

РУССКАЯ ДЕРЕВЕНСКАЯ КУХНЯ

САМЫЕ ВКУСНЫЕ УГОЩЕНИЯ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



- салаты и закуски
- супы, борщи и бульоны
- вторые блюда

ПРИЯТНОГО
АППЕТИТА!

Книга-подарок для каждой хозяйки!

Русская деревенская кухня

«РИПОЛ Классик»

2017

Русская деревенская кухня / «РИПОЛ Классик», 2017

ISBN 978-5-38-611117-5

Многие из нас помнят, как на завтрак бабушка готовила вкуснейшие оладьи или блинчики, которые таяли во рту, во время обеда угощала щавелевым супом, а на ужин подавала жареную картошечку с лучком и укропом. Эта книга перенесёт вас в счастливые воспоминания о русской деревенской кухне, а приведённые рецепты помогут воссоздать те восхитительные кушанья, которыми вы сможете угостить своих домочадцев. Приятного аппетита!

ISBN 978-5-38-611117-5

, 2017

© РИПОЛ Классик, 2017

Содержание

| | |
|--|----|
| Салаты и закуски | 5 |
| Овощные салаты и закуски | 5 |
| Паштет из брынзы и орехов | 5 |
| Паштет из болгарского перца и плавленого сыра | 5 |
| Паштет из огурцов и сыра | 5 |
| Паштет из кабачков и вешенок | 6 |
| Закуска «Мухоморы» | 6 |
| Яйца под соусом из хрена | 6 |
| Салат из яиц и зеленого салата | 6 |
| Салат из яиц и зеленого лука | 6 |
| Яйца в сметанном соусе | 7 |
| Салат из яиц, картофеля и сыра | 7 |
| Салат из яиц и яблок | 7 |
| Салат из яиц и овощей | 7 |
| Салат из яиц и болгарского перца | 8 |
| Закуска из кабачков | 8 |
| Закуска из яиц и редьки | 8 |
| Закуска из тушеных овощей | 8 |
| Острый салат из патиссонов | 9 |
| Салат из тыквы | 9 |
| Закуска из кабачков, тушеных с морковью и луком | 9 |
| Острая кабачковая икра | 9 |
| Салат из кабачков, зеленого горошка и моркови | 10 |
| Закуска из хрена с уксусом | 10 |
| Тертый хрен с лимоном | 10 |
| Тертый хрен со сметаной и зеленью | 10 |
| Закуска «Огонек» | 11 |
| Закуска из хрена и моркови | 11 |
| Баклажаны с майонезом | 11 |
| Икра баклажанная | 11 |
| Салат из картофеля и квашеной капусты | 12 |
| Салат из картофеля и сельдерея | 12 |
| Закуска из моркови и чеснока | 12 |
| Салат из моркови и крапивы | 12 |
| Салат из моркови и редьки | 13 |
| Закуска из моркови и огурцов | 13 |
| Закуска из моркови, помидоров и зеленого горошка | 13 |
| Салат из свеклы и картофеля | 13 |
| Закуска из свеклы, картофеля и фасоли | 13 |
| Закуска из свеклы, моркови и зелени сельдерея | 14 |
| Салат из зеленого лука | 14 |
| Закуска из репчатого лука | 14 |
| Салат из зеленого лука и огурцов | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 15 |

Русская деревенская кухня (составитель М. А. Солдатова)

Салаты и закуски

Овощные салаты и закуски

Паштет из брынзы и орехов

Ингредиенты

300 г соленой брынзы, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 4 зубчика чеснока, 100 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа.

Способ приготовления

Чеснок очистить и натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть.

Брынзу и орехи пропустить через мясорубку, добавить чеснок, перемешать с размягченным сливочным маслом.

Готовый паштет выложить на блюдо, поставить в прохладное место на 2 часа, затем украсить веточками укропа и подать к столу.

Паштет из болгарского перца и плавленого сыра

Ингредиенты

200 г болгарского перца, 100 г плавленого сыра, 50 г сливочного масла, 0,5 пучка зелени укропа, 0,5 пучка зелени петрушки, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Сыр натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть.

