

# ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ♦ НАРОДОВ МИРА ♦



РУССКАЯ КУХНЯ

ЕВРОПЕЙСКАЯ КУХНЯ

ВОСТОЧНАЯ КУХНЯ

КУХНЯ СТРАН АМЕРИКИ

КУХНЯ АСТРАЛИИ

РЕЦЕПТЫ  
И СЕРВИРОВКА

Кулинария

# **Лучшие рецепты народов мира**

«ВЕЧЕ»

## Лучшие рецепты народов мира / «ВЕЧЕ», — (Кулинария)

Кухня каждой отдельной страны интересна и своеобразна. В книге приводятся наиболее известные рецепты, приготовить которые можно в домашних условиях. Некоторые блюда довольно просты, на их приготовление не требуется много времени. Другие рецепты отличаются оригинальностью. Пытаясь создать дома подобный кулинарный шедевр, следует предварительно подготовить все необходимые ингредиенты и соответствующую посуду. Книга «Лучшие рецепты народов мира» поможет выбрать желаемое блюдо и приготовить его по всем правилам кулинарного искусства.

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ	6
Глава 1. Русская кухня	7
Щи	8
Суп-кулеш	9
Ростовская уха	10
Рыбная солянка	11
Московская солянка	12
Картофель, запеченный с грибами	13
Картофель, жаренный с огурцами	14
Котлеты капустные	15
Капуста тушеная	16
Мясные биточки с рисом	17
Голубцы	18
Пожарские котлеты	19
Сибирские пельмени	20
Пельмени мясные	21
Бефстроганов	22
Вареники с печенью	23
Лапша с печенью	24
Рулет из говядины	25
Поджарка из свинины с яблоками	26
Рыбный пирог	27
Икра судака	28
Салат «Королевский»	29
Салат «Городской»	30
Салат из говядины	31
Салат «Осенний»	32
Салат «Вдохновение»	33
Фаршированные салатом помидоры	34
Салат «Вегетарианский»	35
Салат «Фантазия»	36
Салат из говяжьей печени	37
Салат «Бабушкин рецепт»	38
Салат «Любимый»	39
Салат «Подарок»	40
Салат «Изысканный»	41
Салат «Юбилейный»	42
Салат «Удивительный»	43
Салат из курицы по-домашнему	44
Салат из курицы по-уральски	45
Салат «Летняя фантазия»	46
Салат «Весенний»	47
Салат «Деревенский»	48
Фаршированный салатом перец	49
Винегрет «Морской»	50
Салат «Лесная сказка»	51

Салат «Июльский»	52
Салат из грибов, фасоли и цветной капусты	53
Рисовый салат со сладким перцем	54
Конец ознакомительного фрагмента.	55

# Лучшие рецепты народов мира

## ВВЕДЕНИЕ

Существует множество способов приготовления пищи. На создание национальных кулинарных рецептов оказали влияние исторические события, происходившие в государствах, географическое расположение стран, национальные особенности народов, их культура, традиции, религиозные верования.

На протяжении веков совершенствовались кулинарные способности поваров, вносились изменения в рецепты отдельных блюд. В настоящее время, сами не осознавая того, люди пользуются приемами приготовления пищи, которые были известны еще в глубокой древности.

Использование приправ, применение различных способов приготовления пищи, разнообразие кухонной утвари во многом зависят от географического положения страны. Большое распространение в азиатских странах при приготовлении пищи получили пряная зелень, баранина, использование казанов в качестве посуды для плова.

Для европейских государств, Австралии и Новой Зеландии, стран Америки характерна более легкая пища, которую можно приготовить достаточно быстро. Сюда можно отнести сэндвичи, бутерброды, канапе, пиццу. При этом используется привычная для настоящего времени кухонная посуда.

Особое место занимает русская кухня, так как в ней имеются рецепты, заимствованные из стран Европы и Азии. Большое распространение в России получили салаты.

Культура и традиции тех или иных народов повлияли на способы приготовления пищи. Зачастую можно встретить аналогичные блюда, отличающиеся использованием различных специй, зелени и сортов мяса.

Религиозные верования тоже оказали на выбор ингредиентов для разных блюд. Некоторым народам по законам религии запрещено употреблять в пищу свинину, другие не используют алкогольные напитки в качестве добавок к мясу и рыбе. Однако подобные запреты не повлияли на рецепты кухни той или иной страны. Свинину удачно заменяет баранина или говядина; вместо рома, вина или коньяка, необходимых при приготовлении конкретного блюда, применяют желе, муссы, различные соки.

В данной книге описываются кухни таких государств, как Россия, Германия, Англия, Италия, Франция, Азербайджан, Армения, Грузия, Туркменистан, Узбекистан, Китай, Австралия и Новая Зеландия.

Кухня каждой отдельной страны интересна и своеобразна. В книге приводятся наиболее известные рецепты, приготовить которые можно в домашних условиях. Некоторые блюда довольно просты, на их приготовление не требуется много времени. Другие рецепты отличаются оригинальностью. Пытаясь создать дома подобный кулинарный шедевр, следует предварительно подготовить все необходимые ингредиенты и соответствующую посуду.

Книга «Лучшие рецепты народов мира» поможет выбрать желаемое блюдо и приготовить его по всем правилам кулинарного искусства.

## Глава 1. Русская кухня

Среди наиболее известных и интересных кулинарных рецептов блюда русской кухни занимают одно из ведущих мест. Многовековая история нашей страны, традиции народов, проживающих на ее территории, географическое положение России нашли свое отражение в способах приготовления различных блюд.

Национальная русская кухня изобилует мучными и рыбными блюдами, соленьями, вареньями. Значительное место в рецептах нашей страны занимают квашеные овощи, грибы и ягоды.

В русской кухне удачно сочетаются рецепты стран Европы и Азии, присутствуют салаты, популярные в европейских государствах, и различные острые соусы, традиционные для азиатских стран. На протяжении веков русскими кулинарами перенимались приемы приготовления пищи польских, турецких, немецких и французских поваров.

