

СОВРЕМЕННАЯ УКРАИНСКАЯ КУХНЯ



Елена Николаевна Грицак

Современная украинская кухня

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=303472

Современная украинская кухня: РИПОЛ Классик; Москва; 2008

ISBN 978-5-386-00474-3

Аннотация

В книге представлено многое из того, что на сегодняшний день известно об украинской кухне. Наряду с экскурсом в историю, описанием давних и современных традиций, объяснением некоторых кулинарных терминов, читатель найдет в ней огромное количество рецептов. Благодаря их подробному изложению процесс приготовления того или иного блюда не вызовет затруднений даже у начинающих кулинаров. Прочитав эту книгу, можно научиться не только готовить пищу, но и правильно, то есть по-украински, подавать её к столу.

Содержание

Введение	4
Ода салу	7
Хлеб на добро	19
Перед обедом	27
Закуски	28
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Е. Н. Грицак

Современная украинская кухня

Введение

На каждую традиционную кухню немалое влияние оказывает домашний очаг, то есть место, где принято готовить еду. На Украине таковым издавна являлось закрытое кострище – «вариста шчъ», благодаря которой в кулинарии этой страны доньше преобладают такие приемы, как варка, тушение и печение.

Известно, что запорожцы, подстрелив дичь, старались сварить из нее юшку, а не поджарить на вертеле, что, казалось бы, проще и быстрее.

С особенностями приготовления украинских блюд связана самобытность местной посуды. Местные хозяйки до сих пор варят в казанках, для жарки используют особого вида сковороды, для последующего полутушения идет невысокая глиняная посуда – всевозможные глечики, миски, чашки, макитры.

В качестве национальной украинская кухня сложилась довольно поздно, лишь к XIX веку. До того кулинарные при-

страстия украинцев почти не отличались от тех, что были присущи их соседям – полякам и белорусам.

В национальной кухне украинцев можно найти многое из того, чем богаты другие народы, причем не только соседние и дружественные.

Так, прием обработки продуктов в раскаленном масле, или, по-украински, смаження, украинцы заимствовали у татар. Из Германии в Украину перешло молотое мясо, а из Венгрии – острая паприка. В легендарных варениках можно заметить сходство с турецким блюдом дюш-вара. В то же время «басурманские» баклажаны украинцы не принимали долго, хотя со временем прижились и они.

Издавна в национальную традицию вошло употребление свинины в качестве основного пищевого сырья. Ее можно даже считать «национальным» признаком украинской кухни. Говядину в пищу употребляли намного меньше, считая ее слишком жесткой и постной.

Кроме того, волы в Украине испокон веков были и рабочей скотиной, и надежным транспортом, оттого под нож не шли, да и мясо их считалось не очень чистым, не говоря уже о том, что на вкус «мягкая свининка» куда приятнее. Неслучайно в Луцке можно увидеть памятник свинье, спасшей Украину во время монгольского нашествия. Именно тогда украинцы стали употреблять свинину, благодаря чему их край остался не разграбленным «басурманами», а люди сумели не только выжить, но и оформиться в нацию.

Сегодняшние украинцы – народ самобытный, щедрый и открытый – славятся, в том числе и своей кухней, некоторые блюда которой, к примеру, борщ и вареники, теперь считаются международными.

Ода салу

Самые сильные изменения в кулинарии украинцев произошли в период формирования их государства. В пику туркам, которым вера запрещала употреблять в пищу свиное мясо, запорожцы стали есть его, причем в больших количествах и, поминая врага, с удовольствием.

Совсем немного времени понадобилось, чтобы свиное сало превратилось в предмет культа. Теперь его использование в кухне Украины широко и разнообразно. Здесь сало едят все и в любом виде – сыром, соленом, топленом, вареном, копченом, жареном. На нем готовят, им шпигуют постное мясо, добавляют в каши, овощные рагу и даже в сладкие лакомства, сочетая с сахаром, медом или патокой – словом, едят охотно и, как считается, с пользой для здоровья.