Болгарский перец вымыть, удалив семена и плодоножки, крупно нарезать, выложить в сковороду, влить немного воды, посолить и тушить в течение 10 минут. Затем очистить от кожицы, мелко нарезать, смешать с укропом, маслом и сыром, поперчить и выложить на блюдо.

Готовый паштет поставить в прохладное место на 2 часа, затем украсить веточками петрушки и подать к столу.

Паштет из огурцов и сыра

Ингредиенты

200 г огурцов, 50 г сливочного масла, 100 г сыра, 1 столовая ложка майонеза, 0,5 пучка зелени укропа, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Зелень укропа вымыть и нарубить. Сыр натереть на мелкой терке. Сливочное масло размягчить. Огурцы вымыть, очистить от кожицы, натереть на крупной терке и соединить с рубленой зеленью, сыром и маслом. Полученную массу посолить, поперчить, перемешать.

Готовый паштет поставить в прохладное место на 2 часа, затем заправить майонезом и подать к столу.

Паштет из кабачков и вешенок

Ингредиенты

200 г кабачков, 200 г вешенок, 2 моркови, 2 помидора, 1 луковица, 100 г сливочного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и крупно нарезать. Морковь и лук очистить и вымыть. Помидоры вымыть и разрезать пополам.

Вешенки перебрать, очистить, вымыть и отварить в подсоленной воде до готовности.

Кабачки, морковь, лук, помидоры и грибы пропустить через мясорубку, тщательно перемешать, посолить.

Полученный фарш обжарить в сливочном масле, затем выложить на блюдо и поставить в прохладное место на 2 часа.

Закуска «Мухоморы»

Ингредиенты

6 сваренных вкрутую яиц, 3 помидора, 50 г майонеза, 1 пучок зелени салата, соль по вкусу.

Способ приготовления

Помидоры вымыть и разрезать пополам. Яйца очистить. Зеленый салат вымыть и выложить на блюдо. Яйца поставить на листья салата острым концом вверх, накрыть каждое половинкой помидора, посолить, украсить капельками майонеза и подать к столу.

Яйца под соусом из хрена

Ингредиенты

12–15 сваренных вкрутую яиц, 150 г сметаны, 4 столовые ложки тертого хрена, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить и выложить в глубокое блюдо.

Тертый хрен смешать со сметаной, сахаром и солью. Полить полученным соусом яйца и подать к столу.

Салат из яиц и зеленого салата

Ингредиенты

6 сваренных вкрутую яиц, 300 г листьев зеленого салата, 4 столовые ложки майонеза, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить и нарубить. Листья салата вымыть, крупно нарезать, смешать с яйцами, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить майонезом и подать к столу.

Салат из яиц и зеленого лука

Ингредиенты

6 сваренных вкрутую яиц, 200 г зеленого лука, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить и нарубить. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать.

Яйца смешать с луком, посолить, выложить на блюдо, полить растительным маслом и подать к столу.

Яйца в сметанном соусе

Ингредиенты

4 сваренных вкрутую яйца, 8 столовых ложек сметаны, 1 чайная ложка горчицы, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить, отделить белки от желтков. Белки нарубить. Зелень укропа вымыть.

Для приготовления соуса желтки растереть с солью и горчицей, добавить сметану.

Рубленые белки выложить на блюдо, полить соусом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Салат из яиц, картофеля и сыра

Ингредиенты

10 сваренных вкрутую яиц, 4–5 клубней картофеля, 100 г сыра, 50 г зеленого лука, 2 огурца, 100 г майонеза, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, отварить и нарезать кружочками. Сыр натереть на крупной терке. Зеленый лук вымыть и нарубить. Огурцы вымыть, нарезать дольками. Зелень укропа вымыть.

Яйца очистить, нарезать кружочками, посолить, выложить на блюдо, сверху положить картофель и тертый сыр, посыпать зеленым луком, оформить дольками огурцов и веточками укропа, полить майонезом и подать к столу.

