



ПРАЗДНИЧНЫЕ САЛАТЫ И САЛАТИКИ



Коллектив авторов
Праздничные
салаты и салатики
Серия «Готовим от души»

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=323592

Праздничные салаты и салатики: РИПОЛ классик; Москва; 2007

ISBN 978-5-7905-4733-1

Аннотация

Салаты – гордость любой хозяйки, и к их приготовлению она подходит особенно тщательно, с выдумкой и импровизацией. И наградой за труд обычно бывает просьба гостей дать рецепт того или иного салата. В этой книге вы найдете сотни новых рецептов салатов, которыми сможете порадовать и удивить как знакомых, так и своих домочадцев.

Содержание

Вступление	4
Несколько полезных советов	6
Мясные салаты	8
Салат «Дары природы»	8
Салат «Ярославна»	9
Салат «Бон вояж»	10
Овощной салат «Будь здоров»	11
Комбинированный салат по-болгарски	12
Салат «К ужину»	13
Салат «Цюрих»	14
Салат «Фантазия»	15
Салат «Влашский»	16
Салат «Датский»	17
Салат «Виват, король!»	18
Салат мясной	19
Салат мясной по-французски	20
Салат «Искушение»	22
Салат по-таджикски	23
Салат «Лукоморье»	24
Салат «Отрада»	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Праздничные салаты и салатики

Вступление

Отличительной особенностью русской кухни является обилие и разнообразие закусок. Как на праздничном, так и на будничном столе свое постоянное место занимают всевозможные салаты. Они могут не только предварять обед, но также быть самостоятельным блюдом или подаваться в качестве гарнира.

Многообразие салатов позволяет готовить их во все времена года. Они ежедневно снабжают нас необходимыми витаминами, микроэлементами, минеральными солями и клетчаткой.

Отварные салаты готовят в основном из овощей и различных вкусовых добавок. Но для салата как главного блюда меню можно использовать всевозможные комбинации продуктов. К ним относятся следующие ингредиенты: рис, картофель, макаронные изделия, бобовые, овощи, фрукты, мясо, рыба и птица.

Используя различные составляющие в оригинальных сочетаниях и пропорциях, применяя разнообразные приправы и соусы, можно создать неповторимый вкус этого заме-

чательного блюда. Классические рецепты могут служить настоящим источником творческого вдохновения. На их основе любая хозяйка сможет создать свой кулинарный шедевр.

Готовьте с удовольствием, устраивайте праздничные обеды, радуйте себя и своих близких.

Приятного вам аппетита!

Несколько полезных советов

Листовой салат надо мыть под струей холодной воды, затем дать стечь воде и обсушить салат полотенцем.

Чтобы сохранить витамины, которыми богаты салатные листья, нарежьте их непосредственно перед подачей на стол.

Овощи необходимо тщательно мыть, лучше щеткой.

Отваривать овощи лучше заранее, из теплых овощей салат получается невкусный и быстро портится.

Каждый овощ варят отдельно, лучше в эмалированной посуде, обязательно под крышкой.

Овощи отбирают одного размера, ровные и здоровые.

Овощи для салата режут мелко, ломтики должны быть тонкими, почти прозрачными.

Перемешивать салат нужно осторожно двумя ложками снизу вверх, чтобы не поломать ломтики.

Если вы используете отварные продукты или ингредиенты с твердой консистенцией, оставьте их настаиваться в течение часа в салатном соусе. Картофель, макароны или сладкий перец приобретут за это время особый вкус и аромат.

Салатную заправку можно приготовить самим. Основу такой заправки составляет растительное масло. Лучше всего – оливковое, имеющее удивительно многогранный вкус, что позволяет использовать его почти для всех салатов.

Для тех, кто предпочитает легкое диетическое питание,

советуем вместо майонеза использовать сметану с 1 ч. л. горчицы.

В заправки для фруктовых салатов можно добавить немного ванильного сахара.

Мясные салаты

Салат «Дары природы»

Требуется:

500 г картофеля, 200 г ветчины, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г соленых огурцов, 2 яйца, 50 г моркови, 150 г майонеза, по 25 г зеленого салата, зелени петрушки или укропа, соль, молотый черный перец.

Способ приготовления.

Картофель и морковь, очищенные, отваренные и охлажденные, яйца, сваренные вкрутую, огурцы, ветчину нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, майонез, посолить и перемешать. Выложить в салатницу, украсить листьями зеленого салата, ломтиками ветчины, кружочками огурца и яйца, посыпать зеленью.

Салат «Ярославна»

Требуется:

150 г ветчины, по 100 г огурцов, помидоров, яблок, белокочанной капусты и картофеля, 150 г майонеза, 40 г клюквы, зелень петрушки.

Способ приготовления.

Яблоки очистить от кожицы, удалить семенную коробочку. Картофель отварить в мундире, очистить. Ветчину, картофель, яблоки, свежие огурцы, капусту нашинковать соломкой. Помидоры нарезать кружочками. Все продукты уложить слоями в стеклянную салатницу, полить майонезом, украсить огурцами, помидорами, яблоками, зеленью, клюквой.

