

Олег Толстенко

**100 фантастических рецептов  
из огурцов**



Олег Толстенко

**100 фантастических  
рецептов из огурцов**

«Научная книга»

2013

## **Толстенко О.**

100 фантастических рецептов из огурцов / О. Толстенко —  
«Научная книга», 2013

В книге представлены разнообразные, интереснейшие блюда, имеющие в своей основе огурцы. Они станут любимыми на вашем повседневном и праздничном столе. Для тех, кто любит огурцы, книга будет настоящим подарком. Тем же, кто к этому овощу относится «прохладно», она поможет открыть новые свойства огурцов. Книга рассчитана на массового читателя.

## Содержание

Введение	5
Закуски	6
Плов из соленых огурцов	6
Огурцы пряные	7
Икра из огурцов	8
Огуречная паста	9
«Сладкий рай»	10
Огуречные колбаски	11
Паштет из огурцов	12
Салат из огурцов, морской капусты и яблок	13
Салат из огурцов с креветками и ананасом	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# Олег Толстенко

## 100 фантастических рецептов из огурцов

### Введение

*Овощи – не только источник питания, но и естественное лекарство, отмеренное самой природой в дозах, необходимых для организма.*

*М. С. Бунин*

Чтобы долго жить, необходимо правильно питаться. К тому же питание должно быть разнообразным, а овощи обязательно должны быть включены в рацион любого человека. Огурцы как часть овощного мира представляют собой особенную ценность.

Раньше других овощей стали выращивать на Руси огурец. Полюбив эту скороспелую культуру, крестьяне начали изобретательно осваивать средства, приемы и способы ее культивирования, а также различные варианты приготовления блюд из огурцов.

Кулинарное искусство как древняя область знаний состоит из множества секретов, накопленных в течение веков. Знание основных принципов и важных мелочей, органическое соединение того и другого составляют кулинарную науку.

В этой книге вам предлагаются рецепты из огурцов на любой вкус. Творчески используя их, вы найдете свое фирменное блюдо. Большинство рецептов в книге отличаются несложной технологией приготовления, они под силу даже тем, кто никогда раньше не пробовал себя в кулинарии.

Мы привыкли к соленым, маринованным огурцам, огуречным салатам, но многие из нас даже не задумывались о том, что из огурцов можно приготовить варенье или сварить компот. Из огурцов успешно готовят джем, мармелад, бэзе, торт, а также различные медовые и сладкие салаты.

Несмотря на то что мы привыкли есть огурцы в соленом виде, для нас непривычны такие блюда, как огуречная аджика, холодный огуречный суп, огуречные котлеты, майонез огуречный, уха со свежими огурцами, пельмени с огурцами, фрикадельки из огурцов или рыбные котлеты с ними же.

Попробуйте приготовить домашнее вино из огурцов. Оно станет вашим любимым напитком на семейном торжестве.

Советуем вам пробовать все новое и необычное, так как, не попробовав, вы не узнаете ничего об этих замечательных, вкуснейших блюдах. Порой нам трудно поверить в такие необычные рецепты, потому что наше кулинарное сознание консервативно в основе своей, мы с трудом привыкаем к новой пище, не веря, что из обыденных, повседневных овощей можно приготовить нечто экзотическое. Не бойтесь расширить его границы. Готовьте по рецептам, представленным в этой книге, и экспериментируйте, создавая новые.



## Закуски

### Плов из соленых огурцов

#### Требуется

250 г риса, одна луковица, 50 г маргарина или растительного масла, 300 г соленых огурцов, 50 г помидоров, соль, 250 г воды, зелень петрушки и укропа, лист салата.

#### Способ приготовления

Почистите и мелко порежьте лук, поджарьте его до золотистого цвета на маргарине, затем добавьте нарезанные огурцы и помидоры, запустите рис и, залив водой, поставьте в духовку. Доведя плов до полуготовности, посолите его и снова поставьте в духовку. Готовый плов посыпьте зеленью.



## Огурцы пряные

### Требуется

2 кг свежих огурцов, по 30 г уксуса и паприки, соль, корица, 3 гвоздики, 60 г сахара, 10 г аджики, 250 мл воды, 90 г растительного масла.

### Способ приготовления

Огурцы нарежьте тонкими кружочками. Приготовьте соус, разведя в воде уксус, соль, сахар, корицу, гвоздику и паприку, аджику и растительное масло. Все тщательно перемешайте, залейте огурцы и выдержите 2 часа.