Салат из яиц и яблок

Ингредиенты

10 сваренных вкрутую яиц, 3–4 яблока, 100 г майонеза, 1 столовая ложка горчицы, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить от кожицы и сердцевины и нарезать соломкой. Для приготовления соуса майонез смешать с горчицей.

Яйца очистить, нарезать дольками, посолить, выложить на блюдо, сверху положить яблоки, полить соусом и подать к столу.

Салат из яиц и овощей

Ингредиенты

8–10 сваренных вкрутую яиц, 150 г майонеза, 2 соленых огурца, 1 корень сельдерея, 1 морковь, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить, нарезать дольками, посолить и выложить на блюдо. Соленые огурцы нарезать кубиками. Корень сельдерея и морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Соленые огурцы смешать с корнем сельдерея, морковью, зеленым луком и горошком, заправить майонезом. Выложить смесь на дольки яиц и подать к столу.

Салат из яиц и болгарского перца

Ингредиенты

10–12 сваренных вкрутую яиц, 4–5 болгарских перцев, 150 г майонеза, соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца очистить, нарезать дольками и выложить на блюдо. Болгарские перцы вымыть, очистить от семян и плодоножек, нарубить, посолить, смешать с майонезом, выложить на дольки яиц и подать к столу.

Закуска из кабачков

Ингредиенты

500 г кабачков, 100 г маринованных грибов, 2–3 соленых огурца, 150 г отварного мяса курицы, 4 столовые ложки майонеза, 100 г пшеничной муки, 1 помидор, 100 мл растительного масла, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить в растительном масле.

Помидор вымыть, разрезать на 4 части и пропустить через мясорубку вместе с солеными огурцами, грибами, мясом, добавить майонез и перемешать.

Кружки кабачков выложить на блюдо. На каждый кружок положить небольшое количество приготовленной смеси и подать к столу.

Закуска из яиц и редьки

Ингредиенты

8 сваренных вкрутую яиц, 2 редьки, 2 луковицы, 100 г сметаны, 2 чайные ложки 3%-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и сбрызнуть уксусом. Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Яйца очистить, нарезать кружочками и выложить на блюдо, сверху положить редьку, кольца лука, посолить, поперчить, полить сметаной, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из тушеных овощей

Ингредиенты

200 г кабачков, 2 помидора, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки растительного масла, 0,5 лимона, 2 зубчика чеснока, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кубиками. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть и нарубить. Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Лимон вымыть, очистить от кожуры и нарезать кружочками.

Зеленый лук и зелень укропа вымыть и нарубить.

Репчатый лук обжарить до золотистого цвета в 1 столовой ложке растительного масла, добавить помидоры, зеленый лук и жарить 5 минут, затем влить немного воды, положить кабачки, посолить, поперчить, довести до кипения, добавить оставшееся растительное масло и тушить до готовности на слабом огне.

Готовые овощи выложить на блюдо, посыпать чесноком и зеленью укропа, оформить кружочками лимона и подать к столу.

Острый салат из патиссонов

Ингредиенты

300 г патиссонов, 2–3 луковицы, 1 зубчик чеснока, 100 г майонеза, 1 столовая ложка тертого хрена, 2 чайные ложки горчицы, 1 стручок горького перца, 0,5 пучка зеленого лука, соль по вкусу.

Способ приготовления

Патиссоны вымыть, очистить, натереть на крупной терке, обдать кипятком, посолить. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть и нарубить. Горький перец вымыть, очистить от семян и плодоножек и измельчить. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Патиссоны смешать с репчатым луком, острым перцем, зеленым луком, горчицей, чесноком, хреном, заправить майонезом, выложить на блюдо и подать к столу.

Салат из тыквы

Ингредиенты

300 г тыквы, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка тертого хрена, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.

Способ приготовления

Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить. Тыкву очистить, натереть на крупной терке, выложить в сковороду, посолить, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем смешать с репчатым луком и тертым хреном, заправить сметаной, выложить на блюдо, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Закуска из кабачков, тушенных с морковью и луком

Ингредиенты

500 г кабачков, 3 моркови, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить и нарубить. Зелень укропа вымыть.

