

Эдуард Николаевич Алькаев

## Пикник. Шашлык, уха, раки и другие блюда



### Отдых на природе

Самым распространенным отдыхом на природе, конечно, является пикник. Цель пикника – еда и общение на фоне природы. Этим он и отличается от туризма, охоты и рыбалки, у которых главная цель несколько иная. Но у всех этих видов отдыха есть много общего, и особенно это касается приготовления пищи либо на костре либо в переносных печах, но обязательно на лоне природы.

Пикник по своему предназначению предусматривает однодневный отдых, когда участвовавшая в нем компания возвращается по домам в тот же день (как бы поздно это не происходило), без организации ночлега, хотя могут быть исключения. Кроме того, при проведении пикника обязательно должны соблюдаться определенные правила поведения, предусмотренные именно для этого мероприятия.

Пикник – слово английского происхождения. В. Даль определяет его как «угощение складчиной или загородная пирушка братниной», а словари советского периода как «увеселительную загородную прогулку целой компанией».

Такие прогулки в компании с друзьями могут называться по-разному – «на шашлыки», «за город», «на фазенду», «на природу» и т. д., главное в этих маленьких праздниках то, что в них предоставляется возможность более близкого и более длительного общения со своими знакомыми и друзьями.

Вот некоторые виды пикника.

«Пикник на обочине» – компания едет за город на автомобиле. Здесь уместны объемные корзины с провизией и даже самовар (особенно, если костер в тех краях разводить не положено).

Поездка на автомобиле в гости на дачу, в деревню, загородный дом. Уместны те же корзины, но посудой можно воспользоваться той, что найдется в доме.

Пешая прогулка на лоно природы с использованием общественного транспорта или без него. Все приходится нести с собой и на себе. Здесь уже возникают дополнительные факторы: расстояние, пересеченность местности и т. д. Корзина возможна лишь в случае, когда место пикника в 5 минутах ходьбы от дома, в остальных случаях обычно вся поклажа упаковывается в рюкзаки.

Пеший поход на дачу, дом в деревне и т. д. претендует на некоторые блага цивилизации.

В основном пикники устраиваются в весенне-летний и осенний сезоны. Зимние пикники специфичны и требуют от их организаторов более тщательной подготовки.

Итак, поскольку «пикник – загородная увеселительная прогулка компанией», то организовать его следует таким образом, чтобы общаться всем было интересно и весело, и чувствовали бы все себя непринужденно, естественно и раскованно, получая от этого не только удовольствие, но и заряд бодрости и энергии.

Хотя пикник и «угощение складчиной и загородная пирушка братниной», отвечает за организацию и порядок тот, кто на него приглашает. Ведь возникает множество вопросов по кулинарии, этикету, финансам, встают проблемы посуды и досуга, а также детей.

Зная точно, куда и когда намечается выезд, приглашенные могут подготовиться: соответственно одеться, прихватить с собой мяч, бадминтон, фотоаппарат. Если планируется выезд в складчину, то каждый участник должен захватить с собой еду, напитки, посуду. Если выезд на природу организуется как приглашение в честь какого-то события, то лучшими горячими блюдами могут быть жаренные на вертеле цыплята и куры, свиной окорок, бараний бок, шашлыки на шампурах, рулет из телятины, жаренные на шампурах колбаски и сосиски «по-извозчичьи», плов, рыба-гриль (рыба, жаренная без масла на решетке – гриле) и т. д. Ничего в организации пикника не должно быть пущено «на самотек», все заранее надо продумать, начиная от состава приглашенных гостей и заканчивая их возвращением домой. Поэтому приглашать на пикник следует только своих близких или хорошо знакомых людей.

Прекрасно, если есть уже сложившаяся, проверенная не на одном мероприятии и дружная компания. В таких компаниях пикник – это действительно наслаждение: едой, природой, жизнью, детьми, общением.

Итак, на настоящем пикнике никогда профессионально не охотятся и не ловят рыбу, а также его участники не ставят перед собой никаких иных целей (знакомство с местными достопримечательностями, посещение каких-нибудь исторических развалин и т. п.), кроме еды и отдыха, потому что пикник – это не поход и не туризм. На настоящем пикнике также не только общая еда и общее веселье, но и общие трудности или проблемы. Очень важно вовлечь в это и детей, дать каждому посильное, интересное ему дело (а работы много: собирать дрова, поддерживать огонь, стеречь самых маленьких и т. д.). Маленьких детей, если их больше двух, имеет смысл организовать в стайку, чтобы дать родителям отдохнуть. Но дежурный взрослый должен быть при них постоянно.

