



Ленивые рецепты

Кулинарная книга для тех, кто экономит свое время

Ленивые рецепты

Хотите приготовить что-то вкусное, но рецепт блюда требует слишком много времени на приготовление? В этой книге собраны самые быстрые, самые «ленивые» рецепты, которые помогут сэкономить время и побаловать себя и близких полноценным завтраком, обедом или ужином. Все ингредиенты блюд — доступные и недорогие. Готовить быстро, без присутствия на кухне? Легко! Традиционные «длинные» рецепты классических угощений в «быстром» варианте. Салаты, закуски, основные блюда, выпечка и десерты — оставьте время на отдых, а еда приготовится сама!

- Рулет сырно-чесночный быстрый
- Омлет грибной
- Вареники ленивые с картофелем
- Плов с сухофруктами сладкий
- Пицца на сковороде «Пятиминутка»
- Торт «Наполеон» ленивый



www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-4654-6



9 786171 246546



Ленивые рецепты

*Кулинарная книга для тех,
кто экономит свое время*

УДК 641/642
Л45



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

Дизайнер обложки *Юлия Дзекунова*

ISBN 978-617-12-4654-6

- © DepositPhotos.com / venakr, fotovincek, Anna_Shepulova, elena.hramova, seqoya, обложка, 2018
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2018
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2018

ВВЕДЕНИЕ

Как часто у современных хозяек не остается времени для долгого и вдумчивого приготовления пищи! Но кормить родных полуфабрикатами так не хочется... Специально для тех хозяюшек и хозяев, которые ценят домашнюю пищу не меньше, чем свое время, и создана эта книга. В ней представлены облегченные, «ленивые» версии многих привычных блюд — ленивые вареники, голубцы, отбивные, беляши, чебуреки, хачапури. А еще множество рецептов, которые не потребуют вашего постоянного присутствия на кухне. Это запеченные в духовке или тушеные рыба, курица, мясо, овощи. И, конечно же, рецепты аппетитных угощений, на подготовку продуктов и приготовление которых не нужно много времени. Позвольте дать несколько советов, которые вам пригодятся, чтобы облегчить кухонные хлопоты.

1. Заранее продумайте, что будете готовить.
2. Активно используйте кухонную технику.
3. Привлекайте к кулинарии других членов семьи.
4. Готовьте в хорошем настроении под любимую музыку или фильмы.
5. Экспериментируйте и доверяйте своей кулинарной интуиции.
6. Имейте запас продуктов на случай, если вам не захочется готовить: консервы, замороженные котлеты, пельмени и т. д. Они могут быть как магазинными, так и домашними.

ЗАКУСКИ, БУТЕРБРОДЫ

Торт закусочный «Наполеон»

1 упаковка вафельных коржей, 500 г отварного куриного филе, 500 г шампиньонов, 1 крупная головка репчатого лука, 50 г измельченных грецких орехов, 100 г сыра, 30 г сливочного масла, майонез, зелень по вкусу

Грибы нарезать ломтиками, лук нашинковать, обжарить в сливочном масле до готовности. Куриное филе измельчить. На первый вафельный корж выложить остывшие грибы. На него положить следующий корж, смазать майонезом и выложить филе. Накрыть следующим коржом, положить тертый сыр и зелень. Последовательность повторить. Верхний корж слегка смазать майонезом, посыпать рублеными орехами. Торт поставить в духовку или микроволновую печь, чтобы расплавился сыр. Дать остыть. Разрезать на кусочки и подавать.

Рулет из курицы ленивый

2 куриные грудки, 150—200 г твердого сыра, зелень, соль, специи для птицы по вкусу

Куриные грудки разрезать пополам, чтобы получилось 4 одинаковых толстых пласта, отбить через плен-

ку, натереть солью и специями. Сыр натереть. На лист фольги положить один пласт, посыпать сыром. Повторять с остальной курицей и сыром, верхним должно быть филе. Плотнo завернуть фольгу, чтобы слои не сместились. Затем завернуть еще в один лист фольги. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 40—50 мин. Полностью остудить и только после этого аккуратно снять фольгу (в ней будет много сока). Подавать, нарезав ломтиками и посыпав рубленой зеленью.

Рулет сырно-чесночный быстрый

180—200 г плавленого сыра, 3 яйца, 150 г сметаны, 3 ст. л. муки, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. горчицы, 20 г сливочного масла, 50 г зелени по вкусу

Взбить яйца с мукой и 1 ст. л. сметаны, испечь тонкий омлет на сливочном масле. Сыр натереть, добавить пропущенный через пресс чеснок, горчицу и сметану, перемешать. Омлет смазать сырной начинкой, посыпать мелко нарубленной зеленью и свернуть рулетом. Поставить в холодильник. Перед подачей нарезать ломтиками.

Рулет из ветчины с сыром

300 г ветчины, 400 г сыра, 20 г желатина, 80 г зелени по вкусу

Залить желатин небольшим (примерно 50 мл) количеством холодной воды, дать набухнуть, после чего нагреть на водяной бане до полного растворения. Натереть сыр на мелкой терке, смешать с нашинкованной зеленью и желатином, тщательно перемешать. Приготовленную

сырную массу тонким слоем выложить на пергамент, выложить сверху ветчину и обернуть ее слоем сыра. Приготовленный рулет завернуть в пищевую пленку и поставить в холодильник примерно на 2 ч. Готовое блюдо нарезать ломтиками.

