



кулинарные  
фантазии

# БЛЮДА ИЗ СЫРА

# Гера Марковна Треер

## Блюда из сыра

### Серия «Кулинарные фантазии»

*Текст предоставлен правообладателем*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=594185](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=594185)*  
*Блюда из сыра : РИПОЛ классик; М.: 2011*  
*ISBN 978-5-386-02766-7*

#### **Аннотация**

В мире существует более 500 видов и свыше 2000 сортов сыра – огромный выбор для приготовления всего, чего ваша душа пожелает: горячих и холодных закусок, салатов, супов, жареных, вареных, запеченных блюд, вкуснейших десертов и пирогов. Мы постарались отобрать для вас наиболее интересные рецепты, не забыв, конечно, о классике жанра, но и отдав должное новомодным кулинарным достижениям отличных поваров из разных стран. С помощью незамысловатого набора продуктов, подчеркивающих волшебный вкус сыра, вы обрадуете изумительными кушаньями благодарных родственников и восхищенных вашим творчеством дорогих гостей.

# Содержание

Пицца богов	7
Холодные блюда	12
Салаты	12
Корзиночка из сыра «Какой салат нам подавали?»	12
Эдамский сыр с ветчиной, яблоками, малосолистыми огурцами и зеленым луком «Парадиз»	12
Ветчина с зеленым салатом и йогуртом по-пражски «Вацлавская»	13
Ветчина с колбасой, грибами, маринованными огурцами и помидорами «Просто и вкусно»	14
Ветчина с цветной капустой и йогуртом «Скромное очарование»	14
Острый сыр с ветчиной и сладким перцем «Красочный»	15
Сырное ассорти с ветчинной колбасой, майонезом и сливками «Наш ответ Парижу»	16
Колбаса с фасолью, луком и сладким перцем «Для голодного друга»	16
Копченая курица с грецкими орехами,	17

огурцами и грушами «Небанальная»	
Анчоусы с зеленым горошком, картофелем и горчицей «Лотарингские»	18
Шампиньоны с сельдереем, сладким перцем и горчицей «Монтаржи»	18
Рокфор с зеленым салатом, лимонным соком и сливками по-французски «Шармáнистый»	19
Рокфор с брынзой, салатом-латуком, сладким перцем и бренди «Джентльменский»	20
Картофель с яблоками, яйцами, сельдереем и орехами по-швейцарски «Швиц»	21
Сырное ассорти с консервированными овощами «Европейский микс-люкс»	22
Острый сыр с помидорами, редисом и луком под соусом «Бельфорский»	23
Яйца с зеленым луком, чесноком и майонезом «Спецзаказ под беленькую»	24
Копченый сыр с зеленым горошком, сладким перцем, горчицей и йогуртом «Счастье есть!»	24
Копченый сыр с помидорами, каперсами и яйцами «По-субботнему»	25
Плавленый сыр с яблоками, помидорами и луком «Гости на пороге»	26

Апельсины с яблоками, лимонным соком и йогуртом «По-гомеровски»	26
Яблоки с горчицей, майонезом и зеленым салатом «Притягательные»	27
Слоеный салат с печенью, корейской морковью, яйцами и картофелем «Переливчатый»	28
Слоеный салат с яблоками, черносливом и грецкими орехами «Очи черные»	28
Слоеный салат с грецкими орехами, яблоками и морковью по-французски «Все в ажуре»	29
Красная фасоль с сухариками, чесноком и майонезом «По-быстрому»	30
Сырное ассорти с луком-пореем, горчицей, душистым перцем и чесноком «На бис»	31
Брынза с цветной капустой, чесноком и грецкими орехами «Царица Тамара»	32
Фета с огурцами, помидорами, укропом и красным луком «Цвета греческого лета»	32
Фета со свеклой, луком и чесноком «По-эгейски»	33
Фета с чечевицей, огурцами, сельдереем и салатом-латуком «По-ионически»	34
Фета с огурцами, луком и помидорами «По-коринфски»	35