Для начала нужно собрать все необходимое, особенно если отдых будет проходить не на даче, а на природе (в лесу, на берегу реки и т. д.): пластиковую одноразовую или металлическую посуду – тарелки, стаканы или кружки, ложки, миски, шампура или вертел, казан, мангал, ведро или котелок, особенно если собираются готовить уху, острые кухонные ножи для нарезки мяса, рыбы и овощей; топорик для разведения костра и небольшую лопатку; при необходимости дрова для мангала или костра, спички и

несколько старых газет для разведения костра; пакет для оставшегося после пикника мусора, средство от комаров, аптечку, питьевую воду: ее можно набрать в пластмассовые бутылки или в канистру для питьевой воды, и, естественно, заранее подготовленные в нужном количестве продукты.

Сифоны с газированной водой просто необходимы. По прибытии на место сифоны и другие сосуды с напитками опускают в холодную воду ручья или озера. Следует прихватить одну-две салатницы и ложку для раскладывания салатов по тарелкам. Для нарезки хлеба, овощей, колбасы и других продуктов следует взять небольшую разделочную доску. У некоторых народов, например у литовцев, даже в кафе и ресторанах на аккуратных разделочных досочках иногда подают жареное мясо, цыплят, дичь. Такая подача основного блюда на пикнике будет выглядеть оригинально.

Очень серьезная неприятность – пищевые отравления. Они могут быть вызваны разными причинами, но результат, если все останутся живы, запомнится надолго. Их делят на две большие группы: пищевые отравления бактериальной природы (сальмонеллы, стафилококки, клостридии ботулизма и перфрингерс, кишечная палочка, энтерококки, протей, бациллы цереус и др.) и пищевые отравления ядовитыми веществами биологической (грибы, ягоды, семена, рыба и т. д.), органической (ядохимикаты) и неорганической (ртуть, мышьяк и т. д.) природы.

Профилактика пищевых отравлений бактериального происхождения достаточно известна: употреблять для приготовления пищи только доброкачественные продукты, правильно готовить еду, правильно ее хранить, не способствовать распространению инфекции – соблюдать личную и общественную гигиену, повышать свой личный иммунитет, вряд ли кому-либо удастся соблюсти полную стерильность в этом плотно населенном мире, да это и не нужно.

Следует иметь в виду, что кишечное расстройство не всегда признак отравления, возможно, это индивидуальная непереносимость продукта или признак другого начинающегося заболевания или стрессовой ситуации вообще.

Симптомы отравления грибами обычно проявляются весьма скоро, только при отравлении бледной поганкой и мухомором вонючий скрытый период длится 6—48 часов, этим и объясняется высокий процент смертности: яд успевает распространиться достаточно широко.

Признаками отравления являются тяжесть и боли в желудке и пищеводе, понос, рвота, тошнота, слабость, нередко потение, в более тяжелых случаях – судороги, расстройства зрения, психики, сердечной и нервной деятельности.

В первую очередь желудок и кишечник необходимо очистить от грибов, для этого применяют рвотные средства, промывание желудка и солевые слабительные. Обильное питье, постельный режим. Нельзя применять алкоголь и уксус – они усиливают всасывание яда. Если есть подозрение на серьезное отравление, необходима срочная госпитализация.

Очень часто пикник проводится в уже заранее запланированном для отдыха месте. В жаркую солнечную погоду лучше расположиться в тени деревьев или под тентом. Можно воспользоваться раскладным столиком для пикника либо расположиться прямо на траве, подстелив на землю вначале кусок целлофана или клеенки, а затем старое одеяло, покрывало или большой кусок брезента.

Подготавливая место для костра, стоит обратить внимание, в какую сторону дует ветер, чтобы дым от костра не мешал застолью, а также проверить, нет ли поблизости

муравейника.

Если на пикнике будут шашлыки, лучше развести два костра или костер и мангал; так будет проще готовить остальные блюда пикника. Дрова для таких костров лучше брать сухие, не тоньше 5—7 см, так как сучья и тонкий валежник при сгорании не образуют нужных углей.