Рулетики из ветчины с помидорами и хреном

200 г ветчины, 1 помидор, 100 г тертого хрена с чесноком, зелень укропа по вкусу

Нарезать ветчину небольшими ломтиками, каждый намазать тертым хреном с чесноком и посыпать мелко нарубленным укропом. Затем свернуть рулетиками, сколоть зубочистками или кулинарными шпажками. Перед подачей украсить блюдо ломтиками помидоров и зеленью.

Роллы огуречные с зеленью

4—5 огурцов, 50 г твердого сыра, 10 веточек укропа, 6 веточек петрушки, 5 веточек сельдерея, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. майонеза, 1 ст. л. сметаны

Огурцы нарезать тонкими пластинами. Сыр натереть, добавить измельченную зелень, сметану, майонез и пропущенный через пресс чеснок. Начинку выложить на край каждого ломтика огурца, аккуратно свернуть рулетом, сколоть шпажкой.

Роллы огуречные с острым творогом

3—4 огурца, 200 г домашнего творога, 3 веточки укропа, 3 зубчика чеснока, 1 ст. л. майонеза, щепотка кориандра

Творог растереть с мелко нарезанным укропом, пропущенным через пресс чесноком, майонезом и специями. Огурцы нарезать вдоль тонкими пластинами, выложить творожную начинку и свернуть рулетами. Сколоть рулеты шпажкой или обвязать перьями зеленого лука.

Роллы огуречные с сырной начинкой

3—4 огурца, 200 г плавленого сыра, 100 г твердого сыра, 1 отварное яйцо, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. сметаны или майонеза, зелень, специи по вкусу

Огурцы нарезать тонкими пластинами. Плавленный и твердый сыр натереть, добавить натертое яйцо, пропущенный через пресс чеснок, сметану или майонез, специи и зелень по вкусу. Выложить начинку на край каждого ломтика огурца, свернуть рулетом, сколоть шпажкой.

Шампиньоны маринованные

1 кг шампиньонов, 1 головка репчатого лука, 2 зубчика чеснока

Для маринада: *100 мл воды, 100 мл уксуса, 2 ст. л. соли, 1 лавровый лист, душистый и черный перец горошком, гвоздика, сушеный укроп по вкусу*

Грибы вымыть, крупные разрезать на 2—4 части. Выложить грибы в кастрюлю, довести до кипения и варить, периодически перемешивая, 20 мин, затем вынуть. Смешать воду, уксус, соль, специи. Грибы пересыпать нарезанным луком и измельченным чесноком, залить маринадом, оставить на 2 часа.

Закуска «Каллы»

1 упаковка плавленого сыра для тостов, 3 отварных яйца, 2 зубчика чеснока, 100 г майонеза, 30 г зеленого лука, 50 г вареной моркови или красной рыбы

Яйца натереть на мелкой терке, смешать с пропущенным через пресс чесноком и майонезом. Смесь уложить на квадраты плавленого сыра, завернуть углы, чтобы получился цветок. В центр каждого бутона вставить полосочку из моркови или красной рыбы, как пестик. Веточки сделать из зеленого лука.

Огурцы малосольные на газированной воде

1 кг мелких огурцов, 1 л газированной воды, 3—4 зубчика чеснока, 2 ст. л. соли, 3 веточки укропа

Положить на дно емкости 2 веточки укропа. Сверху, пересыпая нарезанным чесноком, плотно выложить огурцы со срезанными кончиками. Сверху положить укроп. В газированной воде растворить соль, залить огурцы. Оставить на 5—7 ч при комнатной температуре, затем отправить в холодильник на 8—10 часов.

Кабачки малосольные слайсами

1 кг молодых кабачков, 3 зубчика чеснока, 50 г укропа

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. л. соли, 1,5 ст. л. сахара, 2 лавровых листа, душистый перец и гвоздика по вкусу*

В воду добавить специи, довести до кипения, всыпать соль и сахар. Измельчить зелень укропа и чеснок, моло-

дые кабачки нарезать тонкими слайсами. Выложить кабачки в емкость для соления, пересыпая зеленью и чесноком. Залить теплым рассолом. Оставить при комнатной температуре на 6 ч, затем поставить в холодильник.

Помидоры малосольные

1 кг помидоров, 3 зубчика чеснока, небольшой кусочек корня хрена, по веточке петрушки и укропа

Для рассола: *1 л воды, 1 ст. л. соли, 1 лавровый лист, по 5—6 горошин черного и душистого перца*

На дно подготовленной емкости положить чеснок, корень хрена и зелень. Помидоры проколоть зубочисткой в нескольких местах, выложить сверху. В теплой воде размешать соль, добавить специи. Залить помидоры рассолом, накрыть марлей и оставить на 2 дня при комнатной температуре. Затем хранить в холодильнике.

Кабачки маринованные быстрые

500 г кабачков, 3 зубчика чеснока, 1 веточка укропа, 2 листа черной смородины

Для маринада: *2 ст. л. уксуса, 2 ст. л. соевого соуса, 1,5—2 ст. л. сахара, 2 ч. л. соли, 1 ч. л. острого перца*

Кабачки тщательно вымыть, можно не чистить, и нарезать тонкими ломтиками. Чеснок очистить и нарезать пластинами. Сложить в пол-литровую банку кабачки и чеснок, добавить укроп и листья черной смородины. Смешать уксус, соевый соус, соль, перец и сахар. Влить в банку. Залить кипятком доверху. Слегка взболтать, оставить до остывания.