Фета с овощами, специями и маслинами	36
«Настоящий греческий салат»	
Голубой сыр с яблоками, зеленым салатом	37
и грецкими орехами «Средиземноморская	
радуга»	
Конец ознакомительного фрагмента.	38

# Блюда из сыра

*Сыр силен, горячит, питателен... Силен, потому что очень близко стоит к порождению; питателен, потому что представляет остаток из наиболее мясистой части молока; горячит, потому что жирен...<sup>1</sup>*

*Гиппократ. «О диете»*

*Трапеза без сыра – что день без солнечного света.*

*(Французская поговорка)*

## Пища богов

Давным-давно один забывчивый пастух оставил под палящим солнцем мешок из овечьего желудка, наполненный молоком. Спустя некоторое время, закончив свои неотложные дела по выпасу стада, он присел отдохнуть и обнаружил забытое молоко. Оно, странным образом, начало густеть, что вызвало живой интерес у пастуха, не лишённого любознательности, но лишённого из-за условий труда свежих впечатлений. Он решил продолжить эксперимент и через несколько дней слил образовавшуюся жидкость (не подозревая о том, что сливает полезнейшую сыворотку). Дрожа от волнения, пастух съел кусочек сгустка и...

О, кто ты, первый человек, применивший для свертыва-

ния молока фермент растительного или животного происхождения?! Как ты додумался добавить в молоко кусочек сычуга или соцветия чертополоха, семена дикого шафрана, сок фигового дерева и винный уксус? Слава тебе, безвестный гений! Ты заложил основу для нового продукта, дошедшую до наших дней.

Древние греки верили, что сыроварению людей научил спустившийся с Олимпа Аристей, сын Аполлона и нимфы Кирены. А может, богиня охоты Артемида научила людей делать сыр? Кстати, греки верили и в то, что сыр явился из рога изобилия одной эпохальной козочки по имени Амалфея, вскормившей Зевса.

Если бы современного тиросемофилиста – коллекционера и любителя сыра – машина времени доставила на древнеримский рынок, то искушенный гурман отведал бы творожный, соленый, несоленый сыр с вином, медом, пряностями, высушенный на солнце сыр, мягкие сыры для немедленного употребления и твердые сорта в экспортном исполнении для отправки за море. Сыры для домашнего употребления держали в рассоле или хранили, залив виноградным соком, в просмоленных бочках, крышки которых запечатывали гипсом.

Нет сомнений, у древнегреческого писателя-сатирика Лукиана были все основания выдумать остров из огромной головки сыра в волшебном море из молока – остров из сыра, поросший виноградом. Горы из сыра не давали человечеству

покоя еще очень долго. Вчитайтесь в название трактата, относящегося к XVI веку: «Описание родины сыров и очагов невыразимого счастья», – и знайте, что согласно этому научному труду существует Страна Счастья, главная достопримечательность и украшение которой – гора из сыра. С мечтой о ней в XVII веке создано творение под названием (внимание!): «Прекрасные, ошеломляющие, хвалебные изречения о сыре, героически отстаиваемые Бартоломео Бола».

Царица Ассирии Семирамида отличалась силой и красотой не только благодаря тому, что любила отдыхать в висячих садах (что, впрочем, доподлинно неизвестно) – одном из семи чудес света, традиционно связанных с ее именем. Никто не спорит: пышная растительность и свежий воздух полезны для здоровья, но его основы закладываются в детстве. А в детстве, как утверждают письма, царица питалась только сыром. Птицы, с которыми у нее, вероятно, был тайный сговор, воровали сыр у пастухов и приносили его будущей супруге легендарного царя Нина.

Да что говорить, сыр, хлеб и вино – эти древнейшие продукты, наделенные мифическим духом, – и есть истинные кулинарные чудеса света, а волшебная палочка – в руках у каждого из нас. Все объяснено наукой, но происходящее на наших глазах превращение молока в сгусток, насыщенный ароматами природы, остается сродни таинству. Это не только захватывающий процесс и неограниченные возможности для выдумки и экспериментов с всевозможными добавками

и специями, но и вполне выгодное для бюджета занятие: сыр домашнего производства дешевле покупного на 20—40%.

