

# 155 рецептов наших бабушек

## СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

Все традиционные и новые оригинальные рецепты соусов собраны под одной обложкой в этой замечательной книге!



Пряные подливы, густые дипы, легкие заправки и майонезы, а также овощные, фруктовые, молочные и другие соусы. Выбирайте по своему вкусу!

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

[www.ksdbook.ru](http://www.ksdbook.ru)

ISBN 978-5-9910-2985-8



9 785991 02985 8

[www.bookclub.ua](http://www.bookclub.ua)

ISBN 978-966-14-7736-9



9 789661 47736 9

СОУСЫ И ПРИПРАВЫ



# 155 рецептов наших бабушек

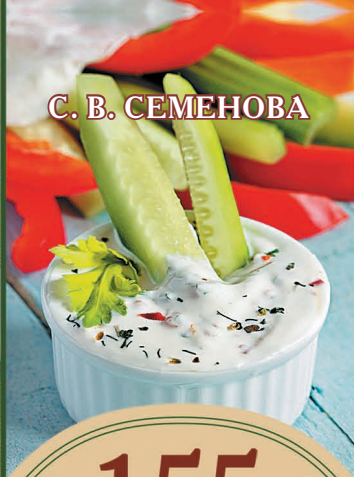
## СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

ОРИГИНАЛЬНЫЕ МАЙОНЕЗЫ, АППЕТИТНЫЕ ПОДЛИВЫ,  
ЛЕГКИЕ ЗАПРАВКИ, ПИКАНТНЫЕ СОУСЫ



КЛУБ  
СЕМЕЙНОГО  
ДОСУГА

**ВКУСНО, КАК В ДЕТСТВЕ!**



С. В. СЕМЕНОВА

155

рецептов наших бабушек

# СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

ОРИГИНАЛЬНЫЕ МАЙОНЕЗЫ, АППЕТИТНЫЕ ПОДЛИВЫ,  
ЛЕГКИЕ ЗАПРАВКИ, ПИКАНТНЫЕ СОУСЫ



ХАРЬКОВ КЛУБ  
БЕЛГОРОД СЕМЕЙНОГО  
2014 ДОСУГА

УДК 641/642  
ББК 36.991  
С30



Фотографии В. С. Водяницкого

Видання для організації дозвілля

Издание для досуга

Серия «155 рецептов наших бабушек»

Серия «155 рецептов наших бабушек»

СЕМЕНОВА Светлана Владимировна

СЕМЕНОВА Светлана Владимировна

**Соуси і приправи**

**Соусы и приправы**

*(російською мовою)*

Головний редактор С. С. Скляр  
Завідувач редакції К. В. Новак  
Відповідальний за випуск І. Г. Веремій  
Редактор Є. Н. Біркіна  
Художній редактор С. В. Місяк  
Технічний редактор В. Г. Євлахов  
Коректор О. М. Бояркова

Главный редактор С. С. Скляр  
Заведующий редакцией Е. В. Новак  
Ответственный за выпуск И. Г. Веремей  
Редактор Е. Н. Биркина  
Художественный редактор С. В. Мисяк  
Технический редактор В. Г. Евлахов  
Корректор О. М. Бояркова

Підписано до друку 29.07.2014.  
Формат 60x90/16. Друк офсетний.  
Гарнітура «Pragmatica». Ум. друк. арк. 6,0.  
Наклад 70 000 пр. Зам. №

Подписано в печать 29.07.2014.  
Формат 60x90/16. Печать офсетная.  
Гарнитура «Pragmatica». Усл. печ. л. 6,0.  
Тираж 70 000 экз. Зак. №

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»  
Св. № ДК65 від 26.05.2000  
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а  
E-mail: [cor@bookclub.ua](mailto:cor@bookclub.ua)

ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”»:  
308015, г. Белгород, ул. Пушкина, 49А

Віддруковано з готових діапозитивів  
на ПП «ЮНІСОФТ»  
Свідоцтво ДК №3461 від 14.04.2009 р.  
[www.ttornado.com.ua](http://www.ttornado.com.ua)  
61036, м. Харків, вул. Морозова, 13Б