Цукини и огурцы малосольные в пакете

1 небольшой цукини, 3 огурца, 3 зубчика чеснока, 1—1,5 ч. л. соли, щепотка молотого черного перца, 50 г зелени укропа и петрушки

Цукини очистить от кожуры. Нарезать цукини и огурцы тонкими ломтиками. Чеснок нарезать пластинками. Зелень укропа и петрушки мелко нарубить. Сложить подготовленные продукты в плотный пакет, всыпать соль и черный перец. Пакет прочно завязать и встряхнуть, чтобы все ингредиенты перемешались. Поместить в холодильник на 8—10 часов.

Морковь по-корейски

1 кг моркови, 1 головка чеснока, 6 ст. л. растительного масла, 4 ст. л. уксуса, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли, ½ ч. л. красного острого перца, приправа для моркови по-корейски

Морковь натереть на терке для моркови по-корейски, добавить очищенный и пропущенный через пресс чеснок, специи. Смешать уксус, соль и сахар, залить морковь, перемешать. Влить горячее масло. Поставить на сутки в холодильник.

Сельдерей по-корейски

400 г корня сельдерея, 3—4 зубчика чеснока, 100 мл растительного масла, 1 ст. л. уксуса (9%), 1 ч. л. молотого кориандра, 1 ч. л. паприки, перец чили на кончике ножа, соль и соевый соус по вкусу

Сельдерей нарезать очень тонкой соломкой, залить подсоленной водой, оставить на 3 ч, затем воду слить. Смешать разогретое масло со специями, залить сельдерей. Добавить пропущенный через пресс чеснок, соевый соус и уксус. Поставить в холодильник под гнет на 3 часа.

Перец маринованный сладкий

1 кг мелкого сладкого перца

Для маринада: *4—5 зубчиков чеснока, 150 мл воды, 70 мл растительного масла, 70 мл уксуса, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. сахара*

Перец наколоть вилкой и выложить на смазанный маслом противень. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 10 мин, затем перевернуть и запекать еще 10 мин, пока не появятся коричневые подпалины. Достать противень из духовки. Приготовить маринад: чеснок пропустить через пресс и смешать с остальными компонентами. В емкость с крышкой уложить теплый перец слоями, поливая маринадом. Закрыть крышкой и поставить в холодильник на ночь.

Закуска творожная с чесноком

200 г творога, 2 зубчика чеснока, 20 г укропа, 2 ст. л. майонеза, листья салата и соль по вкусу

Свежий творог тщательно протереть через сито и смешать с нашинкованным укропом и пропущенным через пресс чесноком. Полученную смесь заправить майонезом и посолить, тщательно перемешать до однородного состояния и поставить в холодильник на некоторое время. Салат тщательно вымыть и обсушить, положить на каждый

немного начинки и свернуть лист трубочкой. Подавать к столу сразу после приготовления, украсив по вкусу.

Закуска «Нефертити»

300 г копченой грудинки, 100 г твердого сыра, 10 шт. чернослива без косточек, 1 ст. л. грецких орехов

Опустить чернослив в кипяток и распарить, затем обсушить и нарезать соломкой. Грудинку нарезать тонкими и широкими кусочками. Положить на каждый кусочек грудинки немного чернослива, орехов, тертого сыра, свернуть рулетом и сколоть деревянной шпажкой или зубочисткой. Выложить рулеты в один слой на противень и запекать в духовке на слабом огне около 10 мин. Подавать теплыми.

Крабовые палочки фаршированные

240 г крабовых палочек, 1 банка рыбных консервов в масле, 2 ст. л. отваренного риса, 30 г зеленого лука, соль, перец по вкусу

Рыбные консервы размять вилкой вместе с маслом, смешать с рисом и мелко нарезанным луком. Крабовые палочки развернуть, выложить рыбную начинку и завернуть. Поместить в холодильник на 1—2 ч. Подавать, нарезав ломтиками.

Закуска «Сердце океана»

200 г крабовых палочек, 4 отварных яйца, 150 г сыра, 3 клубня вареного картофеля, 250 г майонеза, 100 г чипсов, листья салата и зелень по вкусу

Крабовые палочки, яйца, сыр и картофель натереть на мелкой терке или измельчить в блендере. Залить майонезом, тщательно перемешать. Из полученной массы сформовать небольшие шарики. Чипсы размять и обвалить шарики в крошке. Подавать на листьях салата, украсив зеленью.

Закуска «Розовый сад»

200 г ветчины, 2 небольших баклажана, 2 зубчика чеснока, листья салата, растительное масло, соль и перец по вкусу

Нарезать баклажаны вдоль тонкими ломтиками, посолить и отставить на 20 мин. После этого смыть с них соль, обсушить бумажным полотенцем и обжарить на сковороде с небольшим количеством растительного масла вместе с давленным чесноком. Ветчину нарезать очень тонкими ломтиками и выложить на ломтики баклажана, свернуть в виде рулетов и закрепить деревянными шпажками, посолить и поперчить по вкусу. Подавать закуску теплой на листьях салата.

Закуска из лаваша с курятиной

1 тонкий лаваш, 200 г копченой курятины, 200 г плавленого сыра, 4—5 ст. л. майонеза, зелень и соль по вкусу

Курятину нарезать небольшими кубиками и смешать с тертым на крупной терке сыром и рубленой зеленью, заправить майонезом, посолить по вкусу и перемешать. Приготовленную смесь выложить на лаваш тонким слоем и свернуть рулетом. Обернуть рулет пищевой пленкой и отправить в холодильник примерно на 30 мин. Перед

подачей к столу пленку снять, нарезать рулет ломтиками, украсить зеленью по вкусу.

