

Горячий борщ, сытные голубцы, фаршированный перец, традиционные вареники — такие любимые и привычные блюда... Если хочется разнообразия в холодильнике, попробуйте рецепты из этой книги — и знакомые блюда приобретут свежий вкус. Удивите родных борщом со сладким перцем, добавив для пикантности кукурузы, а привычные котлеты приготовьте из лосося в кунжуте. А как насчет голубцов с булгуром или цветной капусты под соусом бешамель? Вареники с мясом из заварного теста, творожные галушки с клубникой, оладьи из тыквы с корицей, банановые сырники с овсянкой, рыбная солянка, куриные рулетики с болгарским перцем и сыром, фрикадельки по-техасски — оригинальное и вкусное угощение из простых продуктов.

www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-5949-2



9 786171 259492

Мария Жукова

СВЕЖИЙ ВКУС ЗНАКОМЫХ БЛЮД

Мария Жукова

СВЕЖИЙ ВКУС ЗНАКОМЫХ БЛЮД



Мария Жукова

**СВЕЖИЙ
ВКУС ЗНАКОМЫХ
БЛЮД**

УДК 641.5
Ж86



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

Дизайнер обложки *Алина Белякова*

Видання для організації дозвілля

Издание для досуга

ЖУКОВА Марія

ЖУКОВА Мария

Свіжий смак знайомих страв

(російською мовою)

Свежий вкус знакомых блюд

Керівник проекту *С. І. Мозгова*
Відповідальний за випуск *А. В. Альошичева*
Редактор *Л. Г. Фадеева*
Художній редактор *А. В. Белякова*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*

Руководитель проекта *С. И. Мозговая*
Ответственный за выпуск *А. В. Алешичева*
Редактор *Л. Г. Фадеева*
Художественный редактор *А. В. Белякова*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*

Підписано до друку 01.04.2019.
Формат 70x108/16. Друк офсетний.
Гарнітура «HeliosCond». Ум. друк. арк. 6,45.
Наклад 6000 пр. Зам. №

Подписано в печать 01.04.2019.
Формат 70x100/16. Печать офсетная.
Гарнитура «HeliosCond». Усл. печ. л. 6,45.
Тираж 6000 экз. Зак. №

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

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
Св. № ДК65 от 26.05.2000
61140, Харьков-140, просп. Гагарина, 20а
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано у ПрАТ
«Білоцерківська книжкова фабрика»
Свідоцтво ДК № 5454 від 14.08.2017 р.
09117, м. Біла Церква, вул. Леся Курбаса, 4
Тел./Факс (0456) 39-17-40
E-mail: bc-book@ukr.net;
сайт: <http://www.bc-book.com.ua>

Отпечатано в ЧАО
«Белоцерковская книжная фабрика»
Свидетельство ДК № 5454 от 14.08.2017 г.
09117, г. Белая Церковь, ул. Леся Курбаса, 4
Тел./Факс (0456) 39-17-40
E-mail: bc-book@ukr.net;
сайт: <http://www.bc-book.com.ua>

ISBN 978-617-12-5949-2

© DepositPhotos.com / Gorobina, unixx.0@gmail.com, timolina, Nalga, обложка, 2019
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2019
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2019



Классический вкус знакомых блюд когда-то тоже был новинкой или экспериментом. Использование новых продуктов в привычных кулинарных рецептах, поиск наиболее удачных их сочетаний происходили на протяжении всей истории человечества. Международные связи давали возможность узнавать новые продукты и заимствовать кулинарный опыт других стран.

Благодаря этому кулинария развивается и совершенствуется.

Разрабатываются новые сочетания ингредиентов, новые соусы, десерты, салаты, способы приготовления и подачи блюд. Следует иметь в виду, что продукты, собранные в одном блюде, должны сочетаться по вкусу и дополнять друг друга. Сориентироваться в море рецептов вкусной еды поможет эта книга. Любая хозяйка найдет в ней много полезного для себя. Большинство приведенных здесь блюд состоят из доступных продуктов, а их приготовление не отнимет много времени и не потребует глубоких кулинарных знаний. Главное — выбирать качественные продукты и тщательно придерживаться пропорций и последовательности приготовления.

Книга станет путеводителем как для опытных кулинаров, так и для тех, кто только приобщается к тонкостям кулинарного искусства.





Украинский борщ с перцем и лимоном

Ингредиенты

300 г говядины	1 зубок чеснока
200 г картофеля	2 ст. л. растительного масла
200 г белокочанной капусты	2 ст. л. томатной пасты
200 г свеклы	сок 1 лимона
150 г моркови	1½ ст. л. сахара
100 г болгарского перца	соль, перец, паприка,
2 головки репчатого лука	хмели-сунели по вкусу

В кастрюле вскипятить 2,5 л воды. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю с кипящей водой и варить примерно 1 час. Картофель нарезать кубиками, положить в кастрюлю к мясу, варить 15 минут. Свеклу и морковь натереть на терке. Болгарский перец нарезать соломкой. Лук нарезать, обжарить на растительном масле до прозрачности. Добавить свеклу, обжарить, перемешивая, около 5 минут. Затем влить немного бульона из кастрюли, добавить сахар, перемешать и тушить под крышкой до мягкости. Добавить морковь, болгарский перец, томатную пасту, тушить 5 минут. В конце приготовления добавить лимонный сок и снять с огня. Капусту нашинковать, положить в кастрюлю к мясу и картофелю, варить 5—7 минут. Затем выложить в борщ тушеные овощи, добавить соль, специи, варить до готовности. В конце приготовления добавить мелко нарубленный чеснок, довести до кипения и снять с огня. Готовому борщу дать настояться под крышкой 10 минут.