Украинцы шутят, что сало по-украински – это надкусанный шмат, ведь донести его до стола, не попробовав, просто невозможно.

Смалец

Ингредиенты

1 кг свиного сала (можно с жировыми обрезками), 1 лавровый лист, 1 луковица, 5 горошин черного перца, 50 г кин-

зы, 2 чайные ложки соли.

Способ приготовления

Сало поскоблить, таким образом очищая от грязи, крови, остатков мяса, а потом промыть. Другой способ очистки – вымачивание в подсоленной воде в течение 12 часов, во время которого нужно несколько раз сменить воду. Вымоченное сало следует выплавить, то есть измельчив, сложить его в кастрюлю и томить на слабом огне до полного выпаривания воды, время от времени извлекая шкварки. Опустить в горячий смалец очищенную луковицу, добавить специи, посолить и медленно охладить, периодически помешивая. Остывший жир должен быть прозрачным.

Готовый продукт вылить через марлю в стеклянную банку или керамический горшочек и плотно, хотя не обязательно герметично, закрыть крышкой. Хранят смалец в сухом прохладном месте, оберегая от воздуха и света. При этом его вкус и запах остаются неизменными в течение нескольких месяцев.

В кулинарии под смальцем понимается продукт деревенской кухни многих народов. Украинцы называют так жир, вытопленный из свиного сала – подкожного и нутряного (кишечного), включая жировые обрезки. Кстати, нутряной жир перерабатывается отдельно из-за специфического запаха. Душистый же смалец, куда часто добавляют пряности, используется не только для жаренья, но и при приготовлении различных блюд. Намазанный на хлеб,

он, на взгляд украинцев, является прекрасной закуской – не совсем легкой, зато сытной и, что немаловажно, дешевой.

Сало «Хуторское»

Ингредиенты

1 кг сырого сала, 2 головки чеснока, 100 г луковой шелухи, 5–6 лавровых листов, 10–20 горошин черного перца, по 1 чайной ложке черного и красного молотого перца, 0,5 кг соли.

Способ приготовления

Сало очистить (см. *Смалец*), разрезать на большие куски, примерно по 200 г. Каждый кусок обильно посыпать солью (не всей), а затем выставить в холодное и обязательно темное место, оставив на 2 суток. По истечении этого времени погрузить сало в кастрюлю, залить доверху водой, добавив луковую шелуху (для благородного коричневатого оттенка), лавровый лист, перец, остаток соли, измельченный чеснок. Довести до кипения и варить 10 минут. Остывшее сало очистить от луковой шелухи, завернуть в целлофан и положить в морозильную камеру. К употреблению оно будет готово через 2 дня.

Желтый или серый цвет сала свидетельствует о солидном возрасте свиньи. Такое, в крайнем случае, годится для варки. Цвет свежего сала молодой свиньи –

розовый. Шкурка у «доброго» сала должна быть тонкой, без щетины, которую, однако удаляют легко, просто подпалив на открытом огне. Говорят, что если сало хорошо режется, то так же оно и засолится.

Сало в рассоле

Ингредиенты

1 кг сырого сала, 5–6 лавровых листьев, 10 горошин черного перца, 2–3 зубчика чеснока, 1 стакан соли.

Способ приготовления

Соль растворить, прокипятив в 2 стаканах воды около 10 минут. Рассол остудить.

Небольшие куски очищенного (см. *Смалец*) сала уложить не очень плотно в стеклянную посуду, переложить лавровым листом, горошинами перца, крупно нарезанным чесноком, а потом залить рассолом. Банку тоже неплотно прикрыть крышкой и выдержать в темном достаточно теплом месте не меньше 7 дней. После этого продукт можно употребить сразу или положить на хранение в холодильник: приготовленное правильно, такое сало хранится долго, не изменяясь по цвету и не теряя вкуса.