Закуска из лаваша с грибами

3 тонких лаваша, 400 г шампиньонов, 2 головки репчатого лука, 300 г сыра, 250 г майонеза, растительное масло, зелень, соль и перец по вкусу

Грибы мелко нарезать и обжарить на сковороде в масле с нарезанным полукольцами репчатым луком, посолить и поперчить по вкусу. Каждый лаваш намазать тонким слоем майонеза, оставшийся майонез смешать с сыром, натертым на крупной терке. На первый лаваш выложить сырную смесь. Накрыть вторым лавашем и выложить сверху смесь обжаренных грибов и лука. Положить третий лист и присыпать его мелко нарезанной зеленью. Все слои лаваша свернуть рулетом, завернуть в пищевую пленку и поместить в холодильник на 2 ч. Перед подачей к столу пленку снять, нарезать рулет ломтиками, украсить зеленью по вкусу.

Рулет с куриным филе

5 тонких лавашей, 350 г вареного куриного филе, 300 г плавленого сыра, 50 г майонеза, 50 мл растительного масла, сметана по вкусу

Куриное филе нарезать кубиками, добавить майонез и тертый сыр, тщательно перемешать. Приготовленной смесью прослоить все лаваша, свернуть рулетом и поставить в холодильник на 1 ч. Затем нарезать рулет ломтиками толщиной около 2 см и обжарить на сковороде.

роде с растительным маслом. Готовое блюдо подавать к столу со сметаной.

Рулет сытный

2 тонких лаваша, 100 г мягкого сыра, 3 сосиски, 1 помидор, 20 г петрушки

Выложить лист лаваша на пищевую пленку и смазать мягким сыром. Сверху разложить мелко нарезанные сосиски и измельченный помидор. Накрыть вторым лавашем, смазать сыром и посыпать нарезанной зеленью петрушки. Свернуть плотным рулетом и поставить в холодильник на 2 ч. Подавать к столу, нарезав ломтиками и украсив зеленью.

Тарталетки с беконом

10—15 готовых вафельных корзиночек, 300 г бекона, 1 головка репчатого лука, ½ стручка перца чили

Бекон нарезать кубиками, лук измельчить, чили без семян нарезать тонкими кольцами. Обжаривать, пока бекон не станет хрустящим. Выложить в вафельные корзиночки.

Торт из лаваша с грибами

1 лист тонкого лаваша

Для начинки: *200 г шампиньонов, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 30 г петрушки, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. растительного масла*

Обжарить грибы на сковороде с растительным маслом вместе с мелко нашинкованными луком и морковью.

Добавить измельченные зелень и чеснок, протушить все и пюрировать. Лаваш разрезать на 4 части, смазать грибным паштетом послойно и выложить друг на друга. Остатки лаваша измельчить и посыпать торт сверху.

«Улитки» с паштетом быстрые

1—2 листа тонкого лаваша, 150 г печеночного паштета, 30 г зеленого лука, 2 ст. л. растительного масла

Лаваша смазать паштетом, посыпать рубленым зеленым луком и свернуть рулетом. Нарезать ломтиками толщиной около 1 см. Обжарить на сковороде с растительным маслом.

«Улитки» с колбасой быстрые

1—2 листа тонкого лаваша, 150 г вареной колбасы, 30 г зеленого лука, 2 ст. л. кетчупа, 2 ст. л. растительного масла

Лаваша смазать тонким слоем кетчупа. Выложить сверху мелко нарезанную колбасу и посыпать нашинкованным зеленым луком. Нарезать ломтиками толщиной около 1 см. Обжарить на сковороде с растительным маслом.

Беляши ленивые

Для теста: 200 мл кефира, 2 яйца, 1—1,5 стакана муки, 1 ч. л. соды, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. сахара

Для начинки: 300—350 г куриного фарша, 1 головка репчатого лука, щепотка молотого черного перца, растительное масло для жарки

Лук мелко нарезать, обжарить до золотистого цвета. Снять с огня и перемешать с фаршем, приправить перцем. Смешать яйца с кефиром, солью, сахаром, растереть. Всыпать муку с содой, должно получиться тесто как для оладий. На сковороде разогреть масло, ложкой выложить порцию теста, на него немного фарша, сверху вылить еще небольшую ложку теста. Обжарить до золотистого цвета, перевернуть и жарить под крышкой до готовности.

Беляши ленивые из вафель

3 яйца, 100 мл молока, вафельные коржи маленькие, соль, растительное масло для жарки

Для начинки: *400 г куриного фарша, 1 головка репчатого лука, зелень, соль, молотый черный перец по вкусу*

Лук измельчить, смешать с фаршем и рубленой зеленью, посолить и поперчить. На вафельный лист положить фарш, накрыть другим листом. Размешать яйца с молоком и щепоткой соли, обмакнуть в смесь вафли с начинкой. Жарить на сковороде с маслом до золотистой корочки, перевернуть, жарить под крышкой на среднем огне.

Чебуреки ленивые с мясом

3 листа лаваша, 1 яйцо, растительное масло для жарки

Для начинки: *400 г фарша, 1 головка репчатого лука, 50 мл воды, соль и специи по вкусу*

Лук мелко нарезать или натереть на терке. Добавить к фаршу, хорошо перемешать, влить воду, добавить соль и специи. Листы лаваша разрезать на квадраты. Края смазать взбитым яйцом. Выложить начинку на половину

квадрата, завернуть треугольником и прижать края вилкой. Обжарить в масле с двух сторон до золотистой корочки.