Костер должен быть устроен по всем правилам, есть специальные инструкции пожарных, охот-хозяйств, лесничеств. Это одинаково касается как и тех, кто выехал просто на пикник, так и охотников, рыболовов и туристов. Это значит, что есть места, где костры запрещены всегда (заповедники, некоторые лесопарки, ботанические сады, торфяники и т. д.), есть периоды, когда объявляется полный запрет на разведение костров (на время летней жары, например). Если запрета на костер нет, то, выбирая место, следует учесть наличие старых кострищ, близость деревьев (пострадать могут и корни, и верхние ветви, если костер высокий), направление и силу ветра, почву и травяной покров вокруг. В этом отношении самый безопасный костер на пустынном песчаном пляже, и, конечно, остальные костры лучше окапывать небольшим рвом, чтобы огонь не перекинулся по сухой траве. В этом ему очень помогают дети, бегающие с горящими головнями, поэтому при костре должен находиться взрослый, который успеет загасить пожар в зародыше. Гасить уже вспыхнувший лесной огонь голыми руками бесполезно.

Над костром не должны нависать ветви деревьев. Нельзя раскладывать костер вблизи сухой травы, мха, хвои, созревших хлебов, смолистых корней или пней хвойных деревьев. Опасно разводить костер и на торфяной почве.

Желательно разжигать огонь на старом кострище, чтобы лишний раз не нанести ущерб природе.

Разжигание костра, не представляющее собой особого труда в хорошую погоду, в дождь для новичка может превратиться в проблему. Вместе с тем, зная приемы этого дела, легко с одной-двух спичек разжечь костер в любых условиях. Для этого нужно иметь растопку из мелких еловых веточек, бересты (снятой, конечно, с высохших деревьев), сухого мха или лишайника, стружек или лучин, выщепленных из валежника. В сырую погоду растопку добывают из щепы расколотаго топором сухостоя, из укрытого от дождя под корнями елей и сосен сухого хвойного опала. Такой запал плотно укладывают под сложенный шалашиком или колодцем мелкий хворост и поджигают, а сверху аккуратно накладывают более толстые дрова. Надо помнить, что чем сильнее ветер или дождь, тем теснее должна быть укладка топлива на костре. Чтобы ливень не смог сразу же потушить занявшееся пламя, костер разводят под прикрытием накидки или плаща, который держат два человека. Никогда не помешает прибереженная сухая растопка и лишняя коробка спичек во влагонепроницаемой упаковке, кусок хлорвинила или тонкой резины, слой расплавленного парафина.

Хорошей растопкой, позволяющей развести костер из самых сырых дров, является сухой спирт, старая киноплёнка (нитроцеллюлозная), кусок резины или оргстекло.

Лучшим топливом для костра является сухостой хвойных деревьев, в особенности лиственницы и ели. Хвойные деревья мало подвергаются гниению, горят долго, жарко и ровно, в то время как большинство лиственных почти всегда трухлявы. По той же причине непригоден валежник. Неплохо горит сухая ольха, но, к сожалению, она быстро прогорает. Самое плохое топливо – осина, которая горит быстро и без жара, а также пихта, от которой очень много искр («стреляет»).

Если нужно быстро приготовить пищу при недостатке топлива, целесообразно разжечь

костер в ямке, а дрова класть вертикально, такой костер дает сильное узкое пламя. Не следует класть в костер нерасколотые кругляки: они плохо загораются и хуже горят.

Костер может быть сложен различными способами в зависимости от назначения.

Костер «шалаш». Если участники пикника собираются варить пищу в ограниченном количестве посуды, то обычно делают пламенный костер типа «шалаш» (см. рис. 1а). Преимущество этого конусообразного или двухскатного костра в том, что на него в качестве топлива идут короткие и нетолстые дрова (хворост, валежник). Однако, образуя высокое, яркое пламя, этот костер имеет узкую зону нагрева и, кроме того, дает мало углей, что вызывает необходимость постоянно подкладывать в него сушняк.

Костер «колодец». Костер «колодец» (см. рис. 1б) укладывают из более или менее толстых поленьев, положенных рядами крест накрест. Медленно сгорая, они образуют много углей, создающих высокую температуру. Такой костер удобен для приготовления пищи, а также для согревания и сушки одежды.

