

300 г говядины, 300 г яблок, 100 г огурцов (соленых), 50 г репчатого лука, 30 г хрена, 1 чайная ложка уксуса, зелень укропа и петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте кубиками и потушите до готов-

ности. Яблоки очистите от кожуры, удалите сердцевину, нарежьте вместе с огурцами кубиками, лук измельчите. Хрен натрите на крупной терке.

Яблоки, огурцы и хрен смешайте с тушеным мясом, добавьте уксус, соль и перец, хорошо перемешайте.

Перед подачей к столу украсьте салат мелко нарубленной зеленью.

Куриный салат с оливками

Ингредиенты

2 куриные грудки, 2 яйца (сваренных вкрутую), 200 г оливок (консервированных, без косточек), 130 г зеленого горошка (консервированного), 3 столовые ложки майонеза, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Куриные грудки отварите в слегка подсоленной воде, остудите, снимите кожицу, мелко нарежьте. Оливки нарежьте тонкими колечками, яйца натрите на крупной терке.

Соедините курицу, оливки, яйца и зеленый горошек, перемешайте, добавьте соль и перец.

Заправьте салат майонезом и еще раз тщательно перемешайте.

Салат грибной с ветчиной

Ингредиенты

200 г шампиньонов, 100 г ветчины, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень (любая), соль.

Для заправки: сок $\frac{1}{2}$ лимона, 1 столовая ложка майонеза, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления

Шампиньоны разрежьте на 4 части. Сливочное масло растопите на сковороде, выложите грибы и тушите до готовности. Готовые грибы смешайте с нарезанной кубиками ветчиной, перемешайте, посолите. Яйцо сварите, очистите и разрежьте на 4 части, зелень мелко порубите.

Майонез смешайте с сахаром, солью и лимонным соком, заправьте салат. Сверху украсьте блюдо яйцами и зеленью.

Салат мясной с грибами

Ингредиенты

300 г свинины, 300 г грибов (любых), 2 морковки, 2 огурца (соленых), 1 луковица, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки растительного масла.

Способ приготовления

Свинину отварите и нарежьте мелкими кубиками. Овощи очистите и вымойте. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на крупной терке и обжарьте на растительном масле.

Огурцы и грибы мелко нарежьте и добавьте вместе с мясом к овощам, тушите на слабом огне 3 минуты. Готовую массу выложите в салатницу и заправьте майонезом.

подавайте салат к столу в горячем или холодном виде.

Горчичный салат с сыром

Ингредиенты

5 яиц, 300 г сыра (любого), 120 мл сметаны, 20 листьев салата, 1 чайная ложка сухой горчицы, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сваренные вкрутую яйца очистите и измельчите. Сыр натрите на средней терке. Соль, перец и сухую горчицу смешайте, добавьте сметану и тщательно перемешайте.

Добавьте сыр и снова перемешайте. Листья салата вымойте, обсушите, сверните из них кулечки и заполните каждый приготовленной смесью.

Грибной салат с курицей

Ингредиенты

300 г шампиньонов, 300 г куриного филе, 250 г зеленого горошка (консервированного), 150 г репчатого лука, 150 г адыгейского сыра, 3 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Шампиньоны вымойте, отварите в подсоленной воде, нарежьте кубиками. Лук очистите, измельчите и обжарьте до золотистого цвета. Куриное филе отварите и измельчите, сыр нарежьте кубиками. Все ингредиенты смешайте, посолите и поперчите, заправьте майонезом.

Салат с черносливом и яблоком

Ингредиенты

320 г говядины (отварной), 250 г белокочанной капусты, 150 г зеленого горошка (консервированного), 100 г чернослива, 2 картофелины (отварные), 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 яблоко, 200 мл майонеза, 1 столовая ложка растительного масла, лимонная кислота, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Капусту тонко нашинкуйте, добавьте соль, перец, лимонную кислоту, перемешайте, поставьте на огонь и влейте растительное масло. Подождите, чтобы капуста осела.

Говядину нарежьте соломкой, картофель кубиками, яблоко натрите на терке. Картофель и говядину перемешайте, добавьте к ним капусту, нарезанные чернослив и яйца, горошек, яблоко.

Салат заправьте майонезом, перемешайте.

Салат морковный с грецкими орехами

Ингредиенты

500 г моркови, 150 г грецких орехов, 5 зубчиков чеснока, 150 мл майонеза, листья салата, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Морковь очистите, вымойте, натрите на крупной терке, чеснок – на мелкой, грецкие орехи измельчите.

Все перемешайте, оставив часть орехов для украшения, добавьте соль, перец и заправьте майонезом. На блюдо выложите листья салата, на них готовый морковный салат, посыпьте орехами.