Кабачки смешать с морковью и луком, выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности на слабом огне, затем заправить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Острая кабачковая икра

Ингредиенты

500 г кабачков, 2 моркови, 1 стручок горького перца, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить и нарезать кружочками. Лук и чеснок очистить, вымыть и нарубить. Горький перец вымыть, очистить от семян и плодоножек и измельчить.

Кабачки смешать с морковью, луком и горьким перцем, выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, влить немного воды, тушить до готовности, затем протереть через сито, вновь положить в сковороду, влить немного воды и тушить, помешивая, в течение 5 минут.

Икру остудить, выложить в подготовленное блюдо, посыпать чесноком и подать к столу.

Салат из кабачков, зеленого горошка и моркови

Ингредиенты

500 г кабачков, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 моркови, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Кабачки и морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кабачки и морковь выложить на сковороду, посолить, поперчить, добавить растительное масло, обжарить до золотистого цвета на среднем огне, затем влить немного воды и тушить до готовности.

Тушеные кабачки и морковь соединить с зеленым горошком, заправить майонезом, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из хрена с уксусом

Ингредиенты

500 г корня хрена, 3 столовые ложки 3%-ного уксуса, 2 чайные ложки сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления

Хрен очистить, вымыть, натереть на терке, положить в керамическую посуду, влить 2 стакана воды, добавить уксус, сахар и соль, перемешать и поставить в прохладное место на 24 часа.

Тертый хрен с лимоном

Ингредиенты

100 г корня хрена, 1 лимон, 2 столовые ложки растительного масла, 4 яичных желтка, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления

Корень хрена очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Лимон вымыть, очистить от кожуры и мелко нарезать.

В яичные желтки добавить сахар и, помешивая, влить растительное масло, затем положить хрен, лимон и соль.

Тертый хрен со сметаной и зеленью

Ингредиенты

3 столовые ложки тертого хрена, 1 чайная ложка сахара, 3 столовые ложки сметаны, 1 яичный желток, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления

Сметану взбить с солью и яичным желтком. Зелень укропа вымыть и нарубить. В тертый хрен добавить сахар, сметану, зелень укропа, перемешать и подать к столу.

Закуска «Огонек»

Ингредиенты

300 г корня хрена, 4–5 зубчиков чеснока, 5–6 помидоров, 70–100 мл растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Корень хрена вымыть, очистить и нарезать крупными кусками. Чеснок очистить, помидоры вымыть и разрезать на 4 части каждый.

Хрен, помидоры и чеснок пропустить через мясорубку, посолить, заправить растительным маслом и поставить в прохладное место на 3 часа.

Закуска из хрена и моркови

Ингредиенты

100 г хрена, 2 моркови, 2 столовые ложки майонеза, 2 чайные ложки 3%-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Корень хрена и морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Хрен и морковь соединить, посолить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Баклажаны с майонезом

Ингредиенты

3–4 баклажана, 3–4 зубчика чеснока, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Баклажаны вымыть, запечь в духовке, затем остудить, очистить от кожицы и мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Баклажаны выложить на блюдо, посолить, посыпать чесноком, заправить майонезом, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Икра баклажанная

Ингредиенты

3–4 баклажана, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, 3 зубчика чеснока, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Баклажаны вымыть, запечь в горячей духовке, затем остудить, очистить от кожицы и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить. Чеснок очистить и растолочь. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить на сковороду, добавить растительное масло,

томатную пасту, баклажаны, соль, перец, влить немного воды и тушить, помешивая, до готовности.

Заправить полученную массу уксусом, добавить чеснок, выложить на тарелку и посыпать зеленым луком.

Салат из картофеля и квашеной капусты

Ингредиенты

5–6 клубней картофеля, 200 г квашеной капусты, 100 г маринованных грибов, 2 болгарских перца, 3 столовые ложки растительного масла, 2–3 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать ломтиками. Болгарский перец вымыть, очистить от семян и плодоножек и нарезать кольцами. Грибы нарезать ломтиками. Квашеную капусту нашинковать. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Картофель смешать с перцем, грибами, капустой и чесноком, выложить на блюдо, посолить, посыпать зеленью петрушки, полить растительным маслом и подать к столу.