Таежный костер. Таежный костер (см. рис. 1в) складывают из сухостоя длиной 2—3 м, располагая поленья вдоль или немного под углом друг к другу.

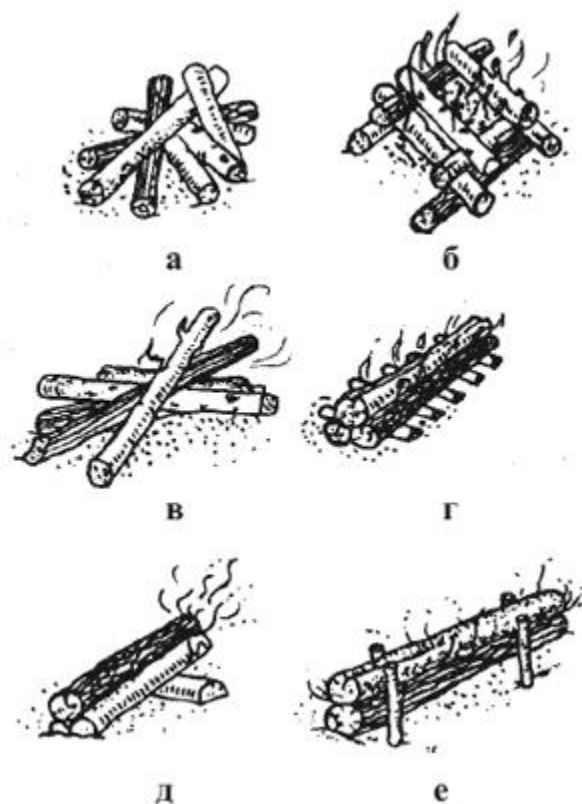


Рис. 1. Виды костров:

а – «шалаш»; б – «колодец»; в – «таежный»; г – из трех бревен («нодья»); д – «пушка»; е – из двух бревен.

Широкий фронт огня позволяет варить на нем пищу для большой группы, сушить вещи, а также ночевать рядом туристам, которые почему-либо не имеют палаток. Это костер длительного действия, поэтому он не требует частой подкладки дров. Но при этом само топливо должно быть достаточно хорошего качества, что возможно, как правило, только в таежных районах.

Еще более высокие требования к топливу предъявляет костер «нодья» (см. рис. 1 г). На него идут сухая ель, сосна, распиленные на ровные бревна длиной 2—4 м и очищенные от

веток и сучьев. При достаточной толщине сухостоя участникам пикника на приготовление пищи и теплый ночлег у костра хватает трех таких поленьев. Два из них кладут рядом на землю, затем на них (в зазор) помещается хорошая растопка или, еще лучше, угли из «запального» костра. Сверху все прижимается третьим поленом. «Нодья» постепенно разгорается и горит ровным, жарким пламенем без подкладки дополнительного топлива несколько часов. Регулируют жар костра, немного раздвигая или сдвигая нижние поленья.

Костер «пушка» (рис. 1д) также предназначен для обогрева. Он напоминает «пушку» в городках: к сидящим у огня обращены горящие торцы из трех бревен костра, уложенные на лежащее поперек толстое бревно. По мере того как бревна сгорают, их передвигают в сторону сидящих.

Костер из двух бревен. Этот костер (см. рис. 1 е) соорудить сложнее, нежели два предыдущих, служащих для обогрева. Используют бревна длиной не более 2 м, желательны сосновые. Они должны быть тщательно и ровно протесаны с одной стороны на 2—3 см. Бревна удерживают сырыми кольями, связанными попарно сверху или укрепленными как-либо иначе. Устройство настила необязательно. Разжигают костер сухими щепками, пучками мелкого хвороста и берестой, плотно уложенными в горизонтальный зазор, высота которого регулируется клиньями. Когда костер разгорается, клинья удаляют.

Костер устанавливают вдоль ветра. Горит он неярко (почти тлеет), но долго; особенно удобен для ночлега маленькой группы. Из одного сухого ствола можно устроить не менее двух отдельных костров такого типа.

Из других видов костров в путешествии применяется костер «дымари» – для защиты от комаров и для сигнализации. Белый дым можно получить, накрыв горящие дрова сырой травой, влажным мхом, ветками лиственных деревьев, а черный – подкинув в пламя смолистые сучья хвойных пород.