Отпечатано с готовых диапозитивов  
на ЧП «ЮНИСОФТ»  
Свидетельство ДК №3461 от 14.04.2009 г.  
[www.ttornado.com.ua](http://www.ttornado.com.ua)  
61036, г. Харьков, ул. Морозова, 13Б

ISBN 978-966-14-5759-0 (серия)  
ISBN 978-966-14-7736-9 (Украина)  
ISBN 978-5-9910-2985-8 (Россия)

© Семенова С. В., 2014  
© «Абсолют-Юни», 2014  
© Hemiro Ltd, издание на русском языке, 2014  
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2014  
© ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2014



## ВВЕДЕНИЕ

**М**айонезы, подливы и заправки — это последний штрих, который до-  
полняет блюдо и делает его уникальным. Майонез представляет со-  
бой французский холодный соус, который является универсальной припра-  
вой ко многим блюдам из рыбы и мяса. Традиционный рецепт майонеза  
включает растительное масло, яичный желток, лимонный сок, сахар и соль. Его  
можно дополнить горчицей, зеленью, специями и др.

Подлива (соус, подливка) — это жидкая приправа, которая делает гарнир  
и основное блюдо более сочными, острыми и калорийными. В рецепт таких  
соусов, как правило, входят натуральные усилители вкуса. Подливы подаются  
к готовому блюду или добавляются в него в процессе кулинарной обработки.  
Подливы могут быть приготовлены на основе бульона (мясного, рыбного или  
грибного), отвара (овощного или крупяного), воды, сметаны, сливок, моло-  
ка, масла (сливочного или растительного), столового уксуса и др. Другая  
разновидность соусов — дипы. Они подаются к морепродуктам, чипсам, пи-  
рожкам, картофелю фри и др. Отличие дипов от обычных соусов заключает-  
ся в том, что в них нужно обмакивать продукты. По температуре различают  
горячие и холодные подливы. Первые подаются только к горячим блюдам,  
вторые — к горячим и холодным. В отдельную группу входят десертные соу-  
сы, обладающие сладким вкусом. Они готовятся из фруктово-ягодных пюре,  
соков, отваров, красного вина, молока, шоколада и др.

Заправка – обязательная составляющая любого салата. В рецепт могут вхо-  
дить масло (оливковое, из виноградных косточек, растопленное сливочное  
и др.), столовый уксус, соки из фруктов и ягод, мед, горчица, готовые соусы  
(соевый и т. д.), натуральный йогурт, сметана, зелень, специи и др. Для салатов  
из овощей и зелени готовятся смеси на основе растительного масла и уксуса.  
Блюда с мясом, рыбой, птицей и «зимними» овощами сочетаются с заправками  
на основе сметаны, натурального йогурта и сливок.



# МАЙОНЕЗЫ

## МАЙОНЕЗ КЛАССИЧЕСКИЙ

160 мл рафинированного  
подсолнечного масла  
15 мл лимонного сока  
1 яйцо  
5 г сахара  
5 г соли

- 1 Яйцо, соль и сахар соединить и перемешать до образования однородной массы.
- 2 Взбить ее с помощью блендера, постепенно добавляя растительное масло.
- 3 Влить лимонный сок и взбить еще раз.



### КУЛИНАРНЫЙ СОВЕТ

В данном рецепте подсолнечное масло можно смешивать с оливковым. При этом второе должно составлять 15–20% от общего количества масла.

## МАЙОНЕЗ ЧЕСНОЧНЫЙ



280 мл подсолнечного масла  
2 яичных желтка  
2 зубчика чеснока  
30 мл столового уксуса  
2 г молотого белого перца  
2–3 г соли

- 1 Чеснок пропустить через чеснокодавилку, соединить с яичными желтками, белым перцем, солью и 2 мл масла, тщательно перемешать.
- 2 Все взбить до образования густой однородной массы, постепенно добавляя оставшееся масло. В емкость с майонезом влить уксус и хорошо перемешать.



## МАЙОНЕЗ ЧЕСНОЧНО-ЛУКОВЫЙ

150–170 мл  
рафинированного  
подсолнечного масла  
50 мл оливкового масла  
14 мл лимонного сока  
2 яйца  
5 г горчицы  
3 г сахара  
10 г сушеного лука  
5–7 г сушеного чеснока  
2–3 г соли



- 1 Яйца взбить с помощью блендера. В полученную массу добавить сахар, соль, горчицу, измельченные с помощью кофемолки лук и чеснок.
- 2 Все взбивать в течение 5 секунд, после чего, не выключая блендер, ввести смесь оливкового и подсолнечного масла. Влить лимонный сок и еще раз взбить.