Домашний сыр вне конкуренции не только благодаря себестоимости и многообразию вкуса, но и благодаря побочному продукту сыроварения – сыворотке. Внимательные к качеству домашней пищи хозяева используют сыворотку вместо воды и молока для выпечки хлеба, пирогов, блинчиков, для приготовления кваса, супов, борщей, а немного скисшую сыворотку – для створаживания молока. Вот оно, воплощение мечты человечества: безотходное производство – в жизнь!

В мире существует более 500 видов и свыше 2000 сортов сыра – огромный выбор для приготовления всего, чего ваша душа пожелает: горячих и холодных закусок, салатов, супов, жареных, вареных, запеченных блюд, вкуснейших десертов и пирогов.

Когда в следующий раз, подобно французам – непревзойденным сыроделам и мировым лидерам в области гурмании, вы будете принимать нелегкое решение о том, какие именно выбрать сыры для придуманной ими сырной тарелки, вспомните также, что коптить сыры и сажать на них плесень придумали средневековые монахи. А уж кто, как не они, знали толк в изысканной и благородной кухне!

*С пожеланием вам  
достойного продолжения их дела,*

*внесшая свой скромный вклад в воплощение мечты  
о безотходном производстве,  
Гера Треер, автор-составитель*

# **Холодные блюда**

## **Салаты**

### **Корзиночка из сыра «Какой салат нам подавали?»»**

– 100 г твердого сыра

Сыр натрите на крупной терке и положите ровным слоем на сковороду без масла. Когда сыр расплавится и растечется по сковороде блином, дайте ему немного остыть.

Поставьте стакан вверх дном на влажное полотенце, поверх стакана аккуратно уложите сырный блин и поместите в холодильник. Полученную корзиночку наполните любым салатом.

### **Эдамский сыр с ветчиной, яблоками, малосоляными огурцами и зеленым луком «Парадиз»»**

– 100 г голландского (эдамского) сыра

- 100 г ветчины
- 1-2 яблока
- 1 малосольный огурец
- 100 г майонеза
- зеленый лук и укроп – по вкусу

Сыр, яблоки, ветчину и огурец нарежьте соломкой, добавьте измельченный зеленый лук, смешайте с майонезом и оставьте на 30 минут при комнатной температуре. Подавайте, посыпав рубленым укропом, в виде салата или начинки для помидоров.

## **Ветчина с зеленым салатом и йогуртом по-пражски «Вацлавская»**

- 150 г твердого сыра
- 150 г ветчины
- 150 г зеленого салата
- натуральный йогурт, зеленый лук и соль – по вкусу

Салат, ветчину и сыр нарежьте соломкой, посолите, смешайте с рубленым зеленым луком и залейте йогуртом. Готовое блюдо оставьте на 30 минут при комнатной температуре. Подавайте, посыпав рубленым зеленым луком.

## **Ветчина с колбасой, грибами, маринованными огурцами и помидорами «Просто и вкусно»**

- 100 г любого тертого сыра
- 100 г ветчины
- 100 г любой колбасы
- 100 г маринованных грибов
- 2-3 помидора
- майонез – по вкусу

Сыр натрите на крупной терке. Ветчину, колбасу, помидоры и грибы нарежьте соломкой. Смешайте все подготовленные продукты и заправьте майонезом.

## **Ветчина с цветной капустой и йогуртом «Скромное очарование»**

- 150 г твердого сыра
- 150 г ветчины
- 1 кочан цветной капусты
- 1/2 небольшой луковицы
- 200 г натурального йогурта
- лимонный сок, перец и соль – по вкусу

Цветную капусту разберите на соцветия, сварите в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг. Ветчину нарежьте соломкой, сыр – кубиками. Йогурт посолите, поперчите, влейте лимонный сок и осторожно смешайте подготовленные продукты с полученной заправкой.