Чебуреки ленивые с сыром и зеленью

3 листа лаваша, 2 яйца, 50 мл молока, соль и специи по вкусу, растительное масло для жарки

Для начинки: *200 г брынзы или сулугуни, 100—150 г твердого сыра, 20 г зелени по вкусу, 1 зубчик чеснока, 30 г сметаны*

Натереть оба вида сыра, смешать с рубленой зеленью, измельченным чесноком и сметаной. Яйца слегка взбить с молоком. Лаваш нарезать на квадраты, смазать края яичной смесью. Выложить начинку, свернуть треугольниками и прижать края. Обмакнуть чебуреки в яичную смесь и обжарить в разогретом масле с двух сторон до золотистого цвета.

Трубочки с начинкой из фарша

2 листа лаваша, 2 яйца, 50 мл молока, соль, растительное масло для жарки

Для начинки: *400 г мясного фарша, 2 головки репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 100 г сыра, 50 г зелени, соль, молотый черный перец по вкусу*

Фарш с рубленым луком обжарить до готовности, добавить соль, перец, измельченную зелень и чеснок, пропущенный через пресс. Начинку выложить на листы лаваша, посыпать тертым сыром, свернуть трубочкой. Нарезать ломтиками шириной 4—5 см. Взбить яйца с молоком и солью, обмакнуть ломтики в смесь и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Рулетики из печени

500 г телячьей печени, 200 г копченого шпика, 4 яблока, 300 мл куриного бульона, сметана, растительное масло, соль и перец по вкусу

Нарезать печень ломтиками, слегка отбить, посыпать перцем по вкусу. Спелые яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать небольшими ломтиками, копченый шпик нарезать мелкими кубиками. На каждый ломтик печени положить несколько кубиков шпика и немного яблок, свернуть рулетом и сколоть деревянными шпажками или зубочистками. Слегка обжарить рулеты на сковороде, после чего переложить в кастрюлю, залить сверху бульоном, накрыть крышкой и тушить на слабом огне около 30 мин, посолить. Готовые рулеты подавать к столу со сметаной или другим соусом по вкусу.

Кольца кальмара в яйце

200 г кальмаров, 1 яйцо, 3 ст. л. муки, 150 мл растительного масла, соль, черный перец по вкусу

Муку, соль и перец тщательно перемешать. Свежих кальмаров тщательно вымыть, очистить от пленок и внутренностей, нарезать кольцами. Яйцо взбить. Каждое кольцо кальмара обмакнуть в яйцо, обвалять в муке и обжарить на сковороде в разогретом масле с обеих сторон до золотистого цвета. Готовых кальмаров выложить на бумажную салфетку, чтобы с них стекло лишнее масло. Подавать к столу охлажденными с соусом и свежими овощами.

Омлет грибной

50 г грибов, 3 яйца, 50 мл молока, 1 ст. л. растительного масла, зелень, соль и перец по вкусу

Грибы очистить и мелко нарезать, обжарить на сковороде в масле на большом огне, постоянно помешивая, около 5 мин. Яйца взбить с молоком, солью и перцем, залить жареные грибы яичной смесью. Накрыть сковороду крышкой и готовить еще около 20 мин на слабом огне. Подавать к столу, присыпав рубленой зеленью или натертым на крупной терке сыром.

Закуска из яиц с чесноком

5 отварных яиц, 180—200 г плавленого сыра, 2 зубчика чеснока, 50 г майонеза, зелень, молотый черный перец по вкусу

Яйца очистить и разрезать на две половинки. Желтки тщательно растереть с плавленым сыром и мелко нашинкованным чесноком, добавить майонез и молотый перец. Заполнить половинки яичных белков приготовленной смесью. Подавать к столу, полив майонезом и украсив зеленью.

Яйца, фаршированные сельдью и арахисом

10 отварных яиц, 100 г филе сельди, 20 г арахиса, 50 г майонеза, зелень, соль, перец по вкусу

Яйца очистить. С тупого конца яйца срезать верхушку для придания большей устойчивости. Вынуть желток. Срезать немного белка изнутри, тщательно перетереть его

с желтками, добавить филе сельди и очищенный арахис, посолить и поперчить по вкусу. Измельчить приготовленную массу в блендере, добавить мелко нашинкованную зелень. Заполнить приготовленной смесью полости. Подавать закуску к столу, украсив веточками зелени.

Яичница грибная со сметаной

8 яиц, 150 г грибов, 1 головка репчатого лука, 200 г сметаны, 50 г сыра, 50 г сливочного масла, зелень, соль и перец по вкусу

Мелко нашинкованные лук и грибы обжарить на сковороде в небольшом количестве сливочного масла, посолить и поперчить по вкусу. Оставшимся сливочным маслом смазать форму для запекания, выложить туда обжаренные грибы, сверху разбить 6 яиц так, чтобы желтки были целыми, посолить по вкусу. Оставшиеся яйца тщательно размешать со сметаной, добавить по вкусу рубленую зелень и посолить. Этой смесью залить яйца с грибами, сверху посыпать крупно натертым сыром. Запекать в духовке, разогретой до 180 °С, около 15 минут.