Однако нельзя сказать, что под влиянием мастеров кулинарии разных стран Россия утратила свой национальный характер. С течением времени многие рецепты изменялись, кулинары России вносили свои изменения в состав каждого нового блюда, преобразая его.

Кроме того, наиболее популярные блюда нашей страны известны далеко за ее пределами. У многих народов кулинарные способности жителей России ассоциируются с русскими щами и кашами. Приезжающие из других государств туристы не откажутся отведать аппетитные пельмени, вкусный картофель, приготовленный различными способами. И конечно же, многие гости стремятся попасть в Россию на Масленицу, когда можно попробовать настоящие русские блюда. Ведь традиционные блины, кулебяки, пироги с капустой, грибами и мясом признаны лучшими во всем мире.

Своеобразие русской кухни заключается в использовании разных продуктов, которые кулинары обжаривают, варят, тушат, запекают. Кроме того, одно и то же блюдо имеет разнообразные варианты: например, вареники творожные, картофельные, с вареньем и свежими ягодами.

Еще одной отличительной чертой русской кухни является широкое использование картофеля. Его варят, жарят, тушат, фаршируют, применяют для приготовления супов, салатов, пирожков, оладий.

Из мяса в России используют преимущественно свинину, говядину, домашнюю птицу. К мясным блюдам традиционно подают черный хлеб.

## Щи

500 г говядины, 3–3,5 л воды, 1 вилок белокочанной капусты, 2 моркови, 1 луковица, по 1 пучку зеленого лука, петрушки и сельдерея, 3 помидора или 2–3 ложки томатной пасты, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки жира, 4–5 столовых ложек сметаны, 2 лавровых листа, 6 горошин душистого черного перца, 1 столовая ложка соли.

Мясо моют, помещают в глубокую кастрюлю, заливают холодной водой и варят до готовности. Морковь и лук очищают, мелко нарезают и обжаривают на жире. Капусту тонко шинкуют, кладут в готовый бульон, добавляют обжаренные овощи, измельченную зелень лука, петрушки и сельдерея, варят щи 30–40 мин.

Отдельно готовят заправку из муки, томатной пасты или очищенных от кожицы и мелко нарезанных помидоров, лаврового листа, душистого перца, соли.

За 2–3 мин до окончания варки заправку добавляют в щи, доводят блюдо до кипения на умеренном огне.

Готовые щи разливают по тарелкам, заправляют сметаной и подают к столу.



## Суп-кулеш

200 г говядины, 1,5 столовой ложки сливочного масла, 1,5 л воды, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 4 столовые ложки пшена, 3 лавровых листа, по 2 веточки укропа, петрушки, кинзы, соль и перец черный молотый по вкусу.

Картофель, лук и морковь очищают, моют, нарезают кубиками. Мясо нарезают на кусочки, помещают в кастрюлю, заливают водой и варят до готовности. Картофель добавляют в кипящий бульон и варят 2–3 мин на слабом огне. Пшено перебирают, промывают, засыпают в суп и варят 5–6 мин. Морковь и лук обжаривают на сливочном масле, выкладывают в бульон. Суп перчат, солят, доводят до кипения, варят с добавлением лаврового листа еще 5–6 мин на слабом огне.

Готовое блюдо подают к столу, украсив нашинкованной зеленью.

## Ростовская уха

600–800 г судака, 3–4 л воды, 6 клубней картофеля, 1 луковица, 3–4 помидора, 2 столовые ложки топленого масла, 3 лавровых листа, 10 горошин душистого перца, 1 пучок зелени петрушки, 0,5 стакана измельченного сельдерея и укропа, 1–1,5 столовой ложки соли.

Рыбу очищают, удаляют внутренности, моют, помещают в глубокую кастрюлю, заливают холодной подсоленной водой и варят 30 мин на умеренном огне до готовности, после чего рыбу вынимают, а бульон процеживают. Картофель очищают, нарезают кубиками, лук шинкуют, выкладывают в глубокую посуду и заливают бульоном. Затем в уху добавляют измельченную зелень петрушки, сельдерея и укропа и варят еще 20–25 мин.

За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют рыбу, нарезанные дольками помидоры, лавровый лист, горошины перца и доводят уху до кипения на слабом огне.

Готовую уху разливают по тарелкам, вливают топленое масло и подают к столу в горячем виде.

## **Рыбная солянка**

500 г рыбы, 1,5 л воды, 200 г белых грибов, 1 вилок белокочанной капусты, 1–2 соленых огурца, 1 стакан муки, 2 луковицы, 0,5 стакана растительного масла, 3,5 столовой ложки томатной пасты, 3–4 ложки сметаны, 1 лавровый лист, соль и перец черный молотый по вкусу.

Рыбу чистят, удаляют голову и внутренности, моют, нарезают небольшими кусками, помещают в глубокую кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют соль, лавровый лист и варят 1–1,5 ч на умеренном огне. Затем куски рыбы вынимают, а бульон процеживают.

Лук шинкуют, обжаривают на растительном масле, постепенно всыпая муку. В полученную массу вливают рыбный бульон и варят на слабом огне 10–15 мин.

Грибы перебирают, моют, мелко нарезают. Огурцы очищают от кожицы и нарезают кубиками. Капусту тонко шинкуют. Ингредиенты смешивают, добавляют в бульон, солят, перчат и варят до готовности.

За 20 мин до подачи к столу в солянку добавляют томатную пасту и куски рыбы и кипятят.

Солянку разливают по тарелкам, заправляют сметаной и подают к столу.

## **Московская солянка**

100 г кислой капусты, 5 столовых ложек жира, 1 луковица, 4 ломтика ветчины или жареной свинины, 250 г колбасы сырокопченой, чесночной или свиной, 200 г шампиньонов, 1 зубчик чеснока, 1 огурец, 15 ягод можжевельника, 10 горошин душистого черного перца, половина пучка укропа, 1 столовая ложка соли, перец черный молотый по вкусу.