Салат с яблоком

Ингредиенты

3 морковки, 3 яблока, 2 столовые ложки зеленого горошка (консервированного), ½ стакана майонеза, соль.

Способ приготовления

Морковь отварите, очистите, нарежьте кубиками. Яблоки вымойте, нарежьте соломкой, соедините с морковью, добавьте зеленый горошек, посолите и заправьте майонезом.

Салат мясной с огурцами

Ингредиенты

250 г курицы, 3 огурца, 4 столовые ложки майонеза, соль.

Способ приготовления

Курицу отварите, мелко нарежьте, огурцы вымойте, нарежьте кружочками, соедините с курятиной, посолите и заправьте майонезом.

Салат из капусты с яблоком и редькой

Ингредиенты

½ кочана капусты, 2 морковки, 1 яблоко, 1 огурец, 1 лу-

ковица, 1 помидор, 1 редька, 1 сладкий перец, 3 столовые ложки майонеза, зелень (любая).

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте.

Капусту нашинкуйте, морковь, редьку и яблоко натрите на терке, перец, лук, огурец и помидор мелко нарежьте, зелень порубите.

Все тщательно смешайте и заправьте майонезом.

Салат куриный с ананасами

Ингредиенты

1 куриный окорочок (отварной), 1 банка ананасов (консервированных кубиками), 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка мелко нарубленной зелени укропа, карри, соль.

Способ приготовления

Куриное мясо отделите от костей и мелко нарежьте. Из банки с ананасами слейте сок. Перемешайте ананасы с курицей, посолите, добавьте карри, заправьте сметаной и небольшим количеством ананасового сока.

Перед подачей к столу посыпьте салат мелко нарубленной зеленью.

Салат с семгой

Ингредиенты

300 г копченой семги, 200 г яблок, 300 мл сливок, 1 пучок салата, сок 1 лимона, зеленый лук, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите от кожуры, удалите сердцевину и нарежьте тонкими ломтиками.

Салат промойте и обсушите, крупные листья порвите на 3 части, переложите в салатницу и добавьте нарезанные ломтиками яблоки.

Рыбу нарежьте тонкими ломтиками и выложите в салатницу на яблоки.

Смешайте сливки, мелко нарезанный зеленый лук, соль, перец, заправьте полученной массой рыбу и яблоки.

Грибной салат с ветчиной

Ингредиенты

500 г шампиньонов, 200 г ветчины, 1 банка кукурузы (консервированной, объемом около 200 г), 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Ветчину нарежьте тонкой соломкой, из банки с кукурузой слейте рассол. Шампиньоны вымойте, нарежьте и обжарьте. Смешайте все ингредиенты, посолите, заправьте майонезом.

Салат из курицы и кальмаров

Ингредиенты

200 г куриного филе, 200 г кальмаров, 2 огурца (соленых), 2 яблока, 1 столовая ложка мелко нарубленной зелени петрушки, майонез, молотый черный перец, соль.

Способ приготовления

Кальмары и филе отварите в подсоленной воде, мелко нарежьте.

Яблоки и огурцы нарежьте соломкой. На большую тарелку выложите слои салата в следующей последовательности: курица, огурцы, кальмары, яблоки. Каждый слой промазывайте майонезом и перчите. Верхний слой украсьте зеленью.

Салат с яблоками и орехами

Ингредиенты

4 яблока, ½ стакана грецких орехов, ½ стакана сметаны, ½ стакана изюма, ½ стакана сливок, 2 столовые ложки сока красной смородины.

Способ приготовления

Яблоки очистите, нарежьте брусочками, полейте соком.

Орехи измельчите, смешайте с яблоками, добавьте изюм, заправьте сметаной и сливками.

Салат с плавленым сыром

Ингредиенты

200 г плавленого сыра, 300 г чернослива, 120 г грецких орехов, 4 яйца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зеленого лука, 250 мл майонеза.

Способ приготовления

Плавленый сыр натрите на крупной терке, чеснок – на мелкой, смешайте. Сваренные вкрутую яйца и зеленый лук также измельчите и смешайте. Чернослив отделите от косточек и нарежьте полосками. Орехи измельчите.

В салатницу выложите слой сыра с чесноком и смажьте майонезом, затем выложите рубленые яйца с зеленым луком и снова майонезом.

Далее – слой чернослива, слой майонеза, слой толченых грецких орехов и слой майонеза. Если хотите, слои можете повторить.