## **Острый сыр с ветчиной и сладким перцем «Красочный»**

- 200 г острого твердого сыра
- 400 г ветчины
- 1 сладкий желтый перец
- 1 сладкий оранжевый перец
- майонез – по вкусу

Сыр натрите на крупной терке. Ветчину и очищенный от семян сладкий перец нарежьте соломкой длиной 4-5 см. Смешайте ветчину, перец, тертый сыр и заправьте майонезом. Подавайте как закуску или с гарниром из риса, макаронных изделий, тушеной капусты или вареного картофеля.

## **Сырное ассорти с ветчинной колбасой, майонезом и сливками «Наш ответ Парижу»**

- 300 г голландского (эдамского) сыра
- 70 г сыра рокфор
- 100 г ветчинной колбасы
- 100 г взбитых сливок
- 100 г майонеза

Рокфор, голландский сыр и ветчинную колбасу нарежьте мелкими кубиками и смешайте с майонезом. Затем осторожно вмешайте взбитые сливки.

## **Колбаса с фасолью, луком и сладким перцем «Для голодного друга»**

- 150 г твердого сыра
- 120 г любой колбасы
- 1/2 стакана белой фасоли
- 1/2 стебля лука-порейя
- 1 огурец
- 1 сладкий перец
- 2 небольшие луковицы

- 3 ст. ложки майонеза или натурального йогурта
- 3 ст. ложки кетчупа
- 1 ст. ложка тертого хрена
- жгучий перец и соль – по вкусу

Фасоль замочите на ночь и сварите. Незадолго до готовности положите к фасоли мелко нарезанный лук-порей и посолите. Огурец очистите от кожицы, сладкий перец – от семян.

Сыр, колбасу, огурец, сладкий перец, лук нарежьте соломкой и смешайте с остывшей фасолью и луком-пореем. Заправьте майонезом (йогуртом), добавьте кетчуп, тертый хрен, перец и соль. Готовый салат тщательно перемешайте и оставьте на 1 час при комнатной температуре.

## **Копченая курица с грецкими орехами, огурцами и грушами «Небанальная»**

- 200 г любого тертого сыра
- 2 копченых куриных окорочка
- 2 огурца
- 2 горсти крупно нарубленных грецких орехов
- 2 ароматные груши
- майонез – по вкусу

Мякоть курятины, огурцы и очищенные от кожуры и сердцевины груши нарежьте соломкой. Смешайте курятину, сыр

и огурцы с грецкими орехами, затем добавьте груши, заправьте майонезом и осторожно перемешайте.

## **Анчоусы с зеленым горошком, картофелем и горчицей «Лотарингские»**

- 100 г любого сыра
- 50 г анчоусов
- 2-3 ст. ложки консервированного зеленого горошка
- 2 сваренных вкрутую яйца
- 1 вареная картофелина
- 2-3 ст. ложки майонеза
- 1 ст. ложка горчицы
- зелень петрушки, молотый красный перец и соль – по вкусу

Сыр, яйца, картофель нарежьте кубиками, анчоусы измельчите и все смешайте. Добавьте зеленый горошек, поперчите, заправьте смешанным с горчицей майонезом и, если нужно, посолите. Подавайте, посыпав рубленой зеленью петрушки.

## **Шампиньоны с сельдереем, сладким перцем и горчицей «Монтаржи»**

- 150 г любого сыра

- 50 г шампиньонов
- 100 г консервированного сельдерея
- 1 сладкий красный перец
- 1/2 луковицы
- 100 г майонеза
- 1/2 ст. ложки горчицы
- растительное масло, лимонный сок, перец и соль – по вкусу

Лук мелко нашинкуйте, сельдерей и сладкий перец нарежьте мелкими кубиками, сыр – соломкой. Нарезанные шампиньоны потушите на растительном масле и, остудив, смешайте с луком, сельдереем, сладким перцем и сыром. Смесь посолите, поперчите, добавьте горчицу, лимонный сок и осторожно перемешайте с майонезом.

## **Рокфор с зеленым салатом, лимонным соком и сливками по- французски «Шармáнистый»**

- 125 г сыра рокфор
- 400 г зеленого салата
- 3/4 стакана сливок 10%-ной жирности
- 5 ст. ложек лимонного сока
- 1/2 ч. ложки перца

Сыр рокфор раскрошите, смешайте с лимонным соком, сливками и перцем. Смесь разотрите до получения однородной массы и взбейте. Зеленый салат мелко нарежьте, залейте полученной заправкой и тщательно перемешайте.