Яйца, фаршированные грибами и зеленью

8 отварных яиц, 100 г маринованных грибов, 1—2 ст. л. майонеза, 1—2 ст. л. сметаны, 30 г зеленого лука, 30 г петрушки, 20 г укропа, листья салата, молотый черный перец, соль по вкусу

Зеленый лук и петрушку нарубить. Грибы мелко нарезать. Яйца разрезать вдоль, вынуть желтки, смешать их с грибами, рубленой зеленью, перцем, майонезом.

Нафаршировать этой смесью белки. Фаршированные половинки яиц выложить на листья салата, полить сметаной и украсить веточками укропа.

Яйца, фаршированные черносливом

4 отварных яйца, 8 шт. чернослива, 20 г укропа, майонез по вкусу для заправки

Яйца очистить, разрезать пополам и вынуть желтки. Чернослив замочить в кипяченой воде на 20 мин, обсушить, измельчить. Растереть желтки, чернослив и зелень, заправить майонезом. Наполнить половинки белков.

Закуска из творога и соленых огурцов

200 г творога, 100 г сметаны, 3 соленых огурца, 2—3 зубчика чеснока, 20 г укропа, молотый черный перец по вкусу

Огурцы нарезать кубиками. Чеснок пропустить через пресс. Творог взбить в блендере со сметаной, немного поперчить, добавить огурцы, чеснок, перемешать, выложить на блюдо и украсить веточками укропа.

Закуска сырная на чипсах

1 пачка картофельных чипсов, 1 свежий огурец, 90—100 г плавленого сыра, 2 зубчика чеснока, зелень укропа и петрушки, майонез по вкусу

Огурец нарезать кружочками. Сыр натереть на терке, смешать с рубленой зеленью и чесноком, пропущенным через пресс, добавить майонез, хорошо перемешать.

Полученную массу выложить на чипсы. Сверху положить по кружочку огурца. Сразу подавать на стол.

Закуска с моцареллой и ветчиной

250 г моцареллы, 150 г ветчины, 6 помидоров, 4 ст. л. оливкового масла, свежий базилик, черный молотый перец и соль по вкусу

Помидоры и моцареллу нарезать небольшими кружочками. Выложить на блюдо внахлест, чередуя между собой. Посолить и поперчить по вкусу, украсить веточками зелени. Нарезанную тонкими ломтиками ветчину свернуть рулетами и выложить поверх моцареллы с помидорами. Готовую закуску полить оливковым маслом и поставить в холодильник примерно на 30 минут.

Паштет из куриной печени

500 г куриной печени, 1 головка репчатого лука, 50 г сливок, 80 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, зелень, соль и черный перец по вкусу

Печень вместе с мелко нашинкованным луком обжарить на сковороде в небольшом количестве растительного масла до золотистого цвета. Содержимое сковороды посолить и поперчить по вкусу, влить немного воды, накрыть крышкой, тушить на слабом огне еще около 15 мин и остудить. Переложить приготовленную массу в блендер и тщательно измельчить. Добавить к паштету сливки и слегка разогретое сливочное масло и взбить еще раз. Подавать к столу охлажденным, украсив зеленью.

Помидоры с сыром

3 помидора, 1—2 зубчика чеснока, 100 г твердого сыра, 20 г петрушки, 2—3 ст. л. майонеза, листья салата или черемши, соль по вкусу

Листья салата или черемши выложить на блюдо. Помидоры нарезать кружочками и уложить на листья. Чеснок пропустить через пресс. Посыпать помидоры солью и чесноком, сделать сеточку из майонеза. Сыр натереть на крупной терке, посыпать помидоры. Украсить зеленью петрушки.

Паштет из курицы с сыром и вином

1,2 кг отварной курицы, 100 г сливочного масла, 200 г тертого сыра, 70 мл мадеры, соль, перец, мускатный орех по вкусу

Куриное мясо нарезать кусочками, выложить в чашу блендера. Добавить размягченное масло, тертый сыр, специи и мадеру. Перемешать в однородную массу, охладить и подать на стол.

Паштет из куриной печени с бренди

500 г куриной печени, 125 г сливочного масла, 1 зубчик чеснока, 2 веточки тимьяна, 1 ст. л. бренди, молотый черный перец, соль по вкусу

Нагреть духовку до 150 °С. Перебить блендером сырую печень с чесноком, солью и перцем, 30 г сливочного масла, листьями тимьяна и бренди. Переложить смесь в сма-

занную маслом маленькую форму, накрыть фольгой и поставить в форму большего размера. Налить на дно большой формы кипящей воды так, чтобы она доходила до середины. Запекать в духовке 50 мин. Достать форму из воды и дать остыть. Полить оставшимся растопленным маслом и оставить на несколько минут, чтобы оно застыло. Поставить в холодильник.

Паштет из кабачков и грибов

2 молодых кабачка, 300 г шампиньонов, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 зубчик чеснока, 100 г плавленого сыра, 50 мл растительного масла, 50 мл соевого соуса, соль и специи по вкусу

Кабачки, шампиньоны, лук и морковь нарезать, обжарить в масле до мягкости. Добавить измельченный чеснок, соевый соус, соль, специи, тушить до полного выпаривания жидкости. Овощную массу остудить, выложить в чашу блендера, добавить плавленый сыр и тщательно взбить до однородности.

Паштет сырный с грибами

300 г твердого сыра, 150 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 50 г сливочного масла, 3 ч. л. паприки, 1 ч. л. молотого кориандра, молотый черный перец, соль по вкусу

Грибы нарезать, обжарить в масле вместе с измельченным чесноком, остудить. Грибную массу выложить в чашу блендера, добавить тертый сыр, соль, перец, паприку, кориандр, тщательно взбить. Подавать с хрустящими тостами.