Лук очищают, шинкуют, обжаривают на жире. Капусту слегка промывают и смешивают с луком. Массу тушат 30 мин на слабом огне, постоянно помешивая. Грибы перебирают, моют, мелко нарезают, солят, добавляют измельченный чеснок и тушат до готовности.

Огнеупорную посуду смазывают жиром, выкладывают в нее капусту, сверху – тонко нарезанные ломтики ветчины и колбасы. Закрывают слой тушеными шампиньонами, ягодами можжевельника и измельченным огурцом. Затем блюдо посыпают нашинкованным укропом, душистым перцем и сбрызгивают растопленным жиром.

Посуду с солянкой накрывают крышкой и запекают в предварительно нагретой духовке 20 мин.

Готовое блюдо перчат и подают к столу.

## **Картофель, запеченный с грибами**

4 клубня картофеля, 2 луковицы, 200 г грибов, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец черный молотый по вкусу.

Лук очищают, крупно шинкуют. Очищенный картофель нарезают кубиками. Грибы перебирают, промывают, обжаривают с луком на растительном масле, затем добавляют сметану и тушат 5–10 мин.

В сковороду помещают картофель, сверху выкладывают тушеные в сметане грибы, солят, перчат, запекают в предварительно разогретой духовке в течение 10–15 мин.

Готовое блюдо подают к столу, посыпав зеленью укропа.

## **Картофель, жаренный с огурцами**

3 клубня картофеля, 1 огурец, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки муки, 5 столовых ложек растительного масла, соль по вкусу.

Картофель очищают, промывают, нарезают тонкими кружками, солят, обжаривают на растительном масле. Огурец нарезают кружками, не очищая от кожицы, обмакивают в растительное масло, панируют в муке, обжаривают. Затем картофель и огурцы выкладывают слоями в посуду с толстыми стенками и тушат в предварительно разогретой духовке 4–5 мин.

Готовое блюдо посыпают мелко нарезанной зеленью укропа и подают к столу.

## Котлеты капустные

200 г капусты, 1 яблоко, 1 пучок зелени укропа, 1 яйцо, 1,5 столовой ложки сливочного масла, по 2 столовые ложки панировочных сухарей и манной крупы, 2,5 столовой ложки растительного масла, соль и перец черный молотый по вкусу.

Яблоко очищают, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками, капусту шинкуют. Ингредиенты выкладывают на сковороду с растопленным сливочным маслом и тушат 15–20 мин. Затем в массу добавляют манную крупу и продолжают тушить еще 15 мин, постоянно помешивая. Готовую капустную массу смешивают с яйцом, перчат, солят, тщательно перемешивают, формируют котлеты, панируют их в сухарях и обжаривают на растительном масле.

Готовое блюдо посыпают измельченной зеленью укропа и подают к столу.

## Капуста тушеная

0,5 кочана капусты среднего размера, 1 морковь, 1 луковица, 1 стакан мясного бульона, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 лавровых листа, перец черный молотый и соль по вкусу, укроп.

Морковь и лук очищают, нарезают соломкой. Капусту шинкуют, выкладывают в глубокую сковороду, заливают бульоном и тушат на слабом огне, периодически помешивая. Через 5–10 мин добавляют томатную пасту и продолжают тушить еще 10–15 мин. Лук и морковь отдельно обжаривают на растительном масле и смешивают с капустой. Блюдо солят, перчат, добавляют лавровый лист и тушат еще 5–7 мин.

Готовую тушеную капусту посыпают мелко нарезанной зеленью укропа и подают к столу.



## **Мясные биточки с рисом**

160 г говядины, 160 г свинины, 0,5 стакана растительного масла, 1 стакан отварного риса, 1 яйцо, 1 морковь, 1 огурец, 1 помидор, 2,5 столовой ложки молока, 1 столовая ложка муки, перец черный молотый и соль по вкусу, укроп.

Мясо моют, отделенную от костей мякоть пропускают через мясорубку. В полученный фарш добавляют соль, перец, яйцо. Морковь натирают на мелкой терке, обжаривают в растительном масле, постепенно добавляя муку и вливая молоко. Массу тщательно перемешивают и тушат на слабом огне 2–3 мин. Из фарша формуют биточки, обжаривают с двух сторон на растительном масле до румяной корочки, перекладывают в соус и тушат в предварительно разогретой духовке до готовности.

Готовое блюдо украшают нарезанными кружками помидора и огурца и подают к столу с отварным рисом.

## Голубцы

2,5 кг филе говядины, 1 стакан сливок, 1 л воды, 1 небольшой кочан капусты, 1 стакан риса, 1 луковица, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 пучок зеленого лука, перец черный молотый и соль по вкусу.

Лук очищают, нарезают на 4 части. Из кочана вырезают кочерыжку и бланшируют капусту 2–3 мин в кипятке, после чего отделяют листья. Прикорневые утолщения на листьях срезают.

Мясо пропускают через мясорубку вместе с луком. Полученный фарш смешивают с рисом, солью, перцем и выкладывают на листья из расчета 1,5–2 столовые ложки на 1 голубец. Капустные листья сворачивают конвертом.

Голубцы укладывают рядами в кастрюлю, заливают смесью сливок и томатной пасты, солят и тушат до готовности на медленном огне 30–40 мин.

Готовое блюдо посыпают нашинкованной зеленью и подают к столу.

## **Пожарские котлеты**

350 г куриного филе, 150 г филе говядины, 4 клубня картофеля, 1 яйцо, 1 стакан панировочных сухарей, по 0,5 стакана сметаны и консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль и перец по вкусу.

Куриное и говяжье филе пропускают через мясорубку. В полученный фарш добавляют соль, перец, сметану, яйца, формуют котлеты и в середину каждой помещают по кусочку масла или маргарина.

Котлеты обваливают в сухарях и поджаривают с двух сторон на масле до румяной корочки.

Картофель очищают, моют, нарезают дольками и обжаривают.

Готовые котлеты и картофель выкладывают в тарелку, посыпают зеленым горошком и подают к столу.

## **Сибирские пельмени**

Для теста: 2,5 стакана муки, 1,5 стакана воды, 1 яйцо.