Салат из консервированной горбуши

Ингредиенты

1 банка горбуши в масле (весом около 180 г), 1 огурец, 2 картофелины (отварные), 3 яйца (сваренных вкрутую), 1/2 банки зеленого горошка (консервированного), 100 мл майонеза, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Горбушу отделите от костей и разомните вилкой. Яйца, картофель и огурец натрите на крупной терке. Все смешайте, добавьте горошек, заправьте майонезом, посолите и поперчите.

Салат с говядиной и огурцами

Ингредиенты

300 г говядины, 200 г шампиньонов, 2 морковки, 2 огурца (соленых), 2 столовые ложки растительного масла, майонез, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Говядину отварите и нарежьте маленькими кусочками. Шампиньоны вымойте, нарежьте и обжарьте на масле, смешайте с говядиной. Морковь очистите, нарежьте тонкой со-

ломкой и обжарьте на растительном масле. Огурцы мелко нарежьте, смешайте их с морковью, говядиной и шампиньонами, заправьте майонезом, посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

Салат с маринованными шампиньонами

Ингредиенты

250 г шампиньонов (маринованных), 150 г риса (вареного), 100 г плавленого сыра, 100 г репчатого лука, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 картофелины (отварной), 300 мл майонеза, зелень укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Грибы нарежьте кубиками, лук – полукольцами.

Желтки отделите от белков, белки, сыр и картофель натрите на крупной терке, желтки – на мелкой. Салат выложите в салатницу слоями: грибы, майонез, рис, майонез, тертые желтки, майонез, картофель, майонез, тертый сыр, майонез, тертые яичные белки, майонез, измельченная зелень укропа. Каждый слой посолите и поперчите.

Салат из шампиньонов

Ингредиенты

500 г шампиньонов, 4 яйца, 3 огурца (небольших), 125 мл

майонеза, 1 столовая ложка измельченного укропа, сахар, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Отварные шампиньоны, сваренные вкрутую яйца и огурцы нарежьте кубиками, тщательно перемешайте и заправьте майонезом, смешанным с сахаром, солью и перцем.

Перед подачей к столу посыпьте салат укропом.

Яблочный салат с фасолью

Ингредиенты

300 г яблок (кисло-сладких сортов), 300 г красной фасоли, 200 г свеклы (вареной), 2 столовые ложки уксуса, 2 столовые ложки оливкового масла, 600 мл воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Фасоль вымойте, замочите на ночь в холодной воде и сварите до готовности. Очищенные яблоки натрите на крупной терке, свеклу очистите и нарежьте тонкой соломкой.

К фасоли добавьте тертые яблоки и нарезанную свеклу, заправьте салат маслом, уксусом, солью и перцем, все хорошо перемешайте и подавайте к столу.

Салат с фасолью

Ингредиенты

400 г фасоли, 3 морковки, 2 луковицы, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, фасоль отварите в подсоленной воде до мягкости.

Морковь нарежьте тонкой соломкой, лук – полукольцами и обжарьте на масле.

Смешайте все ингредиенты, посолите и заправьте майонезом.

Салат с ананасами

Ингредиенты

1 банка ананасов (консервированных кубиками), 400 г крабовых палочек, 300 г сыра (любого), 1 зубчик чеснока, 3 столовые ложки майонеза.

Способ приготовления

Крабовые палочки нарежьте кубиками, сыр натрите на терке, ананасы откиньте на дуршлаг, чеснок измельчите.

Соедините все ингредиенты и заправьте майонезом.

Салат из картофеля

Ингредиенты

350 г картофеля (отварного), 400 г репчатого лука, 250 г грибов (любых, маринованных), 250 г сметаны, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Грибы вымойте и нарежьте полосками, картофель – брусочками, лук – мелко. Все смешайте и заправьте сметаной, перцем и солью.

Салат из курицы и апельсинов

Ингредиенты

200 г куриного мяса, 100 г сыра (любого), 2 огурца, 2 яблока, 2 апельсина, 3 столовые ложки майонеза, зелень (любая).

Способ приготовления

Мясо отварите и мелко нарежьте. Огурцы и яблоки очистите и нарежьте тонкой соломкой. Апельсин очистите, разделите на дольки и нарежьте. Сыр натрите на крупной терке. Все смешайте, заправьте майонезом и мелко нарезанной зеленью.

Сладкий салат из зеленого перца

Ингредиенты

400 г сладкого зеленого перца, 400 г помидоров (небольшого размера), 3 яйца, 2 столовые ложки майонеза, соль.

Способ приготовления

Сварите яйца вкрутую и крупно нарежьте. Свежие помидоры разделите на 4–6 частей.

Промытый и очищенный зеленый перец нарежьте соломкой. Все перемешайте, добавьте соль и майонез.