Сало «Острое»

Ингредиенты

1 кг свиного сала, 100 г луковой шелухи, 1 чайная ложка красного молотого перца, 3–4 зубчика чеснока, 1 стакан соли крупного помола.

Способ приготовления

В большую кастрюлю, до половины наполненную водой, положить луковую шелуху и соль, довести до кипения и кипятить 10 минут. Сало очистить (см. *Смалец*), разрезать на большие куски, положить в кипящий рассол и варить 10–20 минут. Снять с огня и остужать в рассоле. Вынув из воды, обсушить салфеткой, натереть каждый кусок чесноком и красным перцем. После этого положить сало в морозильную камеру, выдержав не меньше недели.

Сало «Одесское ароматное»

Ингредиенты

1 кг сырого свиного сала с мясными прожилками, 2 головки чеснока, по 10 горошин черного и белого перца, 5 лавровых листьев, 1 столовая ложка сушеного сладкого перца, 5 г тмина, 2 столовые ложки соли (желательно крупного помола).

Способ приготовления

Сало очистить (см. *Смалец*), снять шкурку, обсушить салфеткой и разрезать на небольшие бруски (по-украински – шматы). Острием ножа сделать в каждом куске углубления, куда заложить мелкие зубчики или половинки крупных зуб-

чиков чеснока (без сердцевин). Втирая, обвалить каждый шмат в смеси перца и тмина. В кастрюлю налить 2 л воды, положить соль и лавровый лист, довести до кипения, после чего снять рассол с огня и быстро остудить до комнатной температуры. Сало, сложенное в стеклянную или эмалированную посуду, залить рассолом, действуя осторожно, чтобы не смыть специи.

Неплотно прикрыв, хранить сало в холодильнике около 1 недели, после чего вынуть бруски, обсушить, при возможности еще раз натереть вышеперечисленными специями, потом завернуть каждый в чистую белую бумагу и уложить на хранение в морозильную камеру.

Сало быстрой засолки

Ингредиенты

1 кг сырого свиного сала, 3 зубчика чеснока, специи по вкусу, 0,5 стакана соли.

Способ приготовления

Сало очистить (см. *Смалец*), разрезать на большие куски, сложить в стеклянную посуду, добавить соль, чеснок и любимые специи. Залить кипящей водой и как можно быстрее охладить. Такое сало готово к употреблению уже через несколько часов, но хранится оно недолго.

Сало быстрой засолки хранится в холодильнике не больше месяца. Если сварить его в рассоле, то срок

хранения увеличится в 3 раза, а если замариновать – в 10 раз. Тот, кому требуется сало с максимальным сроком хранения, может использовать всем известный способ консервации с заливкой уксусом и закатыванием в банку.

Сало с фасолью

Ингредиенты

200 г соленого сала, 2–3 мелкие луковицы, 200 г консервированной фасоли, 2 яйца.

Способ приготовления

Яйца сварить вкрутую. Сало нарезать мелкой соломкой и обжарить до корочки по краям вместе с половинками луковиц. Выложить сало на тарелку, добавить консервированную фасоль, нарезанные соломкой яйца и, выдержав 10–15 минут, подавать к столу.

Сало с чесноком

Ингредиенты

1 кг соленого сала, 1 головка чеснока.

Способ приготовления

Сало вместе с очищенным, разделенным на зубчики чесноком пропустить через мясорубку и сложить в стеклянную банку. Эта душистая масса хороша для бутербродов; хранить

ее нужно в холодильнике, обязательно под крышкой, чтобы характерным ароматом не пропитались остальные продукты.

