

КНИГА для записи рецептов

В каждой семье есть любимые кулинарные рецепты, которые передаются из поколения в поколение. Записанные в старых тетрадях или блокнотах, они часто теряются или их становится трудно читать. Чтобы сохранить ваш кулинарный опыт, предлагаем воспользоваться нашим изданием. В нем вы найдете лучшие рецепты салатов, супов, мясных, рыбных и овощных блюд, соусов, выпечки и консервации, а также множество полезных советов. Благодаря удобному формату и красивому оформлению записывать в него рецепты — сплошное удовольствие! Ваши близкие по достоинству оценят самую вкусную кулинарную книгу, которую... вы составите сами!

www.ksdbook.ru

ISBN 978-5-9910-2466-2



9 785991 102466 2

www.bookclub.ua

ISBN 978-966-14-5246-5



9 789661 452465

КНИГА для записи рецептов

Любимые
блюда
моей семьи



КНИГА для записи рецептов



КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА МОЕЙ СЕМЬИ

Книга для записи рецептов



ХАРЬКОВ  КЛУБ
БЕЛГОРОД  СЕМЕЙНОГО
2013  ДОСУГА

УДК 641/642
ББК 36.991
Л93



Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Дизайнер обложки *Ольга Сычак*

ISBN 978-966-14-5246-5 (Украина)
ISBN 978-5-9910-2466-2 (Россия)

- © DepositPhotos.com / yelenayemchuk, Anna Subbotina, обложка, 2013
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2013
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2013
- © ООО «Книжный клуб "Клуб семейного досуга"», г. Белгород, 2013







САЛАТЫ



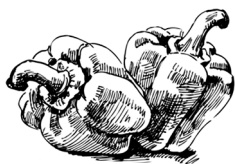
ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ ДЛЯ САЛАТОВ

При приготовлении салатов большинство овощей и, реже, фруктов отваривают. Для того чтобы при варке не потерять большую часть содержащихся в них витаминов и минералов, надо придерживаться следующих правил:

-  овощи следует очищать и нарезать непосредственно перед варкой и варить отдельно в эмалированной посуде: это способствует сохранению в них полезных веществ, особенно витамина С;
-  овощи и зелень кладут в кипящую подсоленную воду, фрукты — в подслащенную. Высокая температура разрушает ферменты и быстро окисляющие витамины, а в холодной воде (30—40 °С) активность ферментов, а вместе с тем и потери витаминов увеличиваются;
-  при варке в большом количестве воды овощи теряют питательные вещества. Лучше всего припускать овощи, т. е. варить в закрытой посуде в небольшом количестве воды или бульона;
-  при варке на пару в овощах сохраняется больше растворимых питательных веществ, чем при варке в воде.

Мясные продукты для салатов используют отварные или жареные — говядину, телятину, свинину, птицу и дичь; рыбу — отварную.

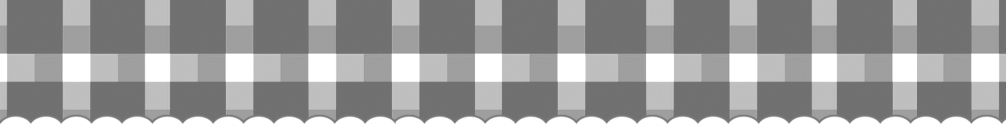
Салаты, как правило, подают на стол холодными. Хранить их нужно в прохладном месте, если нельзя подать на стол сразу после заправки.



Тщательно вымытые овощи, зелень и листья салата являются необходимым условием для получения качественного продукта, поскольку ничто не испортит салат так, как песчинка, попавшая на зуб.



Салат латук рвут на мелкие кусочки руками, не пользуясь ножом.



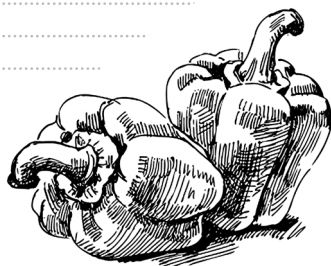
Dotted lines for writing.

Большинство овощей можно нарезать за день до использования; крепкие овощи (такие, как капуста, морковь, вареная свекла) могут быть подготовлены заранее.