Салат рыбный с картофелем и рисом

Ингредиенты

1 банка сардин (весом около 250 г), 5 картофелин, 3 помидора, 2 болгарских перца, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки белого вина, 1 столовая ложка растительного масла, сахар, молотый черный перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и рис отварите до отдельности.

Картофель очистите, нарежьте кубиками и смешайте с рисом.

Помидоры нарежьте кубиками, перец очистите от семян и нарежьте соломкой.

Рыбу разомните, лук нарежьте кольцами, обжарьте на масле, добавьте томатную пасту, сахар, вино, измельченный чеснок, соль и перец, потушите. Помидоры, перец и поджарку смешайте с картофелем и рисом.

Перед подачей к столу поставьте салат в холодильник на 15–20 минут.

Салат из капусты и картофеля

Ингредиенты

150 г картофеля, 150 г капусты, 150 г огурцов, 3 яйца, 3 столовые ложки сметаны, зелень, соль.

Способ приготовления

Огурцы и вареный картофель нарежьте небольшими кубиками, капусту тонко нашинкуйте.

Смешайте все ингредиенты, добавьте сваренные вкрутую яйца, также нарезанные кубиками, заправьте сметаной и украсьте свежей зеленью.

Салат из брюссельской капусты

Ингредиенты

1 кг брюссельской капусты, соль.

Для заправки:

100 г фундука, 75 г сливочного масла, 5 г мускатного ореха, цедра 1 лимона, 1 зубчик чеснока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Отварите нарезанную брюссельскую капусту в подсоленной воде. Обжарьте фундук на раскаленной сковороде, дайте остыть и мелко порубите.

Смешайте орехи с маслом, натрите цедру лимона, пропустите чеснок через пресс, добавьте тертый мускатный орех, соль и перец. Получившейся смесью заправьте капусту.

Готовое блюдо украсьте орехами и подавайте горячим.

Салат из помидоров с яйцами

Ингредиенты

400 г помидоров, 3 яйца, 4 столовые ложки майонеза, зелень укропа и петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сварите яйца вкрутую и нарежьте их достаточно крупными кубиками, таким же образом нарежьте и помидоры.

Соедините помидоры и яйца в салатнике, залейте сверху майонезом, посолите и поперчите, украсьте крупными ли-

стями петрушки и укропа.

Салат с капустой и яблоками

Ингредиенты

500 г капусты, 1 черешок сельдерея, 1 яблоко, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Яблоко очистите, разрежьте на четыре части, удалите сердцевину, нарежьте небольшими ломтиками. Овощи очистите, капусту нашинкуйте, а затем перетрите, пока не появится сок, сельдерей нарежьте тонкой соломкой. Все ингредиенты смешайте, добавьте сахар, посолите, заправьте маслом и уксусом.

Салат из овощей и фасоли

Ингредиенты

200 г огурцов, 200 г помидоров, 200 г фасоли, 1 корень сельдерея, 50 г хлебных корок, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, зелень петрушки, укропа и кинзы, зеленый лук, соль.

Способ приготовления

Фасоль замочите на ночь, сварите в подсоленной воде, добавьте в отвар немного кинзы или натертый корень сельдерея. Дайте ей хорошо пропитаться ароматом отвара, затем слейте воду и поставьте фасоль охлаждаться. Огурцы и помидоры нарежьте крупными кубиками, лук – кольцами или полукольцами. Натрите на мелкой терке хлебные корочки, шинкуйте зелень, смешайте все ингредиенты.

Заправьте салат растительным маслом и уксусом, посолите.

Перед подачей к столу украсьте блюдо листьями петрушки и укропа.

Салат из тыквы

Ингредиенты

400 г тыквы, 200 г яблок, 1 репка, 4 столовые ложки меда.

Способ приготовления

Тыкву очистите, нарежьте мелкими кубиками, смешайте с медом и оставьте на 40 минут.

Яблоки и репу нарежьте небольшими кубиками, добавьте к тыкве и тщательно перемешайте.

Салат из свеклы с лимонным соком

Ингредиенты

3 свеклы, 4 яблока, сок ½ лимона, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Свеклу сварите и натрите вместе с очищенными яблоками на крупной терке, добавьте лимонный сок, сахар, соль, полейте растительным маслом и хорошо перемешайте.

Перед подачей к столу украсьте салат мелко нарезанной зеленью.

Салат из помидоров ореховый

Ингредиенты

400 г помидоров, 200 г грецких орехов, 1 луковица, 2 зубчика чеснок, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Орехи измельчите, помидоры нарежьте кубиками, лук — колечками, чеснок натрите на мелкой терке. Все смешайте, посолите, поперчите, заправьте растительным маслом и уберите в холодильник на 30 минут.