Для фарша: по 200 г говядины и свинины, 1 луковица, соль и перец по вкусу.

Для заправки: 0,5 стакана сметаны.

Мясо промывают, отделенную от костей мякоть пропускают через мясорубку вместе с луком.

В полученный фарш добавляют соль и перец.

Крутое тесто замешивают из муки, яйца, соли и воды, раскатывают тонкий пласт и вырезают кружки. В середину каждого кружка помещают 1–1,5 чайной ложки мясного фарша. Края соединяют.

Полученные пельмени помещают в кипящую воду и варят 5–6 мин.

Готовое блюдо заправляют сметаной и подают к столу.

## **Пельмени мясные**

400 г филе говядины, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 1 яйцо, 2–2,5 стакана муки, 1 л воды, перец черный молотый и соль по вкусу.

Лук очищают, нарезают на 4 части и пропускают через мясорубку с нарезанным кусочками мясом. Полученный фарш солят, перчат и перемешивают.

В глубокой посуде замешивают крутое тесто из муки, яйца, 2,5 столовых ложек воды и соли.

Затем тесто раскатывают в тонкий пласт, вырезают кружочки, выкладывают на каждый из них по 1–1,5 чайной ложки фарша, формируют пельмени и варят их в кипящей соленой воде 10–12 мин.

Готовое блюдо посыпают мелко нарезанной зеленью и подают к столу.

## Бефстроганов

320 г филе говядины, 3 клубня картофеля, 1 луковица, половина пучка зелени петрушки и укропа, 0,5 стакана сметаны, 3 столовые ложки масла, 1 столовая ложка муки, 1–2 столовые ложки томатной пасты, соль и перец по вкусу.

Филе говядины нарезают тонкими ломтиками, отбивают, нарезают полосками длиной 3–4 см, солят, перчат и обжаривают на масле в разогретой сковороде.

Отдельно готовят соус из сметаны, муки, 1 столовой ложки масла и поливают им обжаренные ломтики мяса. Лук шинкуют, обжаривают на масле вместе с томатной пастой и добавляют к мясу. Картофель очищают, нарезают кружками и обжаривают.

Готовое мясо и картофель выкладывают в тарелку, посыпают измельченной зеленью петрушки и укропа и подают к столу.

## Вареники с печенью

200 г говяжьей печени, 2,5 столовой ложки растительного масла, 3,5 столовой ложки сливочного масла, 2 моркови, 1 яйцо, 1 пучок зеленого лука, 2,5 стакана муки, соль и перец черный молотый по вкусу, лавровый лист, вода.

Печень моют, нарезают небольшими кусочками, обжаривают на растительном масле. Затем добавляют очищенную, натертую на терке морковь, перец, соль и продолжают жарить еще 3–4 мин.

Из муки, яйца и воды замешивают крутое тесто, раскатывают его в пласт, вырезают кружочки и выкладывают на каждый из них обжаренную с печенью морковь. Сформованные вареники варят в подсоленной воде с лавровым листом в течение 8–10 мин.

Готовое блюдо подают к столу, полив растопленным сливочным маслом и посыпав зеленью.

## **Лапша с печенью**

200 г печени, 2,5 столовой ложки сливочного масла, 1 морковь, 1 луковица, 1 яйцо, 1 пучок зелени укропа, 1 стакан лапши, 2–2,5 стакана воды, 3–3,5 столовой ложки панировочных сухарей, перец черный молотый и соль по вкусу.

Печень нарезают мелкими кубиками, солят, перчат, обжаривают на сливочном масле 4–5 мин с луком и морковью.

Лапшу отваривают, добавляют сливочное масло, яйцо и перемешивают. Одну часть отварной лапши выкладывают в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму для выпекания. Сверху помещают печень, покрывают ее другой частью лапши и запекают в предварительно нагретой духовке 5–8 мин.

Готовое блюдо посыпают нашинкованной зеленью и подают к столу.



## **Рулет из говядины**

600 г говяжьей вырезки, 2 стакана говяжьего бульона, 150 г грибов, 100 г сыра, 2 небольших помидора, 1 пучок зелени укропа и петрушки, 1 морковь, 2 столовые ложки растительного масла, 3–4 лавровых листа, 6–8 горошин душистого перца, соль, перец черный молотый по вкусу.

Вырезку нарезают пластами поперек волокон и отбивают. Сыр натирают на крупной терке, грибы обжаривают на растительном масле. Мясо выкладывают в форме прямоугольника, солят, перчат, помещают сверху грибы, сыр, нарезанные кружочками помидоры.

Вырезку сворачивают в рулет, укладывают в кастрюлю с говяжьим бульоном, добавляют тертую морковь, лавровый лист, перец горошком, часть нашинкованной зелени, соль и варят на слабом огне 35–40 мин.

Готовое блюдо нарезают кусочками, посыпают зеленью и подают к столу.

## **Поджарка из свинины с яблоками**

250 г филе свинины, 2 луковицы, 1 яблоко, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец черный молотый и соль по вкусу.

Мясо нарезают небольшими кусочками и обжаривают на растительном масле. Яблоко очищают, удаляют сердцевину. Лук шинкуют, обжаривают с нарезанным кусочком яблока на растительном масле, добавляют к мясу, солят, перчат, тушат на слабом огне.

Готовое блюдо подают к столу, украсив нашинкованной зеленью петрушки и кольцами лука.

## Рыбный пирог

500 г рыбы, 1 кг дрожжевого теста, 1 луковица, 1 стакан отварного риса, 0,5 стакана воды, 4 столовые ложки сливочного масла или жира, 1 столовая ложка растительного масла, по 1 столовой ложке муки и измельченной зелени петрушки, 1–2 столовые ложки сока лимона, соль и перец по вкусу.

Рыбу чистят, удаляют внутренности, солят, сбрызгивают лимонным соком, добавляют 2 столовые ложки масла, воду и тушат 15–20 мин.

Затем добавляют оставшееся сливочное масло, муку, перец, соль, петрушку и продолжают тушить.