При умеренном употреблении сало – продукт полезный, несмотря на свою чудовищную калорийность: 770 ккал на 100 г продукта. Не стоит тратить время на поиски его диетического вида – такого пока, увы, не существует. Любителей сала может утешить то, что содержащаяся в нем арахидоновая кислота активно участвует в холестеринном обмене, способствуя клеточной и гормональной активности. Людям, которые ведут активный образ жизни, ежедневный бутерброд с кусочком ароматного сала на завтрак, конечно, не повредит. Не зря в Украине бытует поговорка: «Что за тихо стало – от круп или от сала?».

Шпигованная говядина

Ингредиенты

1 кг говядины (желательно мясо лопатки), 100 г шпика, 100 г майонеза, 4 зубчика чеснока, 2 лавровых листа, 10 горошин черного перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо промыть, натереть чесноком, лавровым листом, перцем и солью. Шпик мелко нарезать. Тонким ножом сделать надрезы в говядине, начинить ее салом, намазать толстым слоем майонеза и обернуть фольгой. В таком виде по-

держат мясо в холодильнике не меньше суток, после чего запекают 1–2 часа в горячей духовке. Охладив, нарезают не очень тонкими ломтиками. Шпигованную говядину можно употреблять как самостоятельное блюдо, так и в качестве ингредиента для бутербродов.

Почеревина

Ингредиенты

400 г сала, 1 головка чеснока, кинза, перец молотый, лавровый лист и соль по вкусу.

Способ приготовления

Очищенное (см. *Смалец*) сало положить в подсоленную кипящую воду (0,5 л) и варить вместе со специями около 30 минут. После охлаждения продукт готов к употреблению, нужно лишь разрезать большой кусок на несколько маленьких. Впрочем, если этот большой кусок сопоставим с размерами ладони, то ничего резать не надо – добрый (то есть огромный) ломоть в Украине пользуется успехом большим, чем аккуратная нарезка.

Бутерброды со шпиком

Ингредиенты

500 г ржаного хлеба, 200 г шпика, 1 головка чеснока.

Способ приготовления

Нарезать хлеб кусками любой толщины и размера, а шпик – тонкими ломтиками. Хлеб намазать чесноком, положить на каждый кусок несколько «соломинок» сала, увенчав бутерброд зубчиком чеснока.

Вдоволь поспорив по поводу написания немецкого слова «Speck», лингвисты России так и не пришли к единогласию. В конце концов неважно, как пишется само слово: «шпик» или «шпиг». Важно, что означает оно подкожное свиное сало, наполненное, увы, неполноценными белками. Всем известный словесник Владимир Даль, кстати, родившийся в Украине и носивший псевдоним Казак Луганский, назвал шпиком (все же пусть будет шпик!) свиное сало для кухни. Немного сложнее обстоит дело с глагольной формой. Шпигуя, моряк нашивает на парус расщипанную пеньку, вор просто делает свое черное дело («нашпиговался», по-воровски означает «нажился»), а повар наполняет мясо мелкими ломтиками сала.

Чесночные гренки

Ингредиенты

500 г белого хлеба, 200 г шпика, 0,25 стакана майонеза, 2–3 зубчика чеснока, растительное масло для жаренья.

Способ приготовления

Хлеб разрезать на куски и каждый обжарить с обеих сто-

рон в растительном масле. Шпик разрезать на тонкие ломтики. Меньшую часть чеснока оставить для натирания, а большую растолочь. Как только гренки чуть-чуть остынут, натереть их чесноком, намазать одну из сторон майонезом, положить немного растолченного чеснока и несколько соломок сала.

Подмога – это украинское блюдо, приготовленное из остатков других блюд и, как правило, заправленное соусом. С такой едой экономия продуктов, а значит, и денег в доме обеспечена.

Подмога

Ингредиенты

4 небольших куска отварного мяса (свинины, говядины, можно язык, грудинку, словом, любого, какое найдется в холодильнике), 2 клубня вареного картофеля, 1 вареная свекла, 1 соленый огурец, 3 маслины без косточек, 2–4 столовые ложки маринованных грибов, 1 чайная ложка горчицы, соль по вкусу.