Подавайте салат к столу прямо из холодильника.

Салат из помидоров с кислым молоком

Ингредиенты

400 г помидоров, зелень укропа и петрушки, зеленый лук, несколько листьев салата.

Для заправки: 200 мл молока (кислого), 1 корень хрена, соль.

Способ приготовления

Помидоры разрежьте на несколько частей и уложите на блюдо, покрытое листьями салата. Хрен натрите на мелкой терке, положите в молоко, посолите и немного взбейте.

Залейте помидоры получившимся соусом и посыпьте сверху измельченной зеленью.

Винегреты

Винегрет «Домашний»

Ингредиенты

1 свекла, 150 г белокочанной капусты, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка сахара, ½ чайной ложки лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления

Белокочанную капусту мелко нарежьте, посолите, перетрите до появления сока и отожмите. Свеклу отварите и нарежьте небольшими кубиками. Соедините капусту и свеклу, добавьте сахар и лимонную кислоту, предварительно разведя их в небольшом количестве воды. Заправьте винегрет растительным маслом и переложите в блюдо.

Винегрет «Перчик»

Ингредиенты

1 свекла, 1–2 огурца (соленых), 250 г картофеля, 100 г зеленого горошка (консервированного), 80 г сладкого перца (консервированного), 50 г репчатого лука, 50 г моркови, ½ стакана тонко нашинкованной квашеной капусты, 100 мл

сметаны или майонеза, соль.

Способ приготовления

Свеклу отварите, очистите и нарежьте кубиками. Картофель и морковь отварите в кожуре, остудите, очистите и нашинкуйте тонкими ломтиками вместе с огурцами, перцем и луком.

Соедините подготовленные овощи с квашеной капустой и зеленым горошком, посолите и заправьте сметаной или майонезом.

Винегрет с цветной капустой

Ингредиенты

100 г цветной капусты, 1 свекла, 1 морковка, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1–2 картофелины, 4–5 грибов (белые грибы, грузди или рыжики маринованные или соленые), 40 г зеленого горошка (консервированного), ½ стакана сметаны, листья салата, зелень укропа и петрушки, сахар, соль.

Способ приготовления

Свеклу, морковь и картофель отварите, очистите и нарежьте небольшими кубиками. Грибы промойте и нашинкуйте.

Цветную капусту тщательно промойте, отварите в подсоленной воде и разберите на соцветия.

Смешайте овощи с грибами и мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Заправьте винегрет майонезом, еще раз перемешайте и выложите на блюдо.

Перед подачей к столу украсьте винегрет грибами и листиками салата.

Винегрет с соевым соусом

Ингредиенты

2 свеклы, 2 луковицы, 80 г хрена, 3 столовые ложки квашеной капусты, 1 столовая ложка зеленого горошка, 150 мл сметаны, 1 чайная ложка горчицы, 2 столовые ложки соевого соуса, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Репчатый лук нарежьте кубиками, хрен натрите на мелкой терке, свеклу отварите, очистите и натрите на крупной терке.

Все смешайте и добавьте перец и квашеную капусту.

Заправьте винегрет смесью сметаны и горчицы, перемешайте.

Готовое блюдо выложите в салатник, полейте соевым соусом и украсьте зеленым горошком и веточками зелени.

Винегрет с солеными грибами

Ингредиенты

150 г грибов (любых, соленых), 150 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 свекла (небольшого размера), 1 луковица, 1 картофелина, 1 огурец (соленый), ½ стакана зеленого горошка (консервированного).

Способ приготовления

Морковь, свеклу и картофель отварите, очистите и нарежьте вместе с луком и огурцом мелкими кубиками, соленые грибы нашинкуйте. Подготовленные ингредиенты соедините, добавьте зеленый горошек и квашеную капусту.

Растительное масло и лимонный сок смешайте и залейте полученной смесью листья салата, разложенные на тарелки. Сверху выложите винегрет и украсьте его веточками петрушки и сельдерея.

Винегрет грибной

Ингредиенты

250 г шампиньонов, ½ свеклы, 100 г квашеной капусты, 2 помидора, 1 столовая ложка растительного масла, зелень укропа и петрушки, соль.

Для заправки: 3 столовые ложки растительного масла, сок ½ лимона, 1 морковка, 1 луковица, 1 чайная ложка сахара, ½ чайной ложки горчицы.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, отварите до готовности, очистите и нарежьте небольшими кубиками. Шампиньоны тщательно промойте под струей воды, порубите, обжарьте на растительном масле и охладите. Помидоры помойте, очистите от кожуры и нарежьте небольшими кубиками.