Костровые приспособления необходимы тогда, когда костер служит для приготовления пищи и возникает необходимость подвесить посуду. Довольно часто для этой цели используются рогульки и перекладины из стволов зеленых деревьев. Не говоря уже о том, что поиски подходящего дерева занимают много времени, лесу наносится определенный ущерб. Поэтому, отправляясь на пикник, участники должны иметь при себе костровые приспособления. Таких приспособлений создано и испытано туристами великое множество.

Это крючья, рогульки, петли, тросы.

В качестве костровой перекладины берут обычно свежее дерево. Однако лучше обойтись без порубки. При устройстве костра в лесу перекладину прекрасно заменяет стальной трос диаметром 2,5—3 мм или стальная цепочка длиной 3—4 мм (см. рис. 2). Особенно удобен трос зимой при устройстве очага между двумя деревьями. Для удобства переноски трос наматывают на катушку рыболовной дорожки. Трос закрепляется на деревьях с помощью веревки с карабинами или зажима «крокодил».

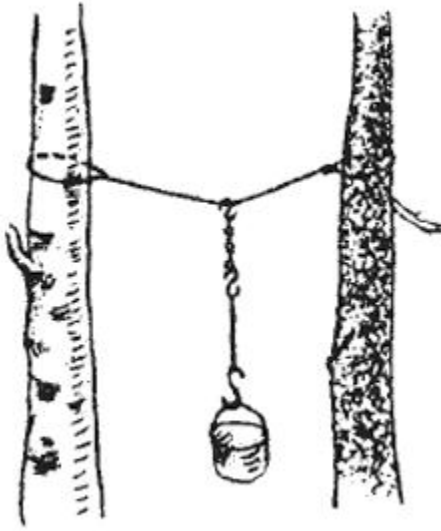


Рис. 2. Трос для костра.



Рис. 3. Способ подвески посуды над костром.

Для регулирования высоты подвески ведер и котелков очень удобна цепочка от пробки домашней ванны, к одному концу которой припаян крючок.

При отсутствии стоек очаг можно оборудовать с помощью шеста и камней (см. рис. 3).

В малолесных и горных районах очаг сооружают из камней и кусков дерна, причем для лучшего горения рекомендуется расстояние между боковыми стенками очага с наветренной стороны делать больше, чем с подветренной. При устройстве костра на песчаной, мерзлой или каменистой почве, где бывает трудно укрепить рогатки, их можно заменить опорами из альпенштоков, связанных в треноги (см. рис. 4).



Рис. 4. Подвеска для котелка на треноге из альпеншоков.

Жечь большие костры для приготовления пищи всегда неэффективно – это требует значительной затраты труда, а кроме того, во-первых, снижается качество пищи, во-вторых, создается опасность пожара. Поэтому желательно пользоваться специально изготовленными разборными кострищами.

Таганок из трех прутьев представлен на рис. 5. Собирается таганок в течение 10—15 секунд, занимает очень мало места, весит всего 300 г. Таганок устойчив на любом грунте и выдерживает нагрузку до 80 кг. Изготовить такой таганок можно в домашних условиях из проволоки диаметром 5—7 мм. Длина вертикальной части ножки – 220 мм, длина горизонтальной части от колена до ушка – 200 мм.

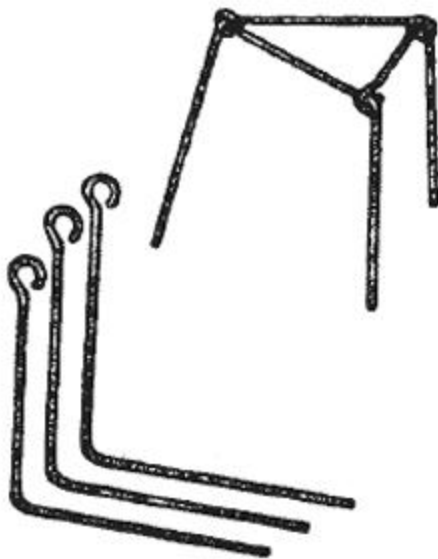


Рис. 5. Таганок из трех прутьев.