## **Рокфор с брынзой, салатом-латуком, сладким перцем и бренди «Джентльменский»**

- 100 г сыра рокфор
- 50 г брынзы
- 1 пучок салата-латука
- 2 сладких красных перца
- 3 шт. моркови
- 3 веточки сельдерея
- 4 ст. ложки сметаны
- 1 ст. ложка бренди
- 1-2 капли соуса табаско

Морковь, сладкий перец нарежьте соломкой, зелень сельдерея и салат-латук мелко нарубите. Сыр рокфор и брынзу раскрошите. Смешайте все подготовленные продукты и выложите на блюдо. Заправку подавайте отдельно. Для заправки тщательно смешайте сметану, соус табаско и бренди.

## **Картофель с яблоками, яйцами, сельдереем и орехами по-швейцарски «Швиц»**

- 250 г швейцарского (эмментальского) сыра
- 1 крупная вареная картофелина
- 2-3 кислых яблока
- 1 небольшой корень сельдерея
- 1-2 сваренных вкрутую яйца
- 50—60 г любых орехов и немного – для украшения
- 4-5 ст. ложек майонеза
- 2 ст. ложки взбитых сливок
- лимонный сок, перец и соль – по вкусу

Сыр, картофель, яблоки и яйца нарежьте кубиками, сельдерей натрите на терке, орехи нарубите. Майонез разбавьте взбитыми сливками, приправьте лимонным соком, солью, перцем и тщательно перемешайте полученную заправку. Подготовленные продукты смешайте с заправкой. Подавайте, посыпав рублеными орехами.

## **Сырное ассорти с консервированными овощами «Европейский микс-люкс»**

- 100 г голландского (эдамского) сыра
- 100 г копченого плавленого сыра
- 1 сладкий консервированный красный перец
- 1 шт. небольшой консервированной моркови
- 100 г консервированного корня сельдерея
- 100 г консервированной стручковой фасоли
- 100 г консервированного зеленого горошка
- 1/2 луковицы
- 2 сваренных вкрутую яйца
- 3/4 стакана майонеза
- уксус, кетчуп и соль – по вкусу

Ножом, смоченным в воде, нарежьте плавленый и голландский сыр мелкими кубиками, добавьте мелко нарезанные сладкий перец, сельдерей, фасоль, морковь, лук, затем горошек и рубленые яйца. Посолите, приправьте уксусом, кетчупом и осторожно перемешайте с майонезом. Подавайте как самостоятельное блюдо и как гарнир к жареному мясу.

## **Острый сыр с помидорами, редисом и луком под соусом «Бельфорский»**

- 200 г острого сыра
- 2 помидора
- 1 пучок редиса
- 1 пучок зеленого лука или 1 стебель лука-порея
- 1 желток
- 1 сваренное вкрутую яйцо
- 5-6 ст. ложек натурального йогурта
- 1/2 стакана подсолнечного или соевого масла
- лимонный сок, зелень петрушки, листья зеленого салата и сахар – по вкусу

Редис и зеленый салат мелко нарежьте. Сыр натрите на мелкой терке. Помидоры нарежьте кубиками. Смешайте все подготовленные продукты и полейте соусом. Подавайте, посыпав нарезанными листьями салата, измельченной зеленью петрушки и мелко нарезанным яйцом.

Для соуса желток разотрите, постепенно вливая масло, затем добавьте йогурт и перемешайте. Смесь посолите, добавьте сахар и несколько капель лимонного сока. Полученный соус тщательно перемешайте.

## **Яйца с зеленым луком, чесноком и майонезом «Спецзаказ под беленькую»**

- 200 г российского или голландского (эдамского) сыра
- 3 сваренных вкрутую яйца
- 1 ст. ложка рубленого зеленого лука
- 1-2 зубчика чеснока
- 2 ст. ложки майонеза
- соль – по вкусу

Сыр и яйца нарежьте кубиками, чеснок измельчите и разотрите с солью. Подготовленные продукты перемешайте с зеленым луком и полейте майонезом. Готовый салат поместите в холодильник на 30—40 минут.