Для приготовления соуса смешайте растительное масло с лимонным соком, всыпьте к ним измельченный репчатый лук, натертую на мелкой терке морковь, сахар и горчицу. Соедините подготовленную свеклу, квашеную капусту, шампиньоны и помидоры и заправьте приготовленным соусом.

Выложите винегрет в салатник, перемешайте и посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Винегрет «Деревенский»

Ингредиенты

5 соцветий цветной капусты (отварных), 1 свекла, 1 морковка, 1 стручок красного перца, 1 огурец (соленый), 1 луковица, 5 грибов (любых, маринованных), 5 маслин, растительное масло.

Способ приготовления

Свеклу и красный перец запекайте в духовке и мелко нарежьте, предварительно удалив семечки из перца. Огурец, морковь нарежьте кубиками или кружочками.

Цветную капусту измельчите, лук мелко порубите.

Крупные грибы разрежьте на несколько частей, а маслины очистите от косточек. Смешайте все подготовленные ингредиенты (кроме грибов) и заправьте растительным маслом.

Выложите винегрет в глубокое блюдо и украсьте кусочками грибов.

Винегрет мясной с фруктами

Ингредиенты

300 г мяса, 1 свекла, 400 г огурцов (свежих или соленых), 300 г картофеля, 150 г моркови, 150 г фруктов (маринованных), 100 г листьев салата, 80 г корнизонов, ½ стакана тонко нашинкованной квашеной капусты, 3 яйца, 200 мл майонеза.

Способ приготовления

Свеклу отварите, очистите и нарежьте кубиками.

Жареное или вареное мясо нарежьте тонкими ломтиками. Картофель и морковь отварите, очистите и нарежьте вместе с огурцами и маринованными фруктами маленькими кубиками.

Соедините все ингредиенты, перемешайте и заправьте

майонезом.

Винегрет с яблоками и краснокочанной капустой

Ингредиенты

2 яблока, ½ вилка краснокочанной капусты, 1 свекла, 1 морковь, ½ стакана зеленого горошка (консервированного), 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Морковь и свеклу отварите, очистите и нарежьте кубиками. Яблоки вымойте, удалите сердцевину и нарежьте так же, как морковь.

Капусту очистите, удалите кочерыжку и очень тонко нашинкуйте. Сложите капусту в кастрюлю, обдайте кипятком и дайте настояться в течение 20 мин.

Отожмите капусту и смешайте с подготовленными ингредиентами, добавьте консервированный зеленый горошек. Смешайте уксус с растительным маслом и заправьте винегрет.

Винегрет с филе сельди

Ингредиенты

2 свеклы, ½ стакана квашеной капусты, ½ луковицы, 40 г филе сельди, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Филе сельди нарежьте тонкими ломтиками. Капусту тщательно промойте и дополнительно нашинкуйте. Свеклу отварите, охладите, очистите и натрите на крупной терке.

Смешайте подготовленные ингредиенты и добавьте растертый с солью чеснок.

Перед подачей к столу переложите винегрет в блюдо и украсьте кольцами репчатого лука.

Винегрет с брюссельской капустой

Ингредиенты

150 г брюссельской капусты, 1 помидор, 1 картофелина, 1 морковь, 100 г зеленого лука, ½ свеклы, сок ½ лимона, ½ стакана майонеза или 3 столовые ложки растительного масла, листья салата, зелень укропа и петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, свеклу и морковь отварите до готовности, очистите и нарежьте кубиками. Брюссельскую капусту нашинкуйте.

Помидор вымойте и нарежьте ломтиками, зеленый лук мелко порубите.

Смешайте все овощи, сбрызните лимонным соком и поставьте на 1 час в холодное место.

Тщательно вымойте листья салата и разложите их на блюде, сверху выложите готовый винегрет, заправленный майонезом или растительным маслом.

Перед подачей к столу оформите блюдо зеленью укропа и листиками петрушки.

Винегрет с путассу

Ингредиенты

200 г филе путассу (отварного), 120 г квашеной капусты, 1 картофелина, 1 свекла, 1 луковица, 1 огурец (соленый), ½ моркови, ½ стакана грибов (любых, маринованных), ½ стакана растительного масла.

Способ приготовления

Филе рыбы отделите от костей и нарежьте маленькими ломтиками.

Свеклу, морковь и картофель отварите в кожуре, остудите, очистите и нарежьте вместе с луком и огурцом кубиками.

Подготовленные овощи, квашеную капусту и рыбу смешайте, добавьте мелко нарезанные маринованные грибы. Заправьте винегрет растительным маслом и горкой выложите

в салатник.