## МАЙОНЕЗ ОСТРЫЙ



200–220 г сметаны 20%-ной  
жирности  
50 мл подсолнечного масла  
25 мл оливкового масла  
14 мл лимонного сока  
30 г жидкого цветочного меда  
3 г имбиря  
3 г молотого белого перца  
2 г асафетиды  
2 г шамбалы

### КУЛИНАРНЫЙ СОВЕТ

Такой майонез можно подать к приготовленной на гриле куриной грудке и отварному картофелю.

- 1 Сметану, мед, оливковое и подсолнечное масла соединить и тщательно перемешать.
- 2 В полученную массу добавить асафетиду, шамбалу, имбирь, белый перец и взбивать до загустения. В емкость с майонезом влить лимонный сок и взбить с помощью блендера.



## Майонезы

### МАЙОНЕЗ МИНДАЛЬНЫЙ

- 100 мл оливкового масла
- 50 мл густого миндального молока
- 1–2 г горчицы
- 5 мл лимонного сока
- 10 г жидкого меда
- 2 г молотого белого перца
- 20 г консервированных каперсов
- 2–3 г соли



**1** Миндальное молоко и оливковое масло соединить и взбить с помощью блендера.

**2** В полученную массу добавить мед, соль, белый перец, лимонный сок и горчицу.

#### КУЛИНАРНЫЙ СОВЕТ

В данном рецепте горчица может быть заменена паприкой или кайенским перцем. Миндальный майонез станет удачным дополнением к стейку из белой рыбы.

**3** Все взбить и перед подачей на стол соединить с обсушенными каперсами.

### МАЙОНЕЗ СМЕТАННЫЙ



- 250 г сметаны
- 10%-ной жирности
- 5 мл оливкового масла
- 5 мл рисового уксуса
- 10 г сахара
- 8 г соли
- Сушеная зелень
- и кайенский перец
- по вкусу

**1** Сметану, оливковое масло, сахар и соль соединить в чаше блендера и взбить до образования густой однородной массы.

**2** Добавить сушеную зелень, мелко нарубленный кайенский перец и рисовый уксус. Все взбить и охладить.



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> . . . . .	3	Подлива на основе сливок с мускатным орехом . . . . .	21
<b>МАЙОНЕЗЫ</b> . . . . .	4	Подлива на основе сливок с грибами и беконом . . . . .	21
Майонез классический . . . . .	4	Подлива на основе сливочного масла с апельсинами . . . . .	22
Майонез чесночный . . . . .	4	Подлива на основе молока с чесноком . . . . .	22
Майонез чесночно-луковый . . . . .	5	Подлива на основе сливочного масла с лимонным соком . . . . .	23
Майонез острый . . . . .	5	Подлива на основе сливочного масла с белым перцем . . . . .	24
Майонез миндальный . . . . .	6	Подлива мясная с паприкой . . . . .	24
Майонез сметанный . . . . .	6	Подлива мясная с аджикой . . . . .	25
Майонез сырный . . . . .	7	Подлива мясная с карри . . . . .	26
Майонез горчичный . . . . .	7	Подлива мясная с соевым соусом . . . . .	27
Майонез с орегано . . . . .	8	Подлива мясная со сметаной . . . . .	27
Майонез с зерновой горчицей . . . . .	9	Подлива мясная по-чешски с тмином . . . . .	28
Майонез с тимьяном . . . . .	9	Подлива мясная по-чешски с душистым перцем . . . . .	29
Майонез с зеленью укропа . . . . .	10	Подлива грибная с кайенским и черным перцем . . . . .	30
Майонез с куркумой . . . . .	11	Подлива томатная с зелеными побегами чеснока . . . . .	31
Майонез с кедровыми орешками . . . . .	11	Подлива томатная с кинзой . . . . .	31
<b>ПОДЛИВЫ</b> . . . . .	12	Подлива томатная с морковью . . . . .	32
Подлива на основе мясного бульона . . . . .	12	Подлива томатная с корнем сельдерея . . . . .	33
Подлива на основе мясного бульона с зеленым перцем . . . . .	12	Подлива томатная с огурцами . . . . .	34
Подлива на основе мясного бульона со смесью перцев . . . . .	13	Подлива томатная с маслинами . . . . .	34
Подлива на основе мясного бульона с красным вином . . . . .	13	Подлива томатная с кардамоном . . . . .	35
Подлива на основе мясного бульона с арахисовой пастой . . . . .	14	Подлива томатная с орегано . . . . .	36
Подлива на основе куриного бульона . . . . .	14	Подлива томатная с розмарином . . . . .	36
Подлива на основе рыбного бульона с лаймом . . . . .	15	Подлива томатная с индийскими специями . . . . .	37
Подлива на основе овощного бульона с луком . . . . .	15	Подлива томатная с йогуртом . . . . .	38
Подлива на основе овощного бульона с пастой карри . . . . .	16	Подлива острая . . . . .	39
Подлива на основе овощного бульона с чесноком . . . . .	17	Подлива кисло-сладкая . . . . .	39
Подлива на основе овощного бульона с морковным пюре . . . . .	18	Подлива шоколадная с кайенским перцем . . . . .	40
Подлива на основе овощного бульона с тыквой . . . . .	18	Подлива шоколадная с розмарином . . . . .	40
Подлива на основе отвара фасоли со свиными ребрышками . . . . .	19	Подлива винная с луком . . . . .	41
Подлива на основе йогурта с авокадо . . . . .	19	Подлива миндальная с черным перцем . . . . .	41
Подлива на основе сливок с зеленым луком . . . . .	20	Подлива чернильная с кальмарами . . . . .	42
Подлива на основе сливок с брокколи . . . . .	20	Подлива яичная . . . . .	43
		Подлива из кабачков с морковью . . . . .	43
		Подлива десертная с апельсиновым соком . . . . .	44