Чтобы ингредиенты оставались как можно более сочными, храните нарезанные овощи в холодильнике, завернув их во влажные кухонные полотенца, в пакетах для хранения пищевых продуктов в ящике для салата.

Свежие травы заранее не рубите: они почернеют.



Яйцо куриное	12,7	11,5	0,7	169
Яйцо перепелиное	11,9	13,1	0,6	180

Сравнительная таблица веса и меры продуктов

Наименование продуктов	Стакан	Столовая ложка	Чайная ложка	1 штука
Мука пшеничная	160	25	10	
Мука картофельная	200	30	10	
Крупа гречневая	210	25		
«Геркулес»	90	12		
Крупа манная	200	25	8	
Крупа перловая	230	25		
Крупа ячневая	180	20		
Пшено	220	25		
Рис	230	25		
Фасоль	220			
Горох				
— нелущенный	200			
— лущенный	230			
Сухари молотые	140	20	5	
Масло животное (рас- топленное)	245	20	5	
Молоко				
— цельное	250	20	5	
— сухое	120	20	12	
— сгущенное		30		
Сметана	250	25		
Сало				
— сырое		60		
— топленое	245	20	30	
Масло растительное	230	20		
Морковь средняя				75
Картофель средний				100

Наименование продуктов	Стакан	Столовая ложка	Чайная ложка	1 штука
Лук средний				75
Томат-паста		30	10	
Томат-пюре	220	25	8	
Петрушка (корень)				50
Сельдерей (корень)				100
Огурец				100
Яблоко				100
Помидор				75
Капуста (кочан)				1500
Яблоки сушеные	70			
Изюм	165	25		
Мак	155	15	5	
Сахарный песок	200	25	10	
Соль	325	30	10	
Уксус	250	15	5	
Желатин (порошок)		15	5	
Какао		20	10	

Классификация пищевых добавок

Е 100—Е 181	пищевые добавки и красители
Е 200—Е 296	консерванты, способствующие сохранению продуктов
Е 300—Е 363	антиокислители, замедляющие окисление
Е 400—Е 481	эмульгаторы и стабилизаторы, сохраняющие консистенцию
Е 500—Е 575	разрыхлители, поддерживающие структуру продукта
Е 631—Е 637	ароматизаторы
Е 900—Е 999	антифлемиingi для уменьшения вспенивания

E 1100—E 1105	ферменты, биологические катализаторы
E 1400—E 1450	модифицированные крахмалы для создания необходимой консистенции
E 1510—1520	растворители

Наиболее распространенные пищевые добавки

E 150a	сахарный колер
E 152	уголь
E 160a	каротины
E 160c	экстракт паприки
E 162	красный свекольный бетанин
E 164	шафран
E 260	уксусная кислота
E 296	яблочная кислота
E 406	агар
E 420	сорбит и сорбитовый сироп
E 440	пектины, желатин
E 422	глицерин
E 460	целлюлоза
E 637	эфирные масла спиртовые, водно-спиртовые, аромат копчения, ванилин
E 901	воск пчелиный белый и желтый
E 902	воск свечной
E 905c	парафин
E 908	воск рисовых высевок
E 1510	спирт этиловый
E 1420	крахмал ацетилованный

Пищевые добавки, которых следует избегать

Красители: 102, 104, 107, 110, 122—124, 127—129, 132, 133, 142, 151, 155, 160b.

Консерванты: 200—203, 210—213, 220—225, 228, 249—252, 280—283, 310—312, 319—321.

Загустители: 407.

Усилители аромата: 620—625, 627, 631, 635.

Искусственные заменители сахара: 950—952, 954—957.

Пищевые добавки, которые зачастую производятся с использованием ГМО: Е 101, Е 101А, Е 150, Е 415, и Е 322 (соевый лецитин).

Кулинарный словарь

Абилировать — очистить, провести полную и тщательную первичную обработку пищевого сырья животного происхождения: ощипать, выпотрошить и опалить птицу; снять с мяса кожу, поверхностную пленку, удалить сухожилия; очистить рыбу от чешуи, слизи, колющих плавников, щитков (у осетровых), а также выпотрошить и промыть.

«Аль денте» — в переводе с итальянского «на зуб». Этот термин означает хорошо приготовленные макаронные изделия и овощи. Если макароны приготовлены «аль денте», значит, они мягкие, но при добавлении уксуса слегка пружинят.