Для соуса: 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка сливочного масла, 2 столовые ложки мясного бульона, 1 луковица, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Для салата мелко нарезать мясо, картофель, свеклу, огу-

рец. Грибы и маслины нарезать покрупнее. Все смешать, посолить, заправить горчицей.

Приготовить соус, для чего обжарить муку, не снимая с огня влить бульон, добавить растительное масло. Кипятить, не прекращая помешивать, иначе в соусе появятся комочки.

Через 1–2 минуты положить в соус целую луковицу, которую следует вынуть через несколько минут. Почти готовый соус заправить уксусом, посыпать сахаром, посолить, размешать и только тогда снять с огня. Соус влить в салат и тщательно перемешать.

Хлеб на добро

В Украине издавна относились к хлебу, как к святыне. Пышный пшеничный каравай – паляница – одно из достижений местной кулинарии. Хлеба украинцы всегда ели много. На селе хорошей хозяйкой считалась та, у которой в доме пахло свежеиспеченным хлебом. Его пекли в формах, на поду и даже на капустном листе, используя опару или кусочек, оставшийся от вчерашней выпечки.

В каждом местечке имелась своя куховарка, как называли женщину, у которой паляница получалась лучше всех. Кстати, куховарка обязательно должна была быть замужней, ибо печь каравай мог только тот, кто имел пару. Благодаря этому умению она пользовалась особым уважением, а в праздники была просто незаменима, ведь именно ей заказывали свадебные, крестинные, именинные и прочие караваи. Выпекать, а особенно украшать их умели немногие, ведь в этом деле существовали свои секреты.

Праздничный хлеб требовал особого рецепта, тесто месили только в особой посуде – глиняной макитре или деже, которую в нужный момент с песнями поднимали к потолку, чтобы все получилось как нужно: каравай не сел или, упаси боже, не подгорел. Готовое изделие украшали заранее выпеченными голубками и крендельками, цветками и ягодами калины, обвивали лентами и ветками цветущей вишни, об-

вязывали рушником. Под голубками было принято прятать медные монеты: говорили, что, сохранив их, молодые не будут испытывать недостатка в деньгах.

Считалось, что тот, кто получит такую паляницу, проживет жизнь красиво и беспечально. Вкушали это кулинарное чудо, как говорят сегодня, на десерт, то есть в самом конце торжества. Староста села сам разрезал каравай и со словами «На добро, на мир божий» раздавал куски сельчанам: старшим и почтенным побольше, а остальным, как получится.

Домашний хлеб

Ингредиенты

2,5 кг ржаной муки, 200 г дрожжей, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка соли, смалец для смазывания форм.

Способ приготовления

Дрожжи развести в небольшом количестве (примерно 0,25 стакана) воды с сахаром. Муку просеять через сито и, как только поднимутся дрожжи, поставить опару: 500 г муки, разведенной в 1 л теплой кипяченой воды, смешать с дрожжами. Через 3 часа в опаре должны появиться пузырьки. Это означает, что пора всыпать оставшиеся 2 кг муки, посолить и замесить тесто. Накрыв его салфеткой, поставить в теплое место на 2 часа и когда подойдет, вымесить еще раз, теперь уже тщательнее и дольше – не меньше 30 минут. Далее вымешивание повторить еще 3 раза с промежутками не менее

чем в 1 час.

Смазать металлические формы, выложить в них тесто, оставить на 15 минут для расстойки, а потом поместить в хорошо прогретый духовой шкаф. Такой хлеб обычно выпекается 40 минут. В течение этого времени нужно следить, чтобы он не пригорел, при необходимости прикрыть верх форм фольгой. То же самое можно сделать во избежание пригорания снизу. Форму с готовым изделием вынуть из духового шкафа, оставить на 10–15 минут, накрыв белой салфеткой, а потом извлечь, просто перевернув форму.