Салат из картофеля и сельдерея

Ингредиенты

5–6 клубней картофеля, 2 корня сельдерея, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, 2 чайные ложки 3%-ного уксуса, 0,25 чайной ложки сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления

Сельдерей и картофель вымыть, отварить, очистить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, посыпать сахаром и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

В салатник выложить попеременно слоями картофель, сельдерей, петрушку. Каждый слой полить небольшим количеством майонеза.

Закуска из моркови и чеснока

Ингредиенты

4 крупных моркови, 5 зубчиков чеснока, 100 г майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления

Морковь, очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Майонез смешать со сметаной. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Морковь смешать с чесноком, посолить, заправить смесью майонеза и сметаны, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Салат из моркови и крапивы

Ингредиенты

4 моркови, 4 столовые ложки рубленой крапивы, 4 зубчика чеснока, 1 столовая ложка измельченных ядер грецких орехов, 4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.

Способ приготовления

Морковь вымыть, натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Морковь смешать с чесноком, орехами и крапивой, посолить, сбрызнуть лимонным соком, заправить майонезом, выложить на блюдо, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Салат из моркови и редьки

Ингредиенты

3–4 моркови, 1 редька, 100 г майонеза, соль по вкусу.

Способ приготовления

Морковь и редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке, посолить, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из моркови и огурцов

Ингредиенты

3–4 моркови, 2–3 огурца, 100 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке.

Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть.

Морковь смешать с огурцами, посолить, заправить сметаной, выложить на блюдо, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из моркови, помидоров и зеленого горошка

Ингредиенты

300 г моркови, 2 помидора, 100 г консервированного зеленого горошка, 150 г сметаны, 1 пучок зеленого салата, 2 чайные ложки 3%-ного уксуса, 0,25 чайной ложки сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Листья зеленого салата вымыть и покрыть ими блюдо.

Морковь посыпать сахаром, сбрызнуть уксусом, смешать с помидорами и зеленым горошком, посолить, добавить сметану и выложить на листья зеленого салата.

Салат из свеклы и картофеля

Ингредиенты

2 свеклы, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 2 чайные ложки тертого хрена, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3%-ного уксуса, соль по вкусу.

Способ приготовления

Свеклу и картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарубить. Тертый хрен сбрызнуть уксусом.

Свеклу и картофель смешать с луком и тертым хреном, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из свеклы, картофеля и фасоли

Ингредиенты

3 свеклы, 3 клубня картофеля, 100 г консервированной белой фасоли, 1 болгарский перец, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Свеклу и картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Болгарский перец вымыть, очистить от семян и плодоножки и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Свеклу и картофель смешать с болгарским перцем, фасолью, посолить, поперчить, заправить растительным маслом, выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из свеклы, моркови и зелени сельдерея

Ингредиенты

2 свеклы, 2 моркови, 2 яблока, 1 пучок зелени сельдерея, сок 0,5 лимона, 5 столовых ложек растительного масла, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Свеклу и морковь вымыть и натереть на мелкой терке. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, нарезать соломкой и сбрызнуть лимонным соком. Зелень сельдерея вымыть и нарубить.

Свеклу и морковь смешать с яблоками и зеленью сельдерея, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Салат из зеленого лука

Ингредиенты

100 г зеленого лука, 1 зубчик чеснока, сок 0,5 лимона, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Зеленый лук вымыть, нарубить и полить соком лимона. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Зеленый лук смешать с чесноком, посолить, выложить на блюдо, заправить смесью сметаны и растительного масла и подать к столу.

Закуска из репчатого лука

Ингредиенты

2 луковицы, сок 0,5 лимона, 1 чайная ложка сахара, 3 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обдать кипятком, посыпать сахаром, полить лимонным соком и оставить на 10 минут. Затем выложить на блюдо, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Салат из зеленого лука и огурцов

Ингредиенты

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.