Лук крупно нарезают, обжаривают на растительном масле, смешивают с отварным рисом и тушат при постоянном помешивании 4–5 мин.

Рыбу и рис выкладывают на тесто и запекают в заранее разогретой духовке 20–25 мин.



## **Икра судака**

400 г свежей икры судака, половина луковицы, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, 1 чайная ложка уксуса, соль и перец по вкусу.

Икру освобождают от пленки, помещают в кипяток на 10 мин, после чего воду сливают и икру остужают.

Лук шинкуют, смешивают с маслом, солью, перцем, уксусом и добавляют в икру.

Массу ставят в холодильник на 1 час.

Готовое блюдо посыпают петрушки и подают к столу в качестве закуски.

## Салат «Королевский»

80 г говядины, 50 г маринованных шампиньонов, 1 маринованный огурец, 1 луковица, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки маринада из-под огурцов, по 1 пучку зеленого лука и укропа, по вкусу соль и перец черный молотый.

Мясо моют, удаляют пленки, помещают в кастрюлю и варят на среднем огне до готовности. Затем говядину остужают и режут соломкой. Луковицу очищают и нарезают полукольцами. Часть зеленого лука и зелени укропа шинкуют, а несколько веточек оставляют для украшения готового блюда.

Говядину, репчатый лук и укроп помещают в глубокую посуду. Отдельно смешивают маринад из-под огурцов и майонез, добавляют в емкость с говядиной и оставляют на 1–2 часа в холодильнике.

Мелко нарезанные маринованные грибы смешивают с нашинкованным соломкой огурцом, говядиной, луком и укропом. Салат солят, перчат, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо помещают в салатницу, украшают веточками укропа и перьями зеленого лука.

## Салат «Городской»

1 небольшой клубень картофеля, 60–80 г свиной ветчины, 1 морковь, 1–2 свежих огурца, 1 яйцо, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка томатного соуса, 4–5 листиков салата, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Картофель и морковь отваривают, очищают, нарезают кубиками. Сваренное вкрутую яйцо очищают от скорлупы и мелко нарезают. Очищенный от кожицы огурец нарезают кубиками.

Другой огурец, не очищая от кожицы нарезают тонкими ломтиками и оставляют для украшения салата. Ветчину нарезают соломкой. 2–3 листика салата оставляют для украшения блюда, а остальные шинкуют.

В неглубокой посуде смешивают майонез, томатный соус, перец черный молотый. Ингредиенты тщательно перемешивают. Затем добавляют овощи, ветчину, яйцо, соль, перец, нашинкованные листья салата и снова перемешивают.

Готовый салат выкладывают в глубокую посуду, украшают зеленью и ломтиками огурца.

## **Салат из говядины**

100 г говядины, 1 морковь, 1 клубень картофеля, 0,5 стакана консервированной красной фасоли, 2 яйца, половина зеленого яблока, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки майонеза, 5–6 листиков салата, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.

Картофель и морковь отваривают, очищают, нарезают пополам, а затем кубиками. Зеленое яблоко нарезают кубиками, не очищая от кожицы, но удалив сердцевину. Яйца варят вкрутую, одно из них мелко нарезают, другое оставляют для украшения салата.

Говядину тщательно моют, режут кусочками, выкладывают на сковороду, обжаривают на сливочном масле, остужают, нарезают соломкой и помещают в глубокую посуду. К мясу добавляют нарезанные овощи, яблоко, измельченное яйцо, консервированную красную фасоль, майонез, соль. Салат тщательно перемешивают и выкладывают в тарелку на листья салата.

Готовое блюдо украшают луком, яйцом и подают к столу.

## **Салат «Осенний»**

100–120 г говядины, 100 г шампиньонов, 2 яйца, 1 пучок шпината, 1–2 столовые ложки растительного масла, соль и перец черный молотый по вкусу.

Говядину нарезают соломкой, помещают на сковороду и обжаривают до румяной корочки, постоянно помешивая. Затем мясо остужают и выкладывают в глубокую посуду. Яйца варят вкрутую, очищают, одно из них измельчают и смешивают с обжаренным мясом. Второе яйцо разрезают на 3–4 части и оставляют для украшения готового салата.

Шампиньоны тщательно перебирают, промывают, отваривают и нарезают соломкой. Несколько грибов оставляют для украшения блюда. Пучок шпината мелко шинкуют, смешивают с грибами, яйцом и обжаренной говядиной. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, перчат и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо помещают в салатницу, украшают шпинатом, яйцом, крупно нарезанными шампиньонами и подают к столу.



## **Салат «Вдохновение»**

100 г ветчины, 2 помидора, 0,5 стакана консервированного зеленого горошка, 1 яйцо, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Ветчину нарезают соломкой. Один помидор, не очищая и не удаляя сердцевину, нарезают кубиками, а другой разрезают пополам, а затем нарезают полукружиями.

Нарезанный кубиками помидор помещают в глубокую посуду и смешивают с нашинкованной зеленью петрушки, консервированным зеленым горошком, солью, перцем и тщательно перемешивают. Сваренное вкрутую яйцо очищают от скорлупы, измельчают и выкладывают в неглубокую тарелку. Затем помещают слой ветчины, помидор, зеленый горошек и зелень.

Готовый салат заправляют майонезом, украшают веточкой петрушки, нарезанным полукружиями помидором и подают к столу.

## **Фаршированные салатом помидоры**

2 помидора, 30 г сыра, 2 яйца, 2 столовые ложки майонеза, по 1 пучку зеленого лука и петрушки, половина зубчика чеснока, 5–6 листьев салата, соль по вкусу.

Помидоры тщательно моют, срезают верхушку, аккуратно удаляют сердцевину. Сваренные вкрутую яйца очищают, измельчают, смешивают с натертым на мелкой терке сыром и чесноком, нашинкованной зеленью, оставив несколько веточек для украшения. Полученную смесь заправляют майонезом, солят, тщательно перемешивают и выкладывают в помидоры.

Готовое блюдо украшают листьями салата, петрушкой, зеленым луком и подают к столу.