Свадебный каравай

Ингредиенты

3 кг пшеничной муки высшего сорта, 1 л домашнего кислого молока, 200 г дрожжей, 13 яиц, 4 стакана сахара, 250 г сливочного маргарина, 250 г сливочного масла, 10–15 изюминок, 2–3 капли ароматического масла (анисового или барбарисового), 1 чайная ложка соли, смалец для смазывания формы и ржаные зерна для ее посыпки.

Способ приготовления

Подготовить опару, для чего налить в глиняную посуду кислое молоко, добавить дрожжи, 10 яиц, 3 стакана сахара, маргарин и 150 г масла. Муку просеять и высыпать (рассеивая) несколько горстей в опару, все тщательно перемешать, накрыть салфеткой и оставить бродить на час. Затем доба-

вить в опару оставшиеся 3 яйца и 1 стакан сахара, соль, досыпать 2 горсти муки и вновь оставить на час. Потом высыпать остальную муку, перемешать и еще через час начать вымешивать тесто. Этот нелегкий процесс должен продолжаться не менее 1,5 часов, пока тесто не начнет отставать от рук. Во время вымешивания добавить 100 г масла и в самом конце – изюминки и ароматическое масло.

Разделить тесто на несколько частей, разложив пласты по металлическим, смазанным смальцем формам. На дно каждой следует положить белую бумагу, посыпав ее ржаными зернами. Ножницами и ножиком сделать на каравае рожки, украсить голубками и шишками, предварительно вылепленными из того же теста.

Когда тесто подойдет, осторожно, стараясь не встряхивать, поставить формы в прогретый духовой шкаф на 1–1,5 часа. Готовый хлеб должен остыть в течение 30 минут. Затем его можно осторожно извлечь из формы, перевернув ее и слегка потряхивая, не забыв накрыть белой салфеткой. Правильно выпеченный каравай хранится, не теряя свежести, около 3 недель.

Калинник (калиновый хлеб)

Ингредиенты

2,5 кг ржаной муки, 200 г дрожжей, 1 кг высушенной калины, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка соли, смалец

для смазывания форм.

Способ приготовления

Высушенную калину размолоть в порошок, заварить небольшим количеством воды, получив не очень жидкое пюре. Дрожжи развести в 0,25 стакана воды, добавив сахар. Муку дважды просеять через сито. Дрожжи выдержать 1 час, после чего поставить опару: 500 г муки развести в 1 л теплой кипяченой воды и влить дрожжи. Через 3 часа, после появления пузырьков, всыпать в опару остальную муку, калиновое пюре, соль и замесить тесто.

Калинник выпекается в виде толстой лепешки. Сахар в него не кладут, чтобы не исчез приятный свежий запах.

В старину украинцы не выбрасывали хлебные крошки. Родители приучали детей «не оставлять кусинь (огрызок)». Хлеб, упавший на пол, нужно было поднять и, поцеловав, съесть. Куски, оставшиеся от трапезы, заворачивали в полотенце и несли на кладбище, чтобы отдать нищим. Некоторые из этих обычаев, правда, в измененном виде, сохранились в Украине до сих пор.

Пшеничные пампушки с чесноком

Ингредиенты

400 г муки, 20–30 г дрожжей, 1 столовая ложка сахара, 3 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Для соуса: 1 головка чеснока, 2 столовые ложки расти-

тельного масла, 1 чайная ложка соли.

Способ приготовления

Развести дрожжи в небольшом количестве воды (0,3 стакана), добавить соль, сахар, 100 г муки и замесить крутое тесто. Когда оно подойдет, всыпать остальную муку, влить 0,5 стакана воды, растительное масло, вымесить и оставить в теплом месте примерно на 1 час. Из готового теста вылепить пампушки – маленькие булочки-шарики, в сыром виде напоминающие грецкий орех (диаметр около 3 см). Раньше их выпекали в печи, но за неимением таковой можно использовать и обычный духовой шкаф. Изюминка блюда – соус, приготовленный из чеснока, растолченного с солью и залитого растительным маслом. Поливать им пампушки следует перед подачей к столу.