Паштет из консервированной фасоли

1 банка консервированной красной фасоли, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. соли, ¾ ч. л. молотого кумина, по ¼ ч. л. молотого красного острого перца и паприки

Консервированную фасоль измельчить в блендере. Добавить пропущенный через пресс чеснок, лимонный сок, специи, соль. Подливая жидкость из банки, взбить до однородности.

Паштет рыбный простой

1 банка сардин в масле, 2 отварных яйца, 1 небольшая головка лука, 1—2 ст. л. майонеза

Выложить в блендер яйца, сардины вместе с маслом, лук. Измельчить до однородности, добавить майонез и взбить еще раз.

Паштет «Рыбка»

400 г филе белой рыбы, 2 моркови, 100 г сливочного масла, 2 маслины без косточек, соль и специи для рыбы по вкусу

Морковь отварить и очистить. Одну натереть на терке, а вторую нарезать кружочками. Филе рыбы припустить в небольшом количестве подсоленной воды со специями, охладить. Масло заранее достать из холодильника, чтобы оно стало мягким. Филе измельчить в блендере, добавить тертую морковь, масло и взбить. Паштет выло-

жить на блюдо в виде рыбки, сверху уложить кружочки моркови — это будет «чешуя». Маслины нарезать колечками: одно из них будет имитировать «глаз» рыбки, из двух других можно сделать «ротик».

Форшмак

200 г филе сельди, 2 отварных яйца, 1 зеленое яблоко, 1 головка репчатого лука, 100 г сливочного масла, 100 г батона, 50 мл молока, молотый черный перец по вкусу

Яйца очистить. С батона срезать корочку, мякиш положить в молоко на 3—5 мин, затем отжать. Яблоко очистить от кожуры, удалить сердцевину с семенами. Лук очистить. В блендере измельчить сельдь, хлеб, яблоко, яйца. Добавить размягченное масло, взбить до однородности, поперчить по вкусу. Готовую смесь поставить в холодильник на 2—3 часа.

Паштет из сельди с яблоком

250 г филе сельди, 1 яблоко, 1 головка репчатого лука, 150 г пшеничного хлеба, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. лимонного сока, черный перец по вкусу

Яблоко очистить от кожуры, удалить сердцевину с семенами, нарезать кусочками. Лук нарезать полукольцами, выложить в дуршлаг и обдать кипятком. Хлеб размочить в кипяченой воде, отжать. Филе сельди, яблоко, хлеб и лук дважды пропустить через мясорубку или измельчить до однородности с помощью комбайна. Добавить перец, масло и лимонный сок, хорошо перемешать. Готовый паштет охладить.

Паштет из сельди

500 г филе сельди, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1—2 ст. л. растительного масла

Морковь натереть на терке, лук нарезать. Обжарить овощи в масле до мягкости, не жаривать. Остудить. Дважды пропустить через мясорубку вместе с филе сельди, тщательно взбить. Или измельчить и взбить с помощью кухонного комбайна. Готовый паштет охладить.

Сельдь, маринованная в горчичном соусе

600 г филе свежемороженой сельди

Для маринада: *150 г горчицы, 100 мл растительного масла, 1 ст. л. меда, сок ½ лимона, 1 ч. л. соли*

Растительное масло взбить с горчицей, медом и солью, влить лимонный сок, чтобы получился негустой соус. Размороженное филе сельди нарезать небольшими кусочками. Выложить в контейнер с крышкой, поливая слои соусом. Мариновать в холодильнике 1—2 дня.

Сельдь по-киевски

250 г филе соленой сельди, 120 г сливочного масла, 50 г твердого сыра, 100 г пшеничного хлеба, 100 мл молока, 1 ч. л. горчицы, 20 г зелени петрушки, молотый черный перец по вкусу

Замочить в молоке белый хлеб, отжать и вместе с филе пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Полученную массу смешать с размягченным сливочным

маслом, тертым сыром, горчицей, перцем, хорошо перемешать и выложить в селедочницу в форме рыбы. Вилкой сделать узор в виде чешуи, украсить зеленью петрушки.

Сельдь с орехами и яблоками

300 г филе соленой сельди, 200 мл молока, 1—2 зеленых яблока, 1 головка репчатого лука, 3 ст. л. измельченных ядер грецких орехов, 2 отварных яйца, 3 ст. л. майонеза

Филе сельди замочить в молоке на 1 ч. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину с семенами, нарезать соломкой. Лук очистить и мелко нарезать. Яйца нарубить. Филе вместе с орехами пропустить через мясорубку, перемешать с яблоками и луком, выложить на блюдо, посыпать рублеными яйцами, полить майонезом и подавать к столу.

Паштет из баклажанов с кунжутом

1 крупный баклажан, 2 зубчика чеснока, 4 ст. л. семян кунжута, 2—3 ст. л. оливкового масла, 4 ст. л. лимонного сока, соль и молотый черный перец по вкусу

Баклажан смазать маслом, выложить на противень и запекать в разогретой до 200 °С духовке 30—40 мин. Очистить от кожуры. В блендере перебить кунжут с чесноком в пасту. Добавить баклажан, лимонный сок, измельчить до однородности. Посолить и поперчить по вкусу, влить масло, тщательно перемешать. Перед подачей поставить в холодильник на 3 часа.