Салат «Бон вояж»

Требуется:

150 г ветчины, 150 г соленых грибов, 80 г картофеля, 80 г свежих огурцов, 60 г растительного масла, 60 г консервированной кукурузы, 1 луковица, 20 г зеленого салата, 1 яйцо, зелень, соль, перец.

Способ приготовления.

Отварной картофель, огурцы, репчатый лук, ветчину и яйцо нарезать ломтиками. Огурцы перемешать с солью и выдержать 1 час. Кукурузу отцедить. Грибы перебрать, крупные нарезать. Все продукты (кроме грибов) заправить растительным маслом и перцем и выложить в салатник. Мелкие грибы воткнуть в салат, резаные разложить горками. Украсить блюдо листьями салата и зеленью.

Овощной салат «Будь здоров»

Требуется:

150 г ветчины, по 100 г свежих огурцов, помидоров, редиса, сладкого перца, кресс-салата и салатной заправки, 40 г репчатого лука, 40 г маслин, тмин.

Способ приготовления.

Красный и зеленый перец, сладкий салатный лук, редис, помидоры и огурцы нарезать кружочками, ветчину – брусочками. Маслины очистить от косточек. Подготовленные продукты перемешать и выложить в стеклянный или хрустальный салатник. Заправку смешать с тмином и подать отдельно.

Комбинированный салат по-болгарски

Требуется:

1 кг картофеля, 500 г моркови, 1 банка консервированного горошка, 7–8 соленых огурчиков, 200 г ветчины, колбасы или жареного мяса, 3 яйца, 450 г растительного масла, 2 лимона (или разведенная лимонная кислота), 1 ст. л. горчицы, черный перец, соль, маслины.

Способ приготовления.

Очищенный картофель нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде, после чего выложить в дуршлаг. Затем картофель смешать с отцеженным горошком и отварной морковью, солеными огурчиками, ветчиной или колбасой, нарезав все кубиками. Смесь выдержать в холодном месте. Приготовить майонез из яичных желтков и растительного масла и разделить его на две части. Одну часть заправить горчицей, черным перцем и лимонным соком по вкусу, развести картофельным отваром и осторожно прибавить к нарезанным овощам. Салат распределить на порции, украсить каждую порцию подкисленным и посоленным по вкусу майонезом (другой частью), маслинами без косточек, кружочками лимона и веточками петрушки.

Салат «К ужину»

Требуется:

1 крупный кочан свежего зеленого салата, 200 г сыра, 150 г ветчины (или копченой грудинки), 4–5 помидоров, 1 небольшой свежий огурец, 1 головка репчатого лука, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. л. уксуса, ½ ч. л. горчицы, соль и петрушка.

Способ приготовления.

Листья зеленого салата нарезать тонкими полосками, а остальные продукты кубиками. Хорошо размешать и заправить приготовленной предварительно заправкой из растительного масла, горчицы, уксуса с добавлением соли. Смесь снова размешать и распределить на порции; каждую порцию посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Салат «Цюрих»

Требуется:

100 г ветчины, 150 г риса, 100 г помидоров, 60 г сыра, 60 г майонеза, 30 г маслин, 30 г зеленого салата, 2 яйца, зелень, горчица.

Способ приготовления.

Рис отварить и охладить. Ветчину и сыр нарезать соломкой, помидоры – кубиками. Все компоненты перемешать, добавив $\frac{2}{3}$ части майонеза или горчицу, выложить горкой в салатник на листья салата, полить оставшимся майонезом и украсить маслинами, яйцом и зеленью.

Салат «Фантазия»

Требуется:

50 г вареной колбасы, 50 г ветчины, 600 г картофеля, 1 луковица, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 маринованных огурца, растительное масло, 1 ст. ложка майонеза, разбавленного соком лимона, соль, черный молотый перец.

Способ приготовления.

Отварить картофель в кожуре, остудить, очистить, нарезать кубиками. Добавить ветчину, колбасу, лук, нарезанные тонкими ломтиками, крупно нарезанные яйца с огурцами. Заправить небольшим количеством растительного масла, солью, перцем. Все выложить в салатник, добавить майонез, тщательно перемешать, поставить на 1 час в холодильник.

Салат «Влашский»

Требуется:

100 г ветчины, 130 г мяса, 30 г яблок, 50 г картофеля, 40 г огурцов, 20 г зеленого горошка, 1 яйцо, 50 г майонеза, зелень, перец, соль.

Способ приготовления.

Ветчину, вырезку, отварной картофель, яблоки, соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, нашинковать соломкой, заправить майонезом, выложить в салатницу, украсить вареным яйцом, зеленым горошком, огурцом и зеленью петрушки.

Салат «Датский»

Требуется:

200 г макарон, 1 небольшой кочан цветной капусты, 1 маленький корень сельдерея, 2 средние моркови, 200 г ветчины или копченой колбасы, 2 ст. ложки уксуса или разведенной лимонной кислоты, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка горчицы, 3 ст. ложки майонеза.