## **Салат «Вегетарианский»**

По половине стручка желтого и зеленого сладкого перца, 1 луковица, по половине пучка зелени кинзы и базилика, 1 стакан консервированной красной или желтой фасоли, 2 столовые ложки растительного масла, перец черный молотый и соль по вкусу.

Желтый и зеленый сладкий перец разрезают на две части, удаляют семена, нарезают кубиками, помещают в глубокую посуду, смешивают с фасолью, измельченной зеленью кинзы и базилика, оставив несколько веточек для украшения блюда.

Репчатый лук очищают, половину нарезают тонкими кольцами и добавляют в салат. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, перчат и тщательно перемешивают.

Готовый салат выкладывают в салатницу и украшают кольцами репчатого лука.

## Салат «Фантазия»

70 г свиной ветчины, 70 г цветной капусты, 1 л воды, 1 огурец, по 0,5 стакана консервированной стручковой фасоли и зеленого горошка, 2 столовые ложки майонеза, 4–5 листьев салата, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Листья салата моют и шинкуют. Цветную капусту разделяют на кочешки, помещают в кипящую воду, отваривают до готовности, остужают, мелко нарезают и смешивают с листьями салата.

Половину огурца, не очищая, нарезают тонкими кружками и оставляют для украшения готового блюда. Оставшуюся часть огурца нарезают кубиками. Свиную ветчину нарезают соломкой, смешивают с салатом, отваренной цветной капустой, консервированной стручки зеленым горошком. В полученную массу добавляют нашинкованную зелень петрушки, перец и соль. Салат заправляют майонезом и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо помещают в салатницу, украшают листьями салата, кружочками огурца и подают к столу.

## **Салат из говяжьей печени**

100 г говяжьей печени, 1 яйцо, 1 свежий огурец, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка растительного масла, 3–4 листика салата, по 1 пучку петрушки и зеленого лука, соль и перец черный молотый по вкусу.

Говяжью печень моют, помещают на сковороду, обжаривают на растительном масле до румяной корочки, остужают и нарезают соломкой.

Сваренное вкрутую яйцо очищают, разрезают пополам, нарезают тонкими полукружиями. Половину неочищенного огурца нарезают кружками и оставляют для украшения готового блюда, а оставшуюся часть шинкуют соломкой.

Зелень петрушки и зеленый лук шинкуют, помещают в глубокую посуду, смешивают с печенью, огурцом, солью, перцем, полученную массу тщательно перемешивают.

На дно салатницы выкладывают листья салата, а сверху – измельченное яйцо. Слой заливают майонезом, накрывают печенью с зеленью и огурцом и снова заправляют майонезом.

Готовое блюдо украшают веточками петрушки, кружочками огурца, зеленым луком и подают к столу.

## Салат «Бабушкин рецепт»

80 г филе говядины, 1,5 л воды, 30 г сельди, 1 клубень картофеля, 1 маринованный огурец, по половине помидора и красного яблока, 1 яйцо, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка горчицы, 4–5 листиков салата, 1 пучок зелени укропа, соль и перец черный молотый по вкусу.

Мясо тщательно моют, варят в соленой воде до готовности, остужают и нарезают соломкой.

Картофель отваривают, очищают и нарезают кубиками. Яйцо варят вкрутую, очищают от скорлупы и нарезают кубиками.

Не очищенное от кожицы яблоко разрезают пополам, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Маринованный огурец разрезают пополам, а затем нарезают полукружиями.

Сельдь очищают, удаляют кости, филе нарезают соломкой, помещают в глубокую посуду, добавляют овощи, говядину, яблоко, соль, черный перец и тщательно перемешивают. В отдельной емкости смешивают майонез и горчицу.

Готовое блюдо выкладывают в глубокую тарелку на листья салата, заправляют соусом из майонеза и горчицы, украшают нашинкованной зеленью укропа, ломтиками помидора и подают к столу.

## Салат «Любимый»

100 г говяжьей печени, 2 л воды, 1 морковь, 1 маринованный огурец, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки майонеза, 3–4 листика салата, соль и перец черный молотый по вкусу.

Говяжью печень моют, помещают в кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют соль, варят на умеренном огне до готовности, остужают, нарезают соломкой и выкладывают в глубокую посуду.

Маринованный огурец нарезают соломкой, смешивают с говяжьей печенью. Морковь очищают, натирают на крупной терке, обжаривают на растительном масле и добавляют в посуду с печенью и огурцом.

Репчатый лук нарезают кольцами, обжаривают на растительном масле, остужают, смешивают с готовой массой.

Готовый салат солят, перчат, заправляют майонезом, помещают в салатницу, украшают зеленью укропа и листьями салата и подают к столу.

## Салат «Подарок»

80 г куриного филе, 1 л воды, 1 клубень картофеля, 1 маринованный огурец, 1 морковь, 0,5 стакана консервированной стручковой фасоли, 1 помидор, 2 столовые ложки майонеза, 3–4 листика салата, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Картофель отваривают, очищают, нарезают кубиками. Филе курицы варят в соленой воде, остужают, нарезают соломкой. Неочищенный помидор разрезают на 2 части, затем одну половинку аккуратно нарезают кубиками, другую используют для украшения салата.

Маринованный огурец нарезают кубиками. Морковь отваривают, остужают, очищают, разрезают пополам и нарезают полукружиями. Листья салата шинкуют, несколько штук оставляют для украшения готового блюда.

Овощи, филе курицы, листья салата помещают в глубокую посуду, смешивают с консервированной стручковой фасолью, солят, перчат, заправляют майонезом, тщательно перемешивают.

Готовый салат выкладывают на плоское блюдо на слой салатных листьев, украшают зеленью петрушки, ломтиками помидора, огурца и подают к столу.



## Салат «Изысканный»

100 г куриного филе, 1–1,5 л воды, 100 г шампиньонов, 1 красное яблоко, 2 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка лимонного сока, 4–5 листьев салата, 1 пучок зелени укропа, соль, перец черный молотый.