Подлива десертная с брусничным пюре .....	44
Подлива десертная с мякотью манго .....	45
Подлива десертная с корицей .....	45
Подлива десертная с молоком .....	46
Подлива десертная с медом .....	46

### **ЗАПРАВКИ.....47**

Заправка лимонная с черным перцем .....	47
Заправка лимонная с кайенским перцем .....	48
Заправка лимонная с мятой .....	48
Заправка сметанная со сладким перцем .....	49
Заправка яичная .....	49
Заправка оливковая с черным перцем .....	50
Заправка оливковая со смесью перцев .....	50
Заправка оливковая с базиликом .....	51
Заправка оливковая с семенами кунжута .....	51
Заправка медово-горчичная .....	52

### **ДИПЫ.....53**

Дип «Хумус» с чесноком .....	53
Дип «Хумус» с куркумой .....	54
Дип «Ромеско» с миндальными орехами .....	54
Дип «Ромеско» с фундуком .....	55
Дип «Самбар» с тыквой .....	56
Дип «Самбар» с картофелем .....	57
Дип «Сальса ранчера» .....	58
Дип «Дзадзики» .....	58
Дип «Харисса» .....	59
Дип «Гуакамоле» .....	59
Дип «Тартар» .....	60
Дип «Карри» .....	60
Дип мясной с фасолью .....	61
Дип мясной с фасолью и халапеньо .....	61
Дип сырный с грибами .....	62
Дип сырный с морковью .....	62
Дип йогуртовый с огурцом .....	63
Дип сметанный с сыром .....	63
Дип молочный с мускатным орехом .....	64
Дип грибной с чесноком .....	64
Дип томатный с чесноком .....	65
Дип томатный со сладким перцем .....	65
Дип томатный с баклажанами .....	66
Дип томатный со сметаной .....	67
Дип томатный с горчицей .....	67

Дип томатный с сырокопченой ветчиной .....	68
Дип тыквенный с чесноком .....	69
Дип тыквенный с кайенским перцем .....	69
Дип тыквенный с пряностями .....	70
Дип баклажановый .....	70
Дип картофельный .....	71
Дип овощной с имбирем .....	71
Дип соевый с имбирем .....	72
Дип ореховый .....	72
Дип кисло-сладкий с бульоном даши .....	73
Дип кисло-сладкий с рисовым уксусом .....	73
Дип кисло-сладкий с морковью .....	74
Дип острый с чесноком .....	74
Дип острый с душистым перцем .....	75
Дип с брокколи .....	75
Дип с авокадо .....	76
Дип с кинзой .....	76
Дип со сладким перцем .....	77