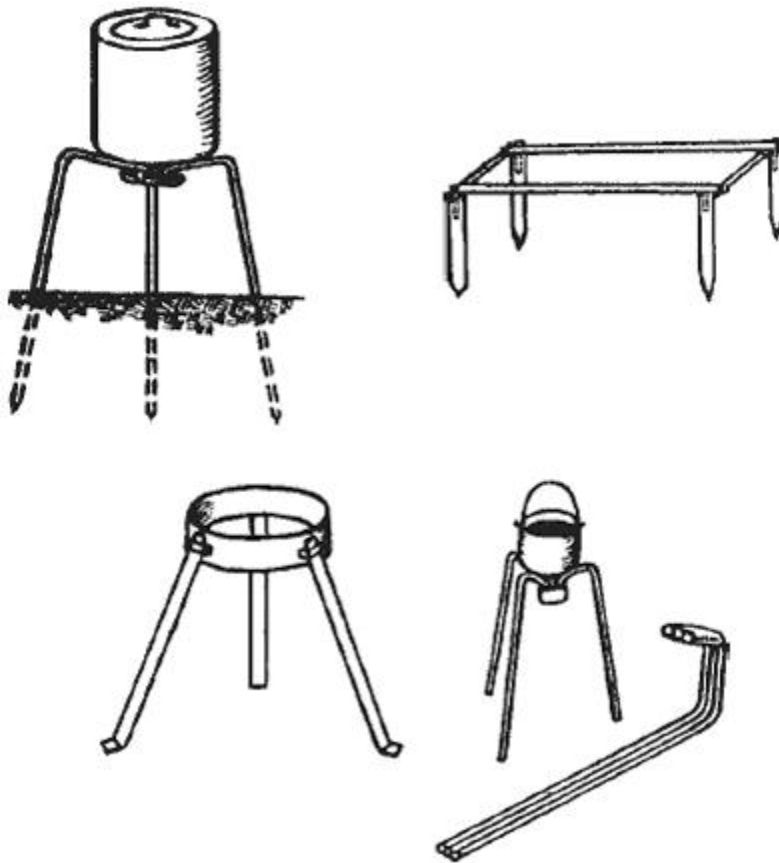


Рис. 6. Туристские таганки.

Таганки другой конструкции показаны на рис. 6.

Для устойчивости таганчика кончики ножек нужно изогнуть под некоторым углом.

На четырехножные таганки можно ставить сразу два ведра.

Для приготовления шашлыка удобна мини-шашлычная (см. рис. 7). Детали стальных стоек соединяют стальными заклепками, чтобы стойки не погружались глубоко в мягкий грунт.

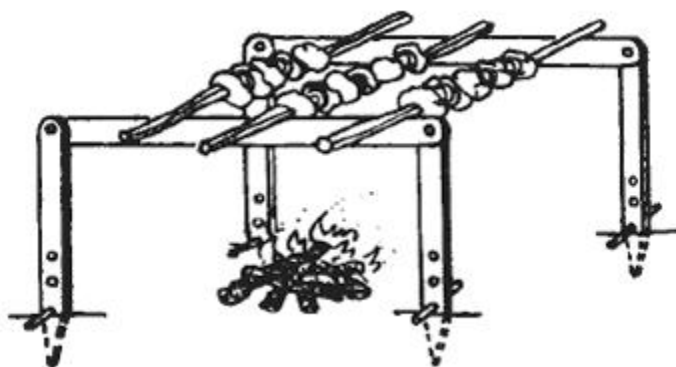


Рис. 7. Мини-шашлычная.

Способов приготовления еды на костре придумано множество. Обычно еду или закапывают в угли (запекают), или подвешивают над костром. Если пользуются посудой, то должен быть продуман крепеж (если сверху – нужна перекладина, если снизу – таганок, камни, решетка).

Удобен специальный костровой комплект, состоящий из крючков для подвески варочной посуды и рогулек под перекладину. Вместо перекладины можно использовать

металлическую цепь или тросик – они не сгорят и не обломаются в самый ответственный момент.

Некоторые берут с собой складной таганок, что, безусловно, удобно в безлесных районах: при пользовании таганком расходуется значительно меньше дров. Так, например, для варки обеда из трех блюд достаточно истопить одно наколотое сухое полено, диаметром 25—30 см. На таганке более устойчиво размещается противень для жаренья и варочная посуда.