Технология приготовления пампушек прямо указывает на германскую кухню. Однако не в Германии, а в Украине появилось на свет это аппетитное во всех отношениях изделие. Дело в том, что придумали его немцы-булочники – колонисты, прибывшие в Новороссию во времена Екатерины Великой. Свое италого-французское название пампушка получила в Одессе, откуда распространилась по всей Украине к середине XIX века.

Пампушки гречневые вареные

Ингредиенты

4 стакана гречневой муки, 50 г сухих дрожжей, 0,5 стакана растительного масла, 1 головка чеснока, 2 чайные ложки соли.

Способ приготовления

Просеять муку, добавить 1,5 стакана воды, 1 чайную ложку соли и дрожжи, предварительно разведенные в небольшом (1–2 столовые ложки) количестве воды. Замесить крутое тесто, поставить на 2 часа в теплое место, чтобы подошло. Из теста вылепить пампушки и отварить их порциями, перекладывая каждую в нагретую кастрюлю с растительным маслом. Чеснок очистить, разделить на зубчики, растолочь с солью и 2 столовыми ложками растительного масла, а затем выложить в посуду с горячими пампушками.

Несладкие пампушки, особенно с чесноком, в Украине принято есть с борщом. Те же пампушки, но приготовленные из сдобного теста с большим количеством сахара, который здесь с успехом заменяет мед, служат отдельным блюдом и подаются к чаю или компоту.

Пампушки «Подольские»

Ингредиенты

1 кг муки, 200 г сливочного масла, 2 стакана сливок, 50 г сухих дрожжей, 1 яйцо и 8 сырых яичных желтков, 1,5 стакана сахара, 2 столовые ложки растительного масла для смазывания формы и немного сухарей для ее посыпки.

Способ приготовления

Размягченное сливочное масло, разогретые почти до кипения сливки, дрожжи, разведенные с 2 столовыми ложками муки, взбитое яйцо (белок взбивается отдельно от желтка) смешать в глубокой чашке и оставить примерно на 30 минут. Затем добавить остальную муку и взбитые с сахаром желтки – во время взбивания сахар добавлять постепенно, по 1 чайной ложке. Тесто тщательно вымесить, оставить подходить на 2 часа, а потом, продолжая взбивать, вымесить еще раз. Подогреть формы, смазать их растительным маслом, посыпать сухарями, осторожно выложить тесто так, чтобы оно занимало не более одной трети формы. Дать подойти, после чего поставить в разогретый духовой шкаф и выпекать 40 минут. К столу пампушки любого вида рекомендуется подавать в горячем виде.

Перед обедом

Любое приготовление пищи в домашних условиях – это немного техники, а остальное импровизация и полет фантазии. Рецепт является лишь основой, тогда как остальное делается исходя из пристрастий, запасов и возможностей. Все это в большей мере относится к закускам, которыми принято называть небольшие порции, как правило, легких, острых или соленых кушаний, с которых обычно начинается обед. Раньше украинцы перед трапезой не закусывали вовсе, а если уж закусывали, то плотно: шмат сала с куском свежего хлеба, по их мнению, не отобьет, а лишь разожжет аппетит. Многие из украинских закусок, например буженину, шинку, рулеты с начинками, шпигованное мясо, а особенно колбаски, посчитать таковыми можно лишь условно, ведь их употребляют и в горячем виде, и в холодном, как дополнение, и как самостоятельные блюда. В целом традиция плотно закусывать перед обедом не изжила себя до сих пор. Пристрастие к тяжелой и жирной пище осталось, но тяга к здоровому образу жизни заставила обратиться к продуктам более легким и полезным, благо, кроме свиней, на Украине есть еще и овощи.