Барбекю — блюда, приготовленные под открытым небом на углях — гриллированные и верченые блюда, то есть все, что жарится над углями на вертеле, шпажках или прутьях.

Бардировать — готовить дичь, птицу для тушения и жарения, то есть обвертывать ее пластинками свиного сала и привязывать крылышки и ножки домашней птицы таким образом, чтобы они не разворачивались во время приготовления и тушку можно было бы равномерно обжаривать со всех сторон.

Бисквит — кондитерское тесто и кондитерский «хлеб», приготовленный из муки, сахара и яиц. Яиц по весу (или объему) должно быть немного больше, чем муки.

Бланманже — все виды непрозрачных (нефруктовых) желе, приготовляемых с использованием молока, яиц, крупы (манной) или муки на желатине с добавлением сахара, пряностей или ароматизаторов.

Бланкетты — прямые, ровно, правильно, параллельными линиями нарезанные кусочки теста или выпечки (бисквитной, слоеной и др.), полуфабрикаты для изготовления пирожных, пряников, печенья.

Бланширование — быстрое отваривание или ошпаривание любого продукта: мяса, рыбы, овощей, фруктов.

Бульон — отвар мяса, домашней птицы, рыбы или овощей. Бульоны могут быть самостоятельным блюдом (супы), а также основой многих соусов и подлив.

Варка — способ приготовления продуктов в воде или молоке, а также в соках и отварах.

Водяная баня — способ приготовления различных пудингов, омлетов, яичных кашек, яично-масляных соусов, при котором возможно избежать перегрева продукта, так как температура при такой варке не превышает 80 °С. Продукт кладут в посуду, помещаемую в емкость с водой, которую доводят до кипения. Вода служит промежуточным теплоносителем.

Выделка теста — заключительный процесс приготовления сдобного теста. Выделкой называется внесение в тесто различных разрыхлителей — соды, пекарского порошка, а также цукатов, орехов, изюма, пряностей и масла.

Вырезать сердцевину — вынуть сердцевину, оставив для кулинарной обработки лишь мякоть яблока, груши, тыквы. Вынимают также семена и жесткую сердцевину (например, у ананаса).

Вяление — вид кулинарной обработки пищевого продукта и одновременно его консервации, родственной сушке, но с незначительным участием тепла или полным его отсутствием в процессе вяления и медленным, постепенным по характеру частичным высушиванием, в результате которого вяленый продукт, в отличие от высушенного, сохраняет мягкую консистенцию и эластичность.

Гарнир — всякое дополнение к основному блюду (к рыбе или мясу) в виде овощей, картофельного пюре и каш.

Гарнировать — придать блюду окончательную внешнюю отделку, красивый внешний вид.

Глазурь — покрытие кондитерских изделий. Тонкая оболочка из сахара или из смеси сахара и шоколада или яиц.

Гнет — груз, положенный на продукты (творог, баклажаны и др.) для отжатия лишней влаги.

Готовить на пару — варить продукт в пароварке над кипящей водой. В таком продукте сохраняются питательные вещества, цвет и вкус.

Гратинировать — запечь блюдо, смазанное сверху кремом, соусом, сметаной или другим легко запекаемым и быстро плавящимся продуктом (например, хлеб, посыпанный тертым сыром), дать чуть-чуть пригореть, принять коричневый цвет.

Грилировать — готовить продукт на сильном прямом огне в гриле. Чтобы зажарить мясо таким способом, лучше использовать сковороду с решеткой, чтобы жир стекал на дно. Всегда следует нагревать гриль, но не сковороду и решетку, иначе продукт пристанет ко дну или решетке.

Дегласировать — добавить к продукту, который жарился в жире, для снятия пригорелости или ощущения жирности чайную ложку сухого красного вина в самом конце приготовления.

Декантировать — медленно и осторожно отделять жидкость от осадка путем отливания.

Десерт — блюда, завершающие трапезу. Не только сладкие тяжелые блюда (пирожные, кексы, шарлотки), но и фрукты, муссы, фруктово-ягодные желе и мороженое.

Жаренье во фритюре — во фритюре продукт должен плавать, целиком погруженный в масло, но не должен достигать дна посуды. Фритюр — сало или нутряной жир. Обжаривание во фритюре идет очень быстро, от нескольких секунд до минуты. Чаще всего так жарят мучные изделия, некоторые овощи, рыбу в кляре.