## Икра из огурцов

### Требуется

1 кг свежих огурцов, 300 г моркови, одна луковица, 2 дольки чеснока, 90 г оливкового масла, соль, молотый перец, по 10 г сахара, паприки и шафрана, 30 г томатной пасты.

### Способ приготовления

Огурцы очистите от кожуры и натрите на терке. То же самое сделайте и с морковью. Измельчите лук и чеснок. На разогретую сковороду выложите овощи и жарьте примерно 20 минут. Затем посолите, введите сахар, приправы и томатную пасту и выдержите на медленном огне еще несколько минут. Подавайте к столу в охлажденном виде.



## Огуречная паста

### Требуется

500 г огурцов, 100 г плавленого сыра, 25 г хрена, по 30 г зеленого лука и майонеза, 2 л воды, 2 яйца, 200 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, соль, перец.

### Способ приготовления

Огурцы (можно использовать вялые и нехрустящие) очистите от кожуры и порежьте на мелкие кусочки, залейте водой и доведите до кипения. Затем откиньте смесь на дуршлаг. Дайте остыть полученной массе и аккуратно протрите ее через сито.

Сварите яйца вкрутую, остудите и очистите от скорлупы. Мелко нарежьте яйца. Натрите на терке плавленый сыр, чеснок и хрен. Мелко порежьте зеленый лук.

Размягчите сливочное масло, смешайте его с огурцами, яйцами, сыром, луком, хреном. Заправьте смесь майонезом. Добавьте соль и перец.



## «Сладкий рай»

### Требуется

200 г огурцов, 100 г орехов, 150 г изюма, 30 г растительного масла, соль.

### Способ приготовления

Очистите огурцы от кожуры и нарежьте кубиками, положите в пластиковую миску и всыпьте щепотку соли, оставьте на несколько минут, чтобы они дали сок.

Грецкие орехи пропустите через мясорубку или мелко нарубите и добавьте к огурцам. Изюм залейте кипятком и оставьте на 10–20 минут, затем воду слейте и засыпьте изюм к основной массе. Все тщательно перемешайте и добавьте растительное масло.



## Огуречные колбаски

### Требуется

800 г огурцов, 200 г вырезки говядины, по 3 яйца и луковицы, 50 г сливочного масла, 60 г сметаны, листья салата, соль, петрушка.

### Способ приготовления

Срежьте у огурцов хвостики и удалите мякоть. Натрите ее на терке. Отварите мясо и яйца и мелко их порежьте. Лук нашинкуйте и обжарьте на сливочном масле. Яйцо, мясо, огурцы и лук соедините, добавьте сметану, соль, сырое яйцо, зелень и потушите 10–15 минут в сливочном масле и бульоне. Этим фаршем наполните огурцы и прикройте их срезанной крышечкой. Огурчики уложите на листья салата и полейте бульоном, в котором тушились овощи.



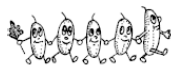
## Паштет из огурцов

### Требуется

500 г огурцов, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 2 луковицы, 60 г растительного масла, маринованный красный перец, петрушка.

### Способ приготовления

Огурцы очистите от кожицы. Одну луковицу мелко нарежьте и потушите в растительном масле. Огурцы, вареное яйцо и луковицу пропустите через мясорубку. Разотрите получившуюся смесь с размягченным маслом или маргарином. Для улучшения вкуса можно добавить немного майонеза или горчицы. Приготовленный паштет поставьте в прохладное место. Перед подачей к столу украсьте кружочками маринованного красного перца, листочками петрушки.



## Салат из огурцов, морской капусты и яблок

### Требуется

250 г морской капусты, по 300 г свежих огурцов и зеленых яблок, по 90 г растительного масла и соевого соуса, соль, красный перец, тмин, семена укропа.

### Способ приготовления

Морскую капусту отварите в подсоленной воде, добавив в нее уксус. Спустя 15 минут, когда капуста сварится, нарежьте ее длинными полосками, положите натертые на крупной терке яблоки и огурцы, нарезанные кружочками. Добавьте соус, соль, прочие специи и залейте растительным маслом.



## **Салат из огурцов с креветками и ананасом**

### **Требуется**

по 200 г креветок и свежих огурцов, 150 г мякоти ананаса (или консервированных ананасов), 2 зубчика чеснока, одна луковица, 60 г майонеза, укроп, перец, соль, листья салата.

### **Способ приготовления**

Очистите огурцы от кожуры, натрите на терке вместе с чесноком. Нарежьте мелко лук, а перец – колечками, порежьте зелень.

Выложите сваренных креветок на тарелку, сверху положите кусочки ананаса, огуречную массу, лук, залейте майонезом и посыпьте зеленью.

## **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.