Винегрет со сметаной

Ингредиенты

1 свекла (небольшого размера), 1 огурец (соленый), 1 морковь, 3–4 картофелины, 3 столовые ложки квашеной капусты, 40 г фасоли, 60 мл сметаны, 1 чайная ложка 9 %-ного уксуса, сахар, соль.

Способ приготовления

Фасоль замочите в воде, отварите и охладите. Соленый огурец нарежьте небольшими кубиками, квашеную капусту отожмите. Морковь, свеклу и картофель отварите, охладите, очистите от кожицы и нарежьте кубиками.

Подготовленные продукты смешайте и заправьте сметаной, добавьте соль, сахар, уксус, еще раз тщательно перемешайте и выложите в салатник.

Винегрет с вареными мидиями

Ингредиенты

120 г мидий (вареных), 1 картофелина, 1 свекла, 1 морковь, 80 г квашеной капусты, 1 стакан грибов (любых, соленых), ½ луковицы, 2 столовые ложки нарезанного зеленого лука, ½ стакана растительного масла, 1 чайная ложка 9 %-

ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Свеклу, морковь и картофель отварите. Грибы, мидии, лук и вареные овощи нарежьте тонкими ломтиками, смешайте и добавьте квашеную капусту, посолите.

Полейте винегрет салатной заправкой из смеси масла и уксуса и посыпьте мелко нарубленным зеленым луком.

Винегрет острый

Ингредиенты

2 картофелины, 2 огурца (соленых), 1 свекла, 1 морковка. 150 г квашеной капусты, 1/2 стакана майонеза, 2 столовые ложки острого соуса, специи (любые), соль.

Способ приготовления

Свеклу, морковь и картофель отварите в кожуре, очистите и нарежьте кубиками. Соедините овощи с квашеной капустой и острым соусом, заправьте майонезом и специями, посолите. Готовый винегрет тщательно перемешайте.

Винегрет «Морской»

Ингредиенты

3 картофелины, 100 г квашеной капусты, 100 г морской

капусты (консервированной), 2 морковки (небольшого размера), 2 огурца (соленых), 2 луковицы, 1 свекла, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и свеклу вымойте, отварите по отдельности, остудите и нарежьте небольшими кубиками. Лук нашинкуйте, огурцы вымойте и нарежьте кубиками, квашеную капусту промойте и отожмите.

Подготовленные ингредиенты смешайте с консервированной морской капустой, заправьте солью, уксусом, сахаром, перцем и растительным маслом.

Выложите винегрет в салатник тщательно перемешайте.

Винегрет томатный

Ингредиенты

½ свеклы, 120 г помидоров, 120 г огурцов (соленых или малосольных), 100 г квашеной капусты, 2 стручка сладкого перца, 2 яйца.

Для заправки:

2 томата (перезревших), 150 мл майонеза, 8 г горчицы.

Способ приготовления

Квашеную капусту промойте и отожмите. Свеклу вымойте, отварите, охладите, очистите и нарежьте небольшими кубиками.

Перец вымойте, очистите от семян и нарежьте соломкой. Яйца сварите вкрутую и разрежьте каждое на четыре части.

Помидоры и огурцы вымойте и нарежьте кубиками. Смешайте подготовленные компоненты и заправьте смесью натертых на терке перезревших томатов с майонезом и горчицей.

Перед подачей к столу охладите винегрет в холодильнике 20–30 минут.

Винегрет с квашеной капустой

Ингредиенты

80 г квашеной капусты, 40 г зеленого лука, 4 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 1 огурец (соленый), 1 яблоко (небольшого размера), 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка горчицы, ½ чайной ложки сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и свеклу отварите по отдельности, охладите, очистите и нарежьте кубиками или ломтиками. Яблоко и огурец очистите и нарежьте таким же образом. Смешайте подготовленные ингредиенты и добавьте кваше-

ную капусту.

В растительное масло добавьте уксус, сахар, перец, соль, горчицу и заправьте винегрет.

Винегрет с маслинами

Ингредиенты

100 г квашеной капусты, 40 г маслин, 4 картофелины, 1 свекла, 1 яйцо, ½ стакана гороха, 3 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка эстрагона, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Картофель очистите, отварите в подсоленной воде и нарежьте ломтиками. Свеклу вымойте, запеките в духовке, очистите и также нарежьте ломтиками. Горох отварите. Все подготовленные продукты смешайте, добавьте квашеную капусту и яичный белок, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Винегрет выложите в салатник, посыпьте мелко нарубленными желтком и эстрагоном, украсьте маслинами.