## **Копченый сыр с зеленым горошком, сладким перцем, горчицей и йогуртом «Счастье есть!»**

- 250 г плавленого копченого сыра
- 80 г зеленого горошка
- 80 г консервированного сладкого красного перца
- 200 г натурального йогурта
- 2 сваренных вкрутую яйца

- 1/2 небольшой луковицы
- 1/2 небольшого консервированного огурца
- 1 ст. ложка горчицы

Плавленый копченый сыр нарежьте мелкими кубиками, добавьте нарезанные огурец, сладкий красный перец, яйца, зеленый горошек и мелко нарубленный лук. Смесь осторожно перемешайте и добавьте йогурт, смешанный с горчицей. Готовый салат оставьте на 1 час при комнатной температуре.

## **Копченый сыр с помидорами, каперсами и яйцами «По-субботному»**

- 100 г копченого сыра
- 1 крупный помидор
- 3 сваренных вкрутую яйца
- 2-3 ст. ложки каперсов
- зелень петрушки или кинзы и майонез – по вкусу

Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, слейте сок и нарежьте кубиками. Яйца и зелень мелко нарежьте, сыр нарежьте кубиками. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте каперсы и заправьте майонезом.

## **Плавленный сыр с яблоками, помидорами и луком «Гости на пороге»**

- 1 плавленный сырок
- 2 яблока
- 1 помидор
- 1/3 небольшой луковицы
- майонез и соль – по вкусу

Плавленный сыр натрите на крупной терке. Лук нашинкуйте соломкой и промойте холодной кипяченой водой для удаления горечи. Помидор нарежьте дольками. Яблоки очистите от кожуры, сердцевин и нарежьте ломтиками. Смешайте все подготовленные продукты, посолите и заправьте майонезом.

## **Апельсины с яблоками, лимонным соком и йогуртом «По-гомеровски»**

- 250 г твердого сыра
- 2 апельсина
- 2 яблока
- 150 г натурального йогурта
- 50 г сахара
- лимонный сок – по вкусу

Сыр, апельсины и очищенные от кожуры и сердцевинки яблоки нарежьте кубиками. Йогурт смешайте с сахаром, лимонным соком и залейте полученной смесью подготовленные продукты. Салат осторожно перемешайте и оставьте на 40 минут при комнатной температуре.

## **Яблоки с горчицей, майонезом и зеленым салатом «Притягательные»**

- 100 г любого сыра
- 1-2 яблока
- 2 ч. ложки горчицы
- майонез, зеленый салат, сахар и соль – по вкусу

Яблоки очистите от кожуры, сердцевинки и нарежьте вместе с сыром кубиками. Смешайте майонез с горчицей, добавив сахар и соль. Полученной смесью залейте яблоки с сыром. Подавайте, посыпав нарезанными листьями зеленого салата.

## **Слоеный салат с печенью, корейской морковью, яйцами и картофелем «Переливчатый»**

- 300 г твердого сыра
- 500 г любой вареной печени
- 200 г моркови по-корейски
- 2-3 сваренные в мундире и очищенные картофелины
- 2-3 луковицы
- 5 сваренных вкрутую яиц
- майонез и уксус – по вкусу

Печень, яйца, картофель и сыр натрите на крупной терке. Лук мелко нарежьте и замаринуйте в уксусе. Подготовленные продукты положите слоями на блюдо, каждый слой, кроме последнего, смазывая майонезом. Первым слоем уложите печень, вторым – лук, третьим – яйца, четвертым – картофель, пятым – морковь по-корейски и шестым слоем – сыр.

## **Слоеный салат с яблоками, черносливом и грецкими орехами «Очи черные»**

- 100 г твердого сыра
- 5 сваренных вкрутую яиц

- 1 зеленое яблоко
- 100 г чернослива
- 100 г ядер грецких орехов
- майонез и соль – по вкусу

Чернослив замочите на несколько минут в кипятке, обсушите, удалите косточки и измельчите мякоть. Отделите белки от желтков и измельчите по отдельности. Яблоки очистите от кожуры, сердцевин и натрите на крупной терке.