Закуски

Свинина с квашеной капустой и грибами

Ингредиенты

250 г свинины, 3 луковицы, 1 соленый огурец, 1 свекла, 50 г сметаны, 50 г зеленого лука, 50 г квашеной капусты, 50 г маринованных грибов, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки свиного жира, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, отварить до готовности, очистить, нарезать кружочками и сбрызнуть уксусом. Лук очистить и нарезать кольцами, а огурец – кружками. Зеленый лук вымыть и очень мелко нарезать. Грибы смешать с капустой. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и жарить в свином жире до готовности.

Куски мяса выложить на середину широкой глиняной тарелки, полить сметаной, оформить кружками свеклы и огурцов, кольцами лука. Рядом выложить капусту с грибами и все засыпать зеленым луком.

Свинина с рисом

Ингредиенты

200 г свинины, 100 г вареного риса, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка свиного жира, 1 огурец, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 150 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и нарезать. Огурец вымыть и нарезать кубиками. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, обвалить в панировочных сухарях и жарить в свином жире до готовности. Мясо смешать с рисом, огурцом и зеленым горошком, выложить на блюдо, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки и сразу подать к столу.

Свинина по-домашнему

Ингредиенты

300 г свинины, 3 соленых огурца, 100 г квашеной капусты, 2 небольших клубня картофеля, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, черный перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кружками. Соленые огурцы нарезать кубиками. Чеснок очистить и натереть на мелкой терке. Свинину промыть, нарезать ломтиками, посолить, поперчить, а затем жарить в растительном масле до готовности. Мясо выложить на блюдо, посыпать чесноком, украсить картофелем, огурцами и квашеной капустой.

Яркие краски продуктов, перемешанных или уложенных слоями, радуют глаз и усиливают аппетит. Чтобы создать праздничное настроение, можно подать несколько холодных закусок, разнообразных по вкусу, цвету и оформлению и, конечно, запаху. Чтобы сохранить аромат, их необходимо готовить перед подачей к столу или, если они сделаны заранее, вынуть за 30 минут до начала обеда. Не стоит забывать, что закуски, дополняя друг друга, должны соответствовать блюдам, которые будут следовать за ними.

Гусь с овощами и фруктами

Ингредиенты

20 г ветчины, 100 г филе жареного гуся, 1 небольшая свекла, 25 г белокочанной капусты, 1 яблоко, 1 огурец, 1 помидор, 1 яйцо, 150 г майонеза, 0,5 чайной ложки лимонного сока, 2–3 веточки петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Зелень, фрукты и овощи, кроме капусты, вымыть. Свеклу варить до готовности. Яблоко нарезать соломкой. Нарезанную капусту перетереть с солью, отжать, смешать с яблоками, добавить измельченную, предварительно очищенную свеклу, заправить майонезом и лимонным соком. Полученный таким образом фруктово-овощной салат выложить на широкую тарелку и приступить к украшению.

Для этого яйцо сварить вкрутую и разрезать на четвертинки. Вымытый огурец нарезать кружками, а помидор – тонкими дольками. Не слишком мелкой соломкой нарезать ветчину и гусиное филе, выложить мясо на салат, красиво разложить яйца, кружки огурца, дольки помидора и веточки петрушки.

Мясо курицы с консервированной фасолью

Ингредиенты

300 г отварного мяса курицы, 100 г консервированной фасоли, 1 клубень картофеля, 2 соленых огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 морковь, 1 луковица, 20 г тертого хрена, 4 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать кружками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Соленые огурцы нарезать дольками. Яйца очистить и нарезать кружками. Мясо нарезать тонкими ломтиками, смешать с консервированной фасолью, выложить на блюдо, по-

солить, украсить кружками моркови, картофеля и яиц, дольками огурцов, кольцами лука. Подавая к столу, блюдо полить сметаной, посыпать тертым хреном.

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.