Грибы перебирают, промывают, отваривают, остужают и нарезают соломкой, оставив несколько штук для украшения салата.

Не очищенное от кожицы яблоко мелко нарезают соломкой, удалив предварительно сердцевину, добавляют в шампиньоны и помещают в глубокую посуду. Ингредиенты сбрызгивают лимонным соком.

Листья салата шинкуют и смешивают с яблоком и грибами. Куриное филе варят в солевой воде, остужают, нарезают соломкой, добавляют в посуду с грибами, яблоком и салатом, тщательно перемешивают, выкладывают в неглубокую тарелку на слой листьев салата.

Отдельно смешивают майонез, перец черный молотый, соль.

Готовый салат заправляют приготовленным соусом, украшают грибами и зеленью укропа и подают к столу.

## **Салат «Юбилейный»**

80 г копченой курицы, 1 яйцо, 0,5 стакана консервированного зеленого горошка, 0,5 стакана тертого сыра, 1 маринованный огурец, 3 столовые ложки майонеза, по пучку зеленого лука и укропа, 5–6 листьев салата, соль и перец черный молотый по вкусу.

Копченую курицу нарезают соломкой и помещают в глубокую посуду. Яйцо, сваренное вкрутую, очищают от скорлупы, нарезают кубиками. Маринованный огурец нарезают кубиками и смешивают с консервированным зеленым горошком.

Листья салата шинкуют, добавляют к курице, зеленому горошку и огурцу. Полученную массу солят, перчат и тщательно перемешивают.

Зелень укропа шинкуют, несколько веточек оставляют для украшения готового блюда.

На дно неглубокой тарелки выкладывают яйцо, солят, посыпают укропом, поливают майонезом. Сверху помещают массу из копченой курицы, огурца, салата и горошка.

Готовое блюдо украшают измельченным сыром, зеленым луком и укропом и подают к столу.

## **Салат «Удивительный»**

100 г куриного филе, 1 л воды, 0,5 стакана тертого сыра, 1 апельсин, 1 зеленое яблоко, 1 свежий огурец, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок зеленого лука, соль и перец черный молотый по вкусу.

Апельсин очищают, делят на дольки, затем нарезают кубиками. Куриное филе помещают в кастрюлю, заливают холодной водой, варят в соленой воде до готовности, остужают и нарезают соломкой.

Не очищенное от кожицы яблоко шинкуют соломкой, предварительно удалив сердцевину. Огурец нарезают соломкой, не очищая от кожицы и не удаляя сердцевину.

Ингредиенты смешивают, выкладывают в неглубокую емкость, солят, перчат, заправляют майонезом, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо помещают в салатницу, посыпают тертым сыром, зеленым луком и подают к столу.

## **Салат из курицы по-домашнему**

100 г куриного филе, 20 г говядины, 1 л воды, 1 стакан макарон, 1 огурец, половина помидора, 0,25 стакана консервированных маслин без косточек, 0,5 стакана консервированной кукурузы, 2 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка острого томатного соуса, 4–5 листьев салата, 1 пучок зеленого лука, по вкусу соль и перец черный молотый.

Филе варят в соленой воде и нарезают соломкой. Вареную говядину нарезают ломтиками, смешивают с мясом курицы, отварными макаронами, нарезанным тонкими кружками не очищенным от кожицы огурцом.

Полученную массу помещают в глубокую посуду, добавляют консервированную кукурузу, солят, перчат, перемешивают и выкладывают в салатницу на слой листьев салата.

В отдельной емкости готовят соус из майонеза и острого томатного соуса.

Готовое блюдо заправляют соусом, украшают зеленым луком, нарезанным ломтиками помидором, консервированными маслинами и подают к столу.

## **Салат из курицы по-уральски**

100 г куриного филе, 1 л воды, 1 клубень картофеля, 2 маринованных огурца, 1 яйцо, 0,5 стакана консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 чайная ложка лимонного сока, по пучку петрушки и зеленого лука, соль и перец черный молотый.

Куриное филе варят в соленой воде, остужают, нарезают соломкой, помещают в глубокую посуду. Картофель моют, отваривают, остужают, очищают, затем нарезают кубиками. Маринованные огурцы нарезают соломкой. Яйцо, сваренное вкрутую, натирают на крупной терке. Зелень петрушки шинкуют, оставив несколько веточек для украшения готового блюда.

Отдельно смешивают томатную пасту, майонез, лимонный сок.

Овощи, яйцо, зелень петрушки и консервированный зеленый горошек добавляют к куриному филе. Полученную массу солят, перчат и перемешивают.

Готовый салат выкладывают в салатницу, заправляют соусом, украшают веточками петрушки, зеленым луком и подают к столу.

## Салат «Летняя фантазия»

1 помидор, 2 огурца, 1 стручок красного сладкого перца, 3–4 редиса, по 1 пучку зеленого лука и петрушки, 4–5 листьев салата, соль и перец черный молотый по вкусу.

Помидор разрезают на 2 части, не удаляя сердцевину, одну из половинок нарезают тонкими кружками, а другую – 2–3 дольками. Не очищенные от кожицы огурцы нарезают тонкими ломтиками. Редис нарезают кружками. Сладкий красный перец разрезают на 2 части, удаляют семена и нарезают соломкой.

На дно салатницы помещают листья салата, затем сверху выкладывают в форме цветка тонкие кружки помидора, украшают веточками петрушки, перьями лука, накрывают слой редисом, огурцами, сладким перцем, чередуя с зеленью. Дольки помидора укладывают на оставшуюся часть салатницы, перекладывая их зеленым луком и сладким перцем.

Готовый салат солят, перчат и подают к столу.

## **Салат «Весенний»**

1 огурец, 2 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, по 1 пучку зеленого лука и укропа, соль по вкусу.

Огурец очищают от кожицы, разрезают на 2 половинки, одну нарезают тонкими кружками, а другую – кубиками. Пучок зеленого лука делят на 2 неравные части, большую шинкуют, а меньшую оставляют для украшения готового блюда.