Первым слоем уложите натертый на крупной терке сыр и смажьте майонезом. Вторым слоем положите измельченный белок яиц и посолите; третьим – натертое яблоко и смажьте его майонезом; четвертым – измельченный чернослив; пятым – измельченный желток яиц с добавлением соли и майонеза. Подавайте, посыпав измельченными грецкими орехами.

## **Слоеный салат с грецкими орехами, яблоками и морковью по-французски «Все в ажуре»**

- 150 г твердого сыра
- 1 стакан молотых грецких орехов
- 2 зеленых яблока
- 2 шт. средней по величине моркови
- 2 луковицы

- 4 сваренных вкрутую яйца
- 200 г майонеза

Смешайте майонез с молотыми грецкими орехами. Яйца нарубите, лук нашинкуйте и ошпарьте. Яблоки очистите от кожуры, сердцевины и натрите на крупной терке, морковь – на мелкой, сыр – на крупной терке.

Подготовленные продукты уложите слоями, каждый слой, кроме последнего, смазывая смесью из майонеза и грецких орехов. Первым слоем положите рубленые яйца, вторым – лук, третьим – яблоки, четвертым – морковь и пятым слоем – сыр.

## **Красная фасоль с сухариками, чесноком и майонезом «По-быстрому»**

- 100 г любого сыра
- 1 банка консервированной красной фасоли
- сухарики, чеснок и майонез – по вкусу

Сыр нарежьте кубиками, чеснок пропустите через пресс. Фасоль откиньте на дуршлаг и дайте жидкости стечь. Смешайте все подготовленные продукты и заправьте майонезом, добавив сухарики перед подачей.

## **Сырное ассорти с луком-пореем, горчицей, душистым перцем и чесноком «На бис»**

- 200 г сыра гауда
- 200 г швейцарского (эмментальского) сыра
- 200 г лука-порея
- 1 небольшой зубчик чеснока
- 4 ст. ложки овощного бульона
- 2 ст. ложки винного уксуса
- 3 ч. ложки горчицы
- 6 ст. ложек растительного масла
- 1 ч. ложка душистого перца горошком
- соль – по вкусу

Сыр нарежьте длинными кусочками шириной около 1 см. Лук-порей нашинкуйте очень тонкой соломкой, обдайте кипятком и дайте воде стечь. Смешайте сыр и лук-порей и полейте заправкой.

Для заправки смешайте овощной бульон с уксусом, горчицей, растительным маслом и взбейте смесь. Чеснок мелко нарубите с горошинами перца, добавьте к смеси и все тщательно перемешайте.

## **Брынза с цветной капустой, чесноком и грецкими орехами «Царица Тамара»**

- 200 г тертой брынзы
- 300 г замороженной цветной капусты
- 1/2 стакана рубленых грецких орехов
- чеснок, зелень укропа и майонез – по вкусу

Цветную капусту нарежьте небольшими кусочками, немного подержите в кипятке, чтобы вышла горечь, и откиньте на сито. Затем натрите капусту на терке и смешайте с тертой брынзой, нарубленной зеленью укропа, грецкими орехами, пропущенным через пресс чесноком и заправьте майонезом.

## **Фета с огурцами, помидорами, укропом и красным луком «Цвета греческого лета»**

- 1 упаковка сыра фета
- 4 огурца
- 4 помидора
- 2 пучка зеленого салата
- 1 головка красного лука

- 1 ч. ложка яблочного уксуса
- 1/2 пучка укропа
- оливковое масло, перец и соль – по вкусу

Помидоры, огурцы и сыр нарежьте кубиками. Листья салата нарвите на мелкие кусочки. Лук нарежьте полукольцами, зелень укропа измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, посолите, поперчите, сбрызните яблочным уксусом и полейте оливковым маслом.