Томатный суп с лапшой и цветной капустой

Ингредиенты

500 г говядины

100 г лапши

300 г картофеля

150 г цветной капусты

150 г свеклы

150 г моркови

1 головка репчатого лука

2 зубка чеснока

2 ст. л. томатной пасты

1 ч. л. уксуса

соль, молотый черный перец по вкусу

2 ст. л. растительного масла

сметана и свежая зелень для подачи

Мясо вымыть, положить в кастрюлю целым куском, залить 2,5 л холодной воды. Довести до кипения и варить до готовности, около 1—1,5 часа. Готовое мясо вынуть из бульона, нарезать небольшими кусочками. Цветную капусту разобрать на соцветия, залить подсоленной холодной водой на 10 минут, затем откинуть на дуршлаг. Свеклу натереть на крупной терке или тонко нашинковать, обжарить на 1 ст. л. масла. Влить немного горячего бульона, тушить под крышкой до мягкости. Добавить томатную пасту и уксус, перемешать и тушить еще 2 минуты. Лук нарезать, обжарить отдельно в оставшемся масле. Добавить тертую морковь, обжарить до мягкости. Картофель нарезать небольшими кубиками, положить в кипящий бульон, варить 15 минут. Добавить в суп лапшу и цветную капусту, варить 5 минут. Затем положить тушеную свеклу, обжаренные овощи, кусочки мяса, мелко нарубленный чеснок, соль, перец, варить до готовности. Суп снять с огня и дать настояться под крышкой 20 минут. Подавать со сметаной и свежей зеленью.





Борщ с кукурузой и сладким перцем

Ингредиенты

500 г куриных голеней
200 г картофеля
200 г белокочанной капусты
100 г болгарского перца
100 г помидоров
200 г свеклы
100 г моркови
100 г корня петрушки

1 головка репчатого лука
3 зубка чеснока
1/2 пучка укропа
3 ст. л. консервированной кукурузы
2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. томатной пасты
соль, черный перец горошком,
лавровый лист по вкусу
сметана и лимон для подачи

Куриные голени вымыть, положить в кастрюлю, влить 2,5 л холодной воды. Довести до кипения и варить на умеренном огне до готовности, периодически снимая пену. Свеклу натереть на крупной терке, обжарить на 1 ст. л. масла. Влить немного горячего бульона, тушить под крышкой до мягкости. Добавить томатную пасту, перемешать и тушить еще 2 минуты. Лук нарезать, обжарить отдельно в оставшемся масле. Добавить тертую морковь и корень петрушки, обжарить до мягкости. Затем положить в сковороду к овощам нарезанные помидоры, тушить 3 минуты. Картофель нарезать небольшими кубиками, положить в кастрюлю с мясом, варить 15 минут. Болгарский перец и капусту тонко нашинковать, добавить в кастрюлю, варить 5 минут. Затем положить консервированную кукурузу, тушеную свеклу, обжаренные овощи, лавровый лист, соль, перец, варить до готовности. В конце приготовления всыпать мелко нарубленный чеснок и измельченную зелень укропа, довести до кипения и снять с огня. Готовому борщу дать настояться под крышкой 20 минут. Подавать со сметаной и тонко нарезанными ломтиками лимона.

Густой зеленый борщ с консервированным щавелем

Ингредиенты

500 г говядины с косточкой

500 г картофеля

100 г моркови

1 головка репчатого лука

300 г консервированного щавеля

2 ст. л. манной крупы

3 отварных яйца

20 г сливочного масла

соль, лавровый лист,

молотый черный перец по

вкусу

сметана и зелень для подачи

Мясо вымыть, положить в кастрюлю целым куском, залить 2,5 л холодной воды. Довести до кипения и варить до готовности, около 1—1,5 часа. Готовое мясо вынуть из бульона, отделить от костей, нарезать небольшими кусочками. Лук нарезать, обжарить на сливочном масле. Добавить тертую морковь, обжарить до мягкости. Картофель нарезать небольшими кубиками, положить в кипящий бульон, варить 15 минут. Добавить обжаренные овощи и мясо, довести до кипения. Постепенно всыпать манную крупу, аккуратно перемешивая, чтобы не образовалось комочков, варить 5 минут. Добавить в суп консервированный щавель, лавровый лист, соль, перец, варить до готовности. Снять с огня и дать настояться под крышкой 10 минут. Подавать, положив в каждую порцию ломтики отварных яиц, сметану и посыпав рубленой зеленью.