Жаренье — приготовление продуктов с помощью нагревания в масле или в жирах в металлической посуде.

Желатин — прозрачное клейкое вещество животного происхождения, студнеобразующий раствор которого применяется в кулинарии для приготовления желе, суфле, заливных и холодцов.

Желе — десертное блюдо из фруктовых и ягодных соков, сахара и любого желирующего вещества.

Жюльен — мелкая нарезка овощей для супов и соусов.

Заквашивание — искусственное или самопроизвольное частичное брожение сырых, преимущественно растительных продуктов под действием воды, воздуха и соли.

Заколеровать — поставить уже готовое блюдо (мучное, мясное или блюдо из птицы) на 20—40 секунд в нагретую духовку, чтобы оно приобрело блестящую, золотисто-коричневую корочку.

Закуска — первое блюдо обеда. Бывает холодная и горячая закуска, рыбная, мясная и овощная.

Запекание — разделяется на три вида — открытое (грилирование), закрытое и краткое. Закрытое запекание может быть под крышкой и в фольге. Краткое запекание см. Заколеровать.

Заправка — определенный состав, улучшающий вкус продукта, например салата, супа.

Засахаривание — утрата вареньем, медом, патокой, сахарными сиропами своих естественных свойств (прозрачности, текучести, пластичности) и появление в них частично или во всей массе кристаллизованного «сахара».

Засолка — процесс консервирования (или пресервирования) мяса, рыбы, овощей, грибов, иногда фруктов и ягод (яблоки, виноград, арбузы, лимоны).

Защипка — кулинарный прием для герметизации изделий из теста с начинкой. Каждое изделие защипывают по-своему. Защипки бывают катаными, зубчатыми, рантиком, кармашком, треугольничком, шнуrowые и т. д.

Карамелизировать — нагревать сахар до тех пор, пока он не превратится в сироп и не станет темно-желтого цвета.

Карбовать — надрезать частыми, но неглубокими надрезами, несколько наискосок к поверхности куска мяса, предназначенный для натурального шницеля, антрекота или ромштекса, т. е. для жаривания целиком на сковороде. В эти надрезы могут быть втерты пряности (лук, чеснок, молотый перец).

Кляр — разновидность жидкого теста, приготовленного из муки, яиц, молока, соли, сахара с добавлением растительного масла. Используется для покрытия некоторых продуктов перед жаркой.

Корнет — шприц кондитерский.

Ланспик — выпаренный до состояния желе бульон (мясной, куриный, рыбный), но при этом прозрачный и ароматный, сохраняющий полный вкус продукта, из которого он приготовлен.

Лириовать — загустить суп, соус, мусс, а также фарш или пюре с помощью муки, яиц, крахмалов.

Ликер — крепкий алкогольный напиток, приготовленный на основе спиртов с добавлением соков, а также какао, кофе, меда.

Маргарин — продукт гидрогенизации растительных масел с различными добавками; заменитель сливочного (коровьего) масла. При жарении и выпечке маргарин не расслаивается на составные части; замена половины сливочного масла на маргарин в кондитерских изделиях дает улучшение вкуса и внешнего вида

Мариновать — готовить продукты в крепком рассоле-маринаде. Один вид маринада используют при подготовке мяса, птицы и дичи перед тепловой обработкой, второй — для консервации овощей, фруктов и грибов на длительный срок.

Маскировать — покрывать готовое блюдо еще каким-нибудь продуктом. Чаще всего рыбу и птицу покрывают соусом или желе.

Монтэровать — добавить к соусу кусок холодного (замерзшего) масла непосредственно перед тем, как снять его с огня. Благодаря этому приему соус поднимается, делается воздушным.

Мочение — один из методов консервирования ягод и фруктов.

Мусс — охлажденное желе, взбитое венчиком до пенообразного пышного состояния; подается на десерт.

Надрезать край — сделать ножом аккуратные, неглубокие надрезы на стенках еще не печеных пирогов и тортов из слоеного, песочного или миндального теста, которые сильно крошатся после выпечки, чтобы за столом по этим меткам ровно нарезать пирог или торт.