Винегрет с кукурузой

Ингредиенты

1–2 картофелин, 1 свекла, 1 морковка, 1 луковица, 2 огурца (соленых), 100 г кукурузы (вареной или консервирован-

ной), 2 столовые ложки квашеной капусты, 4 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, зелень петрушки или укропа, сахар, соль.

Способ приготовления

Лук шинкуйте. Картофель, свеклу и морковь отварите и вместе с огурцами нарежьте ломтиками. Подготовленные овощи смешайте с кукурузой, добавьте квашеную капусту. Заправьте винегрет растительным маслом, уксусом, сахаром и солью, посыпьте зеленью.

Винегрет мясной

Ингредиенты

1 свекла, 1 огурец (соленый), 1 морковь, 1 яйцо, 1–2 картофелины, 120 г мяса (любого, вареного), 2 столовые ложки квашеной капусты, 100 мл майонеза, листья салата, зелень петрушки и укропа, свежемолотый черный перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, свеклу и морковь отварите и нарежьте кубиками. Вареное мясо нарежьте небольшими ломтиками. Яйцо отварите и мелко порубите. Огурец вымойте и нарежьте кубиками. Соедините подготовленные ингредиенты, добавьте к ним квашеную капусту, поперчите и заправьте майонезом.

Выложите винегрет в салатник, посыпьте мелко нарублен-

ной зеленью петрушки и укропа, украсьте листьями салата.

Винегрет морковный со специями

Ингредиенты

200 г моркови, 100 г квашеной капусты, ½ свеклы, 2 зубчика чеснока, ½ стакана горячего оливкового масла, 2 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка соли, лавровый лист, гвоздика, кориандр, свежемолотый черный перец.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, отварите, охладите и нарежьте кубиками. Морковь и чеснок нашинкуйте, добавьте квашеную капусту, подготовленную свеклу и залейте горячим оливковым маслом и уксусом, посыпьте солью, сахаром, перцем и тщательно растертыми специями. Винегрет охладите и выдержите в течение суток в холодильнике.

Винегрет с мойвой и чесноком

Ингредиенты

200 г мойвы (пряного посола), 2 свеклы, 2 зубчика чеснока, 1 яблоко, 1 столовая ложка квашеной капусты, ½ стакана майонеза.

Способ приготовления

Свеклу отварите, очистите и нарежьте кубиками.

Яблоко вымойте, удалите сердцевину и натрите на мелкой терке, соедините с квашеной капустой.

Все смешайте с нарубленным чесноком и заправьте майонезом.

Выложите винегрет в салатник горкой и украсьте мойвой, нарезанной кусочками.

Винегрет «Монастырский»

Ингредиенты

500 г свеклы, 150 г репчатого лука, 150 г чернослива, 100 г ядер грецких орехов, 1 морковь, 100 мл растительного масла, 1 столовая ложка квашеной капусты, 1 чайная ложка семян кориандра.

Способ приготовления

Чернослив и морковь отварите по отдельности и нарежьте мелкими кусочками. Свеклу вымойте, отварите, очистите и нарежьте дольками. Лук очистите, нашинкуйте, спассеруйте на растительном масле и смешайте с толчеными ядрами орехов. Добавьте подготовленные ранее чернослив, морковь, свеклу и квашеную капусту. Заправьте винегрет растительным маслом, тщательно перемешайте и добавьте семена кориандра для аромата.

Винегрет «Столица»

Ингредиенты

5 картофелин (отварных), 2 огурца (соленых), 1 свекла, 1 морковь, 1 яблоко (моченое или свежее), 1 помидор, 1 огурец, 80 г квашеной капусты, 40 г зеленого лука, зелень укропа.

Для заправки:

3 столовые ложки растительного масла, ½ ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка горчицы, соль.

Способ приготовления

Свеклу, морковь и картофель отварите в кожуре, очистите и нарежьте кубиками. Яблоко и соленые огурцы помойте, очистите от семян и нарежьте кубиками или ломтиками.

Сложите подготовленные продукты в салатник, добавьте квашеную капусту.

Для соуса соль, перец и горчицу разотрите с растительным маслом и разведите уксусом.

Винегрет выложите в салатник, посыпьте мелко нарезанным зеленым луком и укропом, украсьте дольками свежего огурца и помидора.

Винегрет грибной с помидорами

Ингредиенты

150 г шампиньонов, ½ свеклы, 2 столовые ложки квашеной капусты, 2 помидора, 1 столовая ложка растительного масла, зелень петрушки и укропа, соль.

Для заправки: 1 морковка, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 20 мл лимонного сока, ½ чайной ложки горчицы.

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.