Способ приготовления.

Макароны разломать на небольшие кусочки и сварить в подсоленной воде. Подготовленную цветную капусту разделить на кочешки. Морковь и сельдерей нарезать тонкой соломкой. Все эти овощи сварить в слегка подсоленной воде (но не переваривать!), откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Охлажденные овощи и макароны, нарезанную ветчину или колбасу сложить в миску и осторожно перемешать, чтобы не размять кочешки капусты. Взбить вилкой в отдельной посуде уксус, растительное масло и горчицу. Заправить салат этой смесью и майонезом.

Салат «Виват, король!»

Требуется:

½ стакана отварного риса, 100 г зеленого горошка, 50 г ветчины, зелень петрушки, майонез, соль, черный молотый перец.

Для украшения: листья зеленого салата, помидоры.

Способ приготовления.

Тщательно перемешать рис с отварным зеленым горошком, мелко нарезанной ветчиной, заправить солью, перцем, мелко нарезанной зеленью петрушки, майонезом. Украсить листьями салата и кружочками помидоров.

Салат мясной

Требуется:

300 г отварной говядины, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, соль, черный молотый перец.

Для соуса: горчица, кусочки анчоусов, очищенные от костей.

Для украшения: сваренные вкрутую яйца, маринованные огурцы.

Способ приготовления.

Мясо нарезать очень тонкими ломтиками. Приготовить маринад из растительного масла, уксуса, соли, перца, опустить в него мясо на 2 часа, процедить. Выложить мясо на блюдо, украсить ломтиками яиц и огурцов. Соус подать отдельно.

Салат мясной по-французски

Требуется:

250 г вареного мяса, 400 г картофеля, сваренного в мундире, 400 г свежих помидоров, 1 сваренное вкрутую яйцо.

Для заправки: 2 желтка из сваренных вкрутую яиц, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сухой горчицы, $\frac{3}{4}$ ч. ложки соли, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, 2 ч. ложки мелко рубленного репчатого лука, 2 ч. ложки мелко нарезанной зелени укропа, 2 ч. ложки мелко нарезанных каперсов, $\frac{1}{2}$ стакана уксуса (или разведенной лимонной кислоты), $\frac{3}{4}$ стакана растительного масла.

Способ приготовления.

Картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать вареное мясо и помидоры. В салатник положить ровным слоем помидоры, посолить и поперчить их. Сверху положить слой мяса, на него – слой картофеля, также поперчить и посолить. Полить заправкой и украсить яйцом, разрезанным на 4 части.

Приготовление заправки.

Яичные желтки протереть через сито, смешать с сухой горчицей, солью, перцем, луком, зеленью укропа и каперсами (маринованными или солеными бутонами настурции). Залить смесью уксуса и растительного масла, хорошо взби-

той в отдельной посуде. Перемешать.

Салат «Искушение»

Требуется:

200 г любого вареного мяса или вареной колбасы (ветчины), 200 г вареного картофеля, 200 г соленых огурцов, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г консервированного зеленого горошка, ½–1 банка майонеза. По желанию – 100 г мелко нарезанного зеленого лука, по 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа и петрушки.

Способ приготовления.

Охлажденное отварное мясо нарезать поперек волокон на мелкие кубики или ломтики, картофель вареный и соленые огурцы также нарезать кубиками или ломтиками, добавить мелко рубленные яйца, зеленый горошек, майонез, если нужно, соль, все перемешать. Выложить в салатник и посыпать зеленью. При желании можно добавить мелко нарезанный зеленый лук, растолченный с рубленой зеленью укропа и петрушки.

Салат по-таджикски

Требуется:

200 г баранины, 150 г редьки или редиса, 40 г репчатого лука, 40 г сыра, 20 г моркови, 5 долек чеснока, 100 г майонеза, 1 яйцо, маринованный перец или помидоры, зелень, соль.

Способ приготовления.

Холодную отварную баранину нарезать соломкой. Сыр, редьку или редис натереть на терке, добавить мелко рубленые чеснок, обжаренный репчатый лук, перемешать все компоненты, посолить и заправить частью майонеза. Выложить горкой в салатницу и полить оставшимся майонезом. Сверху украсить яйцом, вареной морковью, маринованным перцем или свежими помидорами, зеленью.

Салат «Лукоморье»

Требуется:

300 г говядины, 100 г белокочанной капусты, 200 г вареного картофеля, 200 г яблок, 3 яйца, 200 г майонеза, соль.

Способ приготовления.

Капусту нашинковать тонкой соломкой, посолить, прогреть при непрерывном помешивании, охладить. Вареное мясо нарезать соломкой, картофель – кубиками. Подготовленные продукты соединить, добавить нарезанные кубиками свежие яблоки, рубленые яйца, соль, майонез и перемешать. Оформить зеленью.

Салат «Отрада»

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.