Нарезка — разделка готового (сваренного, запеченного, жаренного, копченого) продукта (мяса, птицы, рыбы, сыра, колбас) на порционные куски и тонкие ломтики.

Нарубить — нарезать продукт маленькими неровными кусочками размером с горошину.

Обезжиривание — уменьшение жирности готовых мясных, куриных бульонов и соусов. Блюдо должно охладиться, и только после этого с его поверхности снимают жир.

Обжаривание — способ приготовления продуктов, при котором термообработка происходит на сковороде на сильном огне в небольшом количестве масла, чтобы создать корочку на продукте, но не прожаривать его внутри.

О-де-ви — в переводе с французского «вода жизни» — бесцветное бренди, выгнанное из фруктовых соков, самое популярное — киш (с вишневым вкусом) и фрамбуаз (с малиновым вкусом).

Откинуть — выложить в дуршлаг варившиеся в воде овощи или макаронные изделия, чтобы с них стекла вода.

Отсушить — выложить на промокательную бумагу или на решетку жаренное во фритюре изделие, чтобы удалить с него излишний жир.

Оттянуть — осветлить, очистить, сделать прозрачным бульон.

Панировать — обвалять продукт в муке или сухарях.

Пассеровать — обжарить в масле на среднем огне нарезанные мелко овощи до мягкости. Овощи не должны подгореть.

Пекарский порошок — состав, разрыхляющий кондитерское тесто. Его можно заменить смесью соды и лимонной или виннокаменной кислоты (иногда используют углекислый аммоний).

Поджаривание — процесс термообработки, происходящий на сильном огне. Продукты время от времени надо переворачивать. Чаще всего поджаривают фаршеобразные изделия из мяса, рыбы, творога и овощей.

Поширывать — жарить яйца не на масле, а на воде, либо выпуская их в сковороду, где кипит налитая тонким слоем (но не менее 1 см) вода, либо в более глубокую посуду, где вода смешана с кислотой (уксусной, лимонной), например в суп, плотный бульон. Опускать яйца в посуду с водой следует очень медленно, осторожно, избегая «удара» яйца о воду. Поширивание длится обычно 3,5—4 минуты.

Припускать — доводить продукт до готовности на жире и бульоне при слабом кипении.

Пюре — однородная густая гладкая масса из толченых, преимущественно растительных продуктов — картофеля, моркови, а также из бобовых — гороха, фасоли.

Рагу — блюдо из мелких кусочков бараньей или телячьей грудинки и мяса лопатки, вначале обжаренное в масле, затем заколерованное в духовке и тушенное с луком, морковью, репой в соусе из мясного сока и муки.

Сальпикон — фарш, нарезанный маленькими кубиками, обычно из уже готового, мягкого, нежного мяса, но может быть и из овощей.

Соте — вид рагу из мяса, птицы и дичи, а также из рыбы и грибов. Вначале продукт выстаивается в маринаде несколько часов, а затем сравнительно быстро обжаривается.

Томление — приготовление блюд из мяса, рыбы или овощей с помощью медленного, длительного тушения.

Тушение — способ приготовления блюд из мяса и овощей, при котором продукт сначала нарезается кусочками, что обжаривают-

ся на сильном огне до образования корочки, а затем в смеси бульона или воды и масла их нагревают под крышкой до полного или частичного выпаривания жидкости.

Фарширование — кулинарный прием, при котором внутреннюю полость целых продуктов (курица, утка, гусь, тыква, кабачок, щука, карп) начинают фаршем из других продуктов (овощи, фрукты, крупы) или из части того же продукта (мясо, рыба, птица), смешанного с пряностями.

Филе — лучшая, самая нежная и вкусная часть мяса домашних животных, птицы, дичи и рыбы.

Фламбировать — обжигать пламенем для придания окончательного вкуса и даже в большей степени для соответствующего кулинарно-декоративного эффекта уже поданное на стол блюдо. Его обливают небольшим количеством спирта или коньяка и поджигают.

Фраппировать — охладить блюдо, пищевое изделие или напиток для улучшения его вкуса, а также для придания воздушности тесту перед посадкой в печь.

Фритюр — поварской жир и поварской прием, при котором применяется этот жир. Фритюр — это обычно растопленное нутряное свиное сало, иногда с добавлением растительного масла, помещенное в специальную глубокую посуду (фритюрница) и доведенное перекаливанием до состояния тихого кипения.