Капустняк полтавский с квашеной капустой

Ингредиенты

400 г свинины с салом
(окорок или ребрышки)

100 г риса

400 г картофеля

400 г квашеной капусты

100 г свежих

или консервированных помидоров

200 г моркови

2 головки репчатого лука

2 зубка чеснока

3 ст. л. растительного масла

1 ст. л. томатной пасты

соль, молотый черный перец по вкусу

сметана и зеленый лук для подачи

Мясо вымыть, положить в кастрюлю целым куском, залить 2,5 л холодной воды. Довести до кипения и варить до готовности, около 1—1,5 часа. Готовое мясо вынуть из бульона, отделить от костей, нарезать небольшими кусочками. В кипящий бульон положить мелко нарубленную квашеную капусту, варить 30—40 минут. Лук нарезать, обжарить на масле. Добавить тертую морковь, обжарить до мягкости. Затем положить в сковороду к овощам нарезанные ломтиками свежие или консервированные помидоры, томатную пасту, тушить 2 минуты. Картофель нарезать небольшими кубиками. Рис тщательно промыть. Картофель и рис положить в суп, варить 20 минут. Добавить тушеные овощи, мясо, измельченный чеснок, соль, перец, варить до готовности. Снять с огня и дать настояться под крышкой 10 минут. Подавать со сметаной, посыпав рубленным зеленым луком.





Капустняк со свежей капустой

Ингредиенты

600 г мяса
100 г пшена
300 г картофеля
500 г белокочанной капусты
100 г моркови
1 головка репчатого лука
1 ст. л. растительного масла
соль и специи по вкусу



Мясо промыть, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить 2 л холодной воды, довести до кипения и варить до готовности. Пшено хорошо промыть, положить в кастрюлю к мясу, варить 15 минут. Картофель нарезать небольшими кубиками, положить в суп, варить 10 минут. Морковь очистить, вымыть, нарезать круглыми или полукруглыми ломтиками толщиной 5 мм, добавить в суп, варить 10 минут. Затем положить в суп нашинкованную капусту, варить 5 минут. Лук нарезать, обжарить в масле, выложить в суп. Добавить соль, специи по вкусу, варить до готовности. Готовому супу дать настояться под крышкой 10 минут.





Содержание

Украинский борщ с перцем и лимоном	4
Томатный суп с лапшой и цветной капустой	5
Борщ с кукурузой и сладким перцем	6
Густой зеленый борщ с консервированным щавелем	7
Капустняк полтавский с квашеной капустой	8
Капустняк со свежей капустой	9
Капустняк с лососем и молодой капустой	10
Солянка сборная мясная с маслинами	11
Рыбная солянка	12
Солянка сборная из субпродуктов	13
Рассольник с карри	14
Свекольник с чечевицей	15
Голубцы из молодой капусты с булгуром	16
Ленивые голубцы	17
Постные голубцы с рисом и морковью	18
Голубцы с рисом и грибами	19
Фаршированный перец с мясом, рисом и овощами	20
Фаршированный перец с рисом и брынзой	21
Помидоры, фаршированные сыром и баклажанами	22
Кабачки, фаршированные мясом и помидорами	23
Волынские крученики	24
Куриные завиванцы с беконом	25
Куриные рулетики с болгарским перцем и сыром	26
Куриные рулетики со спаржевой фасолью	27
Пожарские котлеты с сыром	28
Котлеты по-киевски	29
Котлеты «Кордон блю» из индейки	30
Шницель из телятины	31

Рубленые котлеты из свинины	32
Куриные котлеты по-французски	33
Фрикадельки в томатном соусе	34
Фрикадельки по-техасски	35
Котлеты из лосося в кунжуте	36
Нежные котлеты из щуки	37
Котлеты из трески с творогом	38
Рыбные наггетсы	39
Вареники с картофелем.	40
Вареники с мясом из заварного теста	41
Украинские вареники с вишней	42
Вареники с капустой	43
Ленивые вареники.	44
Творожные галушки с клубникой	45
Пельмени по-домашнему.	46
Куриные пельмени	47
Картофельные клецки	48
Картофельные клецки с мясом по-белорусски	49
Оладьи из тыквы с корицей	50
Оладьи из брокколи с сыром	51
Морковные оладьи	52
Картофельные оладьи	53
Деруны	54
Творожные оладьи с изюмом	55
Сырники с орехами и изюмом	56
Банановые сырники с овсянкой	57
Сырники с шоколадной начинкой	58
Соленые сырники с луком и яйцом	59
Творожно-морковные зразы с яблоками	60
Картофельные зразы с капустой	61
Куриные зразы с авокадо	62





Картофельные зразы «Сен-Флорентен»	63
Мясные зразы с грибами и сыром	64
Зразы по-польски	65
Паштет из куриной печени	66
Паштет из копченой скумбрии	67
Паштет из белой фасоли с чесноком и зеленью	68
Паштет из авокадо и зеленого горошка	69
Лечо по-болгарски	70
Французский рататуй	71
Овощное рагу с брюссельской капустой	72
Цветная капуста под соусом бешамель	73
Цукини, запеченные с грибами и помидорами	74
Картофельная запеканка с лисичками и сыром	75
Запеканка из рыбы с брокколи	76
Рисовая запеканка с цукини	77