Огурец и лук помещают в глубокую посуду, смешивают со сваренными вкрутую и измельченными яйцами. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо выкладывают в салатницу, украшают кружками огурца, веточками укропа, перьями зеленого лука и подают к столу.

## Салат «Деревенский»

1 помидор, 1 стручок красного сладкого перца, 2 красных яблока, 0,5 стакана пшеничной крупы, 2 стакана воды, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сока лимона, 1 зубчик чеснока, 1 пучок зелени петрушки, 4–5 листьев салата, соль по вкусу.

Пшеничную крупу перебирают, промывают, помещают в кастрюлю, заливают кипяченой водой и оставляют на 1 час. Затем крупу процеживают через марлю. Помидор нарезают кубиками. Красный сладкий перец разрезают на 2 половинки, удаляют семена и нарезают небольшими кубиками.

Одно яблоко очищают от кожицы и сердцевины, разрезают на 2 части, затем нарезают кубиками.

Второе не очищенное от кожицы яблоко нарезают тонкими ломтиками для украшения салата. Чеснок очищают и измельчают.

Нарезанные овощи помещают в глубокую посуду, смешивают с пшеничной крупой и измельченной зеленью петрушки.

Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, сбрызгивают лимонным соком, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо выкладывают на листья салата, помещенные в глубокую тарелку, украшают ломтиками яблока и подают к столу.



## Фаршированный салатом перец

1 стручок красного сладкого перца, половина огурца, половина луковицы, половина пучка зелени укропа, 1 столовая ложка риса, 2 стакана воды, 1 столовая ложка консервированной кукурузы, 1 столовая ложка майонеза, соль по вкусу.

Рис перебирают, промывают, помещают в небольшую кастрюлю, заливают водой, отваривают на медленном огне до готовности, после чего остужают. Лук очищают, нарезают пополам, одну часть шинкуют, другую оставляют для украшения салата.

Огурец, не очищая от кожицы, мелко нарезают. Сладкий стручковый перец нарезают пополам, удаляют семена.

Нарезанные овощи выкладывают в глубокую посуду, смешивают с консервированной кукурузой, отварным рисом, заправляют майонезом, солят и тщательно перемешивают.

Полученным салатом начиняют половинки сладкого перца, украшают зеленью.

Перец выкладывают на тарелку, дно которой выстлано листьями салата, украшают кольцами лука, веточками петрушки и подают к столу.



## **Винегрет «Морской»**

2 маринованных огурца, 50 г морской капусты, 1–2 моркови, 1 свекла, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 1 л воды, 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Огурцы нарезают кубиками. Морковь отваривают, остужают, очищают и натирают на крупной терке. Лук очищают и шинкуют. Картофель и свеклу помещают в кастрюлю, отваривают на среднем огне, после чего очищают и нарезают кубиками.

Овощи выкладывают в глубокую посуду, смешивают с морской капустой, заправляют растительным маслом, солят и тщательно перемешивают.

Винегрет помещают в салатницу, украшают веточками петрушки, укропа и подают к столу.

## Салат «Лесная сказка»

75 г маринованных грибов, 0,25 стакана брусники, 1–2 моркови, 1 клубень картофеля, 1 свежий огурец, 1 маринованный огурец, 1 стручок сладкого красного перца, 1 л воды, 2 столовые ложки растительного масла, по 1 пучку петрушки и зеленого лука, 4–5 листьев салата, соль и перец черный молотый по вкусу.

Картофель отваривают, очищают от кожицы и нарезают кубиками.

Не очищенный от кожицы свежий огурец разрезают вдоль на четыре части, а затем нарезают ломтиками.

Морковь отваривают, очищают и нарезают тонкими кружками. Маринованные грибы и огурец нарезают кубиками. Несколько ломтиков огурца оставляют для украшения салата.

Пучок зеленого лука и листья салата делят на две части, одну оставляют для украшения готового блюда, а другую шинкуют. Красный сладкий перец разрезают пополам, удаляют семена и нарезают кубиками.

Овощи перемешивают, заправляют маслом, солят, перчат.

Салат выкладывают в неглубокую тарелку, украшают ломтиками огурца, зеленью петрушки, листьями салата, брусникой и подают к столу.

## **Салат «Июльский»**

1 огурец, 1 помидор, 1 стручок сладкого красного перца, 0,5 стакана тертого сыра, половина луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 1–2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка уксусной эссенции, соль, брусника.

Огурец очищают от кожицы и нарезают кубиками. Не очищенный от кожицы помидор нарезают кубиками. Красный стручковый перец разрезают пополам, удаляют семена и нарезают кубиками. Половину лука и зелень петрушки шинкуют. Овощи и зелень выкладывают в глубокую посуду, смешивают с уксусной эссенцией, растительным маслом, солью.

Готовый салат помещают в салатницу, украшают тертым сыром, брусникой и подают к столу.

## **Салат из грибов, фасоли и цветной капусты**

30 г шампиньонов, 50 г цветной капусты, 1 яйцо, половина стручка сладкого зеленого перца, 1 яблоко, 0,5 стакана консервированной красной фасоли, 2 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка лимонного сока, 4–5 листьев салата, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Грибы перебирают, промывают, нарезают. Стручковый перец разрезают пополам, удаляют семена, шинкуют соломкой. Цветную капусту разделяют на кочешки и измельчают. Сваренное вкрутую яйцо остужают, очищают, натирают на крупной терке. Не очищенное от кожицы яблоко нарезают тонкими ломтиками, предварительно удалив сердцевину. Листья салата помещают на дно салатницы, и на них выкладывают нарезанные овощи, яйцо, яблоко, консервированную красную фасоль. Ингредиенты перемешивают.

Готовое блюдо заправляют майонезом с добавлением лимонного сока, солят, перчат, украшают нашинкованной зеленью и подают к столу.

## **Рисовый салат со сладким перцем**

0,5 стакана риса, 2 стакана воды, 2 стручка сладкого красного перца, 0,5 банки зеленого горошка, 2 яйца, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксусной эссенции, половина пучка зелени петрушки, соль и сахар по вкусу.

## **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.