## **Фета со свеклой, луком и чесноком «По-эгейски»**

- 1 упаковка сыра фета
- 4 шт. свеклы
- 1-2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. ложки оливкового масла
- любая зелень, перец и соль – по вкусу

Лук и чеснок измельчите, обжарьте на оливковом масле, остудите до комнатной температуры и смешайте с сыром фета.

Свеклу сварите или запеките в фольге в духовке, нарежьте кубиками, положите в салатницу, сверху уложите фету с чесноком и луком, посолите и поперчите. Подавайте, посы-

пав рубленой зеленью.

## **Фета с чечевицей, огурцами, сельдереем и салатом-латуком «По-ионически»**

- 80 г сыра фета
- 1/2 стакана чечевицы
- 3/4 стакана нарезанных четвертинками помидоров черри
- 1 огурец
- 2 стебля сельдерея
- салат-латук – по вкусу

*Для заправки:*

- 3 ст. ложки лимонного сока
- 1 зубчик чеснока
- 1/2 ч. ложки сушеного тимьяна
- 1 1/2 ст. ложки оливкового масла
- 1/8 ч. ложки перца
- 1/4 ч. ложки соли

Чечевицу залейте водой так, чтобы уровень воды был выше чечевицы примерно на 5 см, доведите до кипения, убавьте огонь, накройте крышкой и поварите до готовности около 20 минут.

На дно глубокой посуды уложите листья салата-латука, за-

тем – чечевицу, половинки помидоров черри, нарезанные кубиками огурцы и сыр фета, нарезанные тонкими кружками стебли сельдерея. Подавайте, полив заправкой.

Для заправки чеснок пропустите через пресс и смешайте с лимонным соком, тимьяном, оливковым маслом, перцем и солью. Полученную заправку тщательно взбейте.

## **Фета с огурцами, луком и помидорами «По-коринфски»**

- 250 г сыра фета
- 2 огурца
- 2 небольших помидора
- 2 луковицы
- 2 ст. ложки лимонного сока
- 4 ст. ложки оливкового масла
- перец – по вкусу

Огурцы нарежьте кружками, помидоры – четвертинками, лук измельчите. Лимонный сок и оливковое масло взбейте венчиком. Сыр нарежьте полосками и смешайте с огурцами и помидорами. Добавьте лук и смесь из лимонного сока и оливкового масла. Салат поперчите и перемешайте.

## **Фета с овощами, специями и маслинами**

### **«Настоящий греческий салат»**

- 150 г сыра фета
- 3 помидора
- 1/2 крупного сладкого перца
- 1/2 крупного огурца
- 1/4 головки красного лука
- 1 зубчик чеснока
- 16 маслин без косточек
- 1 1/2 ст. ложки лимонного сока
- 1/4 ч. ложки сушеного орегано
- 1/4 ч. ложки измельченной зелени базилика
- 1/4 ч. ложки молотого черного перца
- оливковое масло и соль – по вкусу

Огурец и сладкий перец нарежьте одинаковыми по размеру ломтиками, чеснок – как можно мельче, помидоры – тонкими дольками, лук – тонкими кружками. В салатник положите огурцы, посыпав их чесноком, затем – помидоры, поверх них – сладкий перец и затем – разобранный на колечки лук.

Смешайте орегано, базилик, черный перец, соль, посыпьте этой смесью овощи и слегка встряхните салатник. Добавьте маслины и нарезанный маленькими кубиками сыр фета.

Полейте салат лимонным соком и сбрызните оливковым маслом.

## **Голубой сыр с яблоками, зеленым салатом и грецкими орехами «Средиземноморская радуга»**

- 50 г голубого сыра
- 2 зеленых кислых яблока
- 2 красных сладких яблока
- 1 горсть рубленых грецких орехов
- листья зеленого салата – по вкусу

*Для заправки:*

- 1 1/2 ст. ложки лимонного сока
- 2 ст. ложки меда
- 1 ч. ложка оливкового масла
- 1 щепотка соли
- перец – по вкусу

Яблоки очистите от кожуры, сердцевинки и нарежьте ломтиками. Нарвите листья зеленого салата, уложите в салатницу, добавьте яблоки, нарезанный кусочками сыр и рубленые грецкие орехи.

# 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.