Паштет из баклажанов

1 крупный баклажан, ½ стакана грецких орехов, 50 г петрушки или кинзы, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. лимонного сока, 2—3 ст. л. растительного масла, соль и перец по вкусу

Баклажан очистить, нарезать кружечками и запечь в разогретой до 200 °С духовке до мягкости. В блендере измельчить орехи, зелень, чеснок. Добавить баклажан, лимонный сок, масло, взбить. Посолить и поперчить по вкусу.

Икра из баклажанов с брынзой

1 кг баклажанов, 100 г брынзы, 1 зубчик чеснока, растительное масло, зелень петрушки

Разогреть духовку до 200 °С. Баклажаны разрезать вдоль, смазать маслом. Запекать до мягкости (20—30 мин). Ложкой вынуть мякоть и переложить в блендер. Добавить раскрошенную брынзу. Все взбить. Добавить немного масла и мелко нарезанный чеснок, взбить еще раз. Переложить в салатник, украсить зеленью петрушки.

Икра кабачковая ленивая

2 кабачка, 1 стручок болгарского перца, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 ст. л. растительного масла, соль и молотый перец по вкусу

Овощи очистить, нарезать кусочками, слегка посолить и поперчить, сбрызнуть маслом. Сложить овощи в рукав для запекания, сделать в нем проколы. Запекать в разо-

гретой до 180 °С духовке 1 ч. Затем осторожно вынуть пакет, разрезать, жидкость слить в отдельную емкость. Овощи пюрировать с помощью блендера. При необходимости добавить овощной сок, досолить.

Икра кабачковая в духовке

2 небольших кабачка, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, 2 ст. л. томатной пасты, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. растительного масла, соль и молотый черный перец по вкусу

Овощи очистить от кожуры. Нарезать кабачки, лук, морковь кубиками, выложить в широкую форму для запекания и полить маслом. Запекать в разогретой до 180 °С духовке 30 мин, перемешать и запекать еще 30 мин. Достать, слить лишнюю жидкость, добавить к овощам томатную пасту, соль и перец. Измельчить блендером, добавить измельченный чеснок, хорошо перемешать.

Помидоры, фаршированные тунцом

3 помидора, 1 банка консервированного тунца, ½ корня сельдерея, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. лимонного сока, зелень по вкусу

Рыбу, сельдерей и чеснок измельчить в блендере вместе с лимонным соком и поставить в холодильник примерно на 2 ч. Свежие помидоры разрезать поперек на 2 половинки, удалить сердцевину, срезать верхушку и нижнюю часть для устойчивости. Выложить на помидоры охлажденную смесь и подавать к столу, украсив зеленью по вкусу.

Кабачки, запеченные с помидорами

1 кг кабачков, 4 помидора, 1 головка репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу

Лук мелко нарезать, обжарить в масле. Кабачки и помидоры нарезать кружочками, выложить в форму слоями, посыпая жареным луком и мелко нарезанной зеленью, посолить. Запекать в разогретой духовке 15—20 мин. Подавать в холодном виде.

«Букет» из фаршированных помидоров

5—7 помидоров, 3 отварных яйца, 1—2 ст. л. сметаны, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу

Помидоры вымыть, сделать острым ножом несколько надрезов крест-накрест глубиной на треть помидора («лепесточки»), аккуратно вынуть мякоть, посолить. Перевернуть помидоры отверстием вниз, чтобы вытек сок. Яйца нарезать небольшими кубиками, смешать со сметаной, солью и рубленой зеленью, заполнить подготовленные помидоры и уложить их на сервировочное блюдо. Из зелени сделать стебли и листья «букета».

Помидоры, запеченные с сыром

5—6 средних помидоров, 100 г ветчины, 100 г сыра, зелень, перец, соль по вкусу

Помидоры вымыть, срезать верхушки и аккуратно вынуть мякоть. Ветчину нарезать маленькими кубиками,

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Закуски, бутерброды.....	4
Салаты	49
Блюда из круп и макарон.....	75
Блюда из творога и сыра.....	88
Блюда из овощей и грибов	96
Блюда из птицы	145
Блюда из мяса.....	183
Блюда из рыбы.....	221
Несладкая выпечка.....	260
Сладкая выпечка и десерты	290

Видання для організації дозвілля

Ліниві рецепти

(російською мовою)

Укладач *Кобець Ганна*

Керівник проекту *С. І. Мозгова*
Відповідальний за випуск *Н. О. Мищенко*
Редактор *Н. С. Дорохіна*
Художній редактор *В. О. Трубчанінов*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *О. В. Супронюк*

Підписано до друку 26.06.2018.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Minion Pro». Ум. друк. арк. 16,8.
Наклад 7 000 пр. Зам. № .

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

Віддруковано у ПРАТ «Харківська книжкова фабрика "Глобус"»
61052, м. Харків, вул. Різдва, 11.
Свідчення ДК № 3985 від 22.02.2011 р.
www.globus-book.com

Издание для досуга

Ленивые рецепты

Составитель *Кобець Анна*

Руководитель проекта *С. И. Мозговая*
Ответственный за выпуск *Н. А. Мищенко*
Редактор *Н. С. Дорохина*
Художественный редактор *В. А. Трубчанин*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректор *О. В. Супронюк*

Подписано в печать 26.06.2018.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Minion Pro». Усл. печ. л. 16,8.
Тираж 7 000 экз. Зак. № .

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

Отпечатано в ПРАТ «Харківська книжкова фабрика "Глобус"»
61052, г. Харьков, ул. Рождественская, 11.
Свидетельство ДК № 3985 от 22.02.2011 г.
www.globus-book.com