Шпиговать — делать поварской иглой или ножом проколы вдоль волокон в мясе, заложить в них кусочки шпика или овощей, моркови, корня петрушки и чеснока.

Шприцевать — украшать готовое изделие кремом или маслом из кондитерского мешка.

Щепотка — мера сухого порошкообразного вещества — столько его может поместиться между плотно сложенными тремя пальцами правой руки: большим, указательным и средним.

Ястык — тонкая оболочка в брюшке рыбы, заполненная икрой.

Видання для організації дозвілля

**Улюблені страви моєї родини.
Книга для запису рецептів**
(російською мовою)

Укладач *КАЯНОВИЧ Людмила Леонідівна*

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *Т. Н. Куксова*
Художній редактор *С. В. Місяк*
Технічний редактор *М. С. Жубр*

Підписано до друку 25.04.2013. Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Мініон». Ум. друк. арк. 16,8. Наклад 70 000 пр. Зам. №

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а.
E-mail: corp@bookclub.ua

Віддруковано з готових діапозитивів
у ДП «Видавництво та типографія “Таврида”»
95040, Україна, АРК, м. Сімферополь, вул. Ген. Васильєва, 44

Издание для досуга

**Любимые блюда моей семьи.
Книга для записи рецептов**

Составитель *КАЯНОВИЧ Людмила Леонидовна*

Главный редактор *С. С. Скляр*
Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Г. Веремей*
Редактор *Т. М. Куксова*
Художественный редактор *С. В. Мисяк*
Технический редактор *М. С. Жубр*

Подписано в печать 25.04.2013. Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Мініон». Усл. печ. л. 16,8. Тираж 70 000 экз. Зак. №

ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”»
308025, г. Белгород, ул. Сумская, 168

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ДП «Издательство и типография “Таврида”»
95040, Украина, АРК, г. Симферополь, ул. Ген. Васильєва, 44

Издательство Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
www.trade.bookclub.ua

ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА

МОСКВА

Бертельсманн Медиа Москау АО
129110, г. Москва, пр. Мира, 68, стр. 1-А
тел. +7 (495) 688-52-29
+7 (495) 984-35-23
e-mail: office@bmm.ru
www.bmm.ru

ДП с иностранными инвестициями
«Книжный Клуб

ДОНЕЦК

ООО «ИКЦ «Кредо»»
83096, г. Донецк, ул. Куйбышева, 131-Г
тел. +38 (062) 345-63-08, +38 (062) 348-37-92, +38 (062) 348-37-86
e-mail: fenix@kredo.net.ua
www.kredo.net.ua

“Клуб Семейного Досуга”»
61140, г. Харьков-140,
пр. Гагарина, 20-А
тел/факс +38 (057) 703-44-57
e-mail: trade@bookclub.ua
www.trade.bookclub.ua

КИЕВ

ЧП «Букс Медиа Тойс»
04655, г. Киев, пр. Московский, 10-Б, оф. 33
тел. +38 (044) 351-14-39,
+38 (067) 572-63-34,
e-mail: booksmt@rambler.ua

ЗАПОРОЖЬЕ

ФЛП Савчук Ю.Д.
69057, г. Запорожье, ул. Седова, 18
тел. +38 (050) 347-05-68
e-mail: vega_center@i.ua

Одесское
подразделение

65063, г. Одесса, ул. Армейская, 8-В
тел. +38 (048) 776-07-67
e-mail: odessa@bookclub.ua

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

УКРАИНА

служба работы с клиентами:
тел. +38 (057) 783-88-88
e-mail: support@bookclub.ua
Интернет-магазин: www.bookclub.ua
«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

РОССИЯ

служба работы с клиентами:
тел. +7 (4722) 22-25-25
e-mail: order@flc-bookclub.ru
Интернет-магазин: www.ksdbook.ru
«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

Любимые блюда моей семьи. Книга для записи рецептов /
Л93 сост. Л. Л. Каянович. — Харьков: Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»; Белгород: ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»», 2013. — 320 с.

ISBN 978-966-14-5246-5 (Украина)

ISBN 978-5-9910-2466-2 (Россия)

УДК 641/642

ББК 36.991