### **ДРУГИЕ СОУСЫ.....78**

Соус «Бешамель» .....	78
Соус «Песто» .....	78
Соус «Чили» .....	79
Соус «Мисо» .....	79
Соус «Моле» .....	80
Соус «Луковый джем» .....	80
Соус «Самбал олек» .....	81
Соус «Шахи панир» .....	81
Соус «Ткемали» .....	82
Соус голландский с белым перцем .....	82
Соус голландский с соком лайма .....	83
Соус десертный из ягод годжи .....	83
Соус сметанный с шампиньонами .....	84
Соус йогуртовый с кинзой .....	84
Соус йогуртовый с зеленью укропа .....	85
Соус йогуртовый с огурцом .....	85
Соус йогуртовый с сыром .....	86
Соус томатный с халапеньо .....	86
Соус томатный с зеленью петрушки .....	87
Соус томатный с белым перцем .....	87
Соус тыквенный с чесноком .....	88
Соус тыквенный с вяленой свининой .....	88
Соус чесночный с фундуком .....	89
Соус из белой фасоли .....	89
Соус из авокадо и киви .....	90
Соус клюквенный .....	90
Соус гранатовый .....	91
Соус мандариновый .....	91
Соус мятный .....	92
Соус ореховый .....	92
Соус острый .....	93
Соус винный с тимьяном .....	93

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

---

**ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА**

**МОСКВА**

**Бертельсманн Медиа Москва АО**

141008 г. Мытищи, ул. Колпакова, д. 26, корп. 2

Тел./факс +7 (495) 984-35-23

e-mail: [office@bmm.ru](mailto:office@bmm.ru)

[www.bmm.ru](http://www.bmm.ru)

**ХАРЬКОВ**

**ДП с иностранными инвестициями**

**«Книжный Клуб**

**«Клуб Семейного Досуга»»**

61140, г. Харьков-140, пр. Гагарина, 20-А

тел/факс +38 (057) 703-44-57

e-mail: [trade@bookclub.ua](mailto:trade@bookclub.ua)

[www.trade.bookclub.ua](http://www.trade.bookclub.ua)

**Киевский филиал**

04073, г. Киев, пр. Московский, 6, комн. 35,

тел. +38 (067) 575-27-55

e-mail: [kyiv@bookclub.ua](mailto:kyiv@bookclub.ua)

**Одесский филиал**

65017, г. Одесса, ул. Малиновского, 16-А, комн. 109

тел. +38 (067) 572-44-28

e-mail: [odessa@bookclub.ua](mailto:odessa@bookclub.ua)

**Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»**

**УКРАИНА**

**служба работы с клиентами:**

тел. +38 (057) 783-88-88

e-mail: [support@bookclub.ua](mailto:support@bookclub.ua)

Интернет-магазин: [www.bookclub.ua](http://www.bookclub.ua)

«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

**РОССИЯ**

**служба работы с клиентами:**

тел. +7 (4722) 78-25-25

e-mail: [info@ksdbook.ru](mailto:info@ksdbook.ru)

Интернет-магазин: [www.ksdbook.ru](http://www.ksdbook.ru)

«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

---

У книзі ви знайдете величезну кількість різноманітних рецептів приготування заправок, майонезів, підлив та соусів. Покрокові інструкції та кольорові ілюстрації зроблять книгу цікавою не лише для досвідчених кулінарів, а й для початківців.

**Семенова С. В.**

С30 Соусы и приправы / С. В. Семенова. — Харьков : Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга» ; Белгород : ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»», 2014. — 96 с. : цв. ил. — (Серия «155 рецептов наших бабушек», ISBN 978-966-14-5759-0 (Украина)).

ISBN 978-966-14-7736-9 (Украина)

ISBN 978-5-9910-2985-8 (Россия)

В книге вы найдете огромное количество разнообразных рецептов приготовления заправок, майонезов, подлив и соусов. Благодаря наличию пошаговых инструкций и красочных иллюстраций книга будет интересна не только опытным, но и начинающим кулинарам.

УДК 641/642

ББК 36.991