Наиболее удобной варочной посудой считаются плоские ведра. Необходимый объем ведер для приготовления пищи выбирается из расчета 1,5– 2 л на человека. Хорошо зарекомендовали себя наборы из трех плоских ведер, укладываемых одно в другое, выполненных из алюминия или нержавеющей стали, объемом 9, 7,5 и 6 л. Крышки (каны) для таких ведер изготавливают с высокими бортами и используют в качестве сковородок.

Нередко приходится сталкиваться с нехваткой тары для обработки и хранения добычи, поэтому несмотря на дополнительный вес, необходимо иметь еще одно ведро. Им может быть большое эмалированное или четвертое комплектное ведро, большее по размеру. В нем удобно перевозить соленую рыбу, грибы, ягоды, варенье. В водное и автомобильное путешествие можно взять одну-две стеклянные трехлитровые банки с плотными крышками для приготовления некоторых рыбных блюд, а также большую эмалированную миску.

Для жаренья рыбы, грибов и мяса на большую группу полезно иметь противень или большую сковороду. Противень можно приобрести в магазине (например, алюминиевый) или изготовить самим из листовой нержавеющей стали толщиной 1 мм. Чтобы при нагревании противень не изгибался, с наружной стороны дна по диагонали точечной сваркой приваривают ребра жесткости.

На таганок, противень и ведра нужно сшить чехлы. На чехле для ведер следует предусмотреть закрывающиеся карманы для крючков, рогулечек, спичек в непромокаемой упаковке, полосочек оргстекла для разжигания костра и рукавиц. Брезентовые рукавицы, входящие в костровой комплект, следует снаружи обшить огнеупорной тканью. Для мытья посуды удобно захватить с собой приготовленную дома из капронового чулка мочалку с петелькой: она быстро сохнет и не имеет запаха.

Мыть всю посуду лучше сразу после еды, потом труднее; незаменимое чистящее средство – речной песок – экологично, дешево и всегда под рукой. Хранить посуду только сухой и лучше вверх дном, чтобы не попали влага и мусор.

Требования к посуде для приготовления еды обычны: металл не должен окисляться, эмаль должна быть целой. Для хранения еду лучше переложить в стеклянную или пластиковую тару, при условии, что пластик пищевой.

Для приготовления мяса и рыбы необходимо иметь специальную решетку из железных полосок толщиной 2—3 мм и шириной не более 1,0—1,5 см. Ее называют по-разному: рашпор, решетка-гриль, просто решетка. Для компании в 6—10 человек достаточно решетки размером 50x35 см. Решетку над костром обычно устанавливают на кирпичях или камнях. Новую решетку следует смазать растительным маслом и прокалить на огне. В дальнейшем решетку достаточно протирать мокрой тряпкой. Решеткой-грилем можно пользоваться в саду, на даче, во дворе, где разрешается разводить костер.

Вертел – металлический или деревянный прут, на который насаживается тушка. Размеры вертела соответствуют задаче: вертел для быка и вертел для зайца сильно различаются. Высота над костром определяется опытным путем, лучше ставить вертел

над углями, а не над открытым пламенем – жар ровнее. Вертел вертят по мере надобности для равномерного прожаривания тушки.

Гриль – то же самое. Грилем называются и сам способ обработки на вертеле и на решетке, полученный продукт, вертел и решетка.

Рожон – прут с насаженной тушкой, поставленный у огня вертикально, используется для небольших рыб и птиц. Производится на месте из подсобного материала, чаще ровной ветки и тапуры – металлические длинные пруты с заточенным одним концом и загнутым другим. Обычно покупаются или делаются по образцам, часто вместе с мангалом – емкостью для раскаленных углей, на края которого шампуры устанавливаются.

Жаренье на решетке и вертеле мяса и других продуктов является одним из древнейших способов приготовления пищи. Решетку и тем более вертел можно сделать самому, заказать или купить. Вкусовые качества жаркого определяются образованием декстриновой корочки на поверхности и сохранением внутри продукта вкусного ароматного сока. Искусство жаренья состоит в том, чтобы поддерживать на костре постоянную температуру углей. Угли должны «дышать жаром», но не пламенем. Чем больше тушка или кусок мяса, тем выше его нужно держать над углями. Продукт должен прожариваться постепенно, так, чтобы отдельные его части не подгорали. Если на обжариваемых цыплятах или зайце начнут вздуваться и лопаться пузыри, это нормальное явление. Однако если это происходит в самом начале приготовления, то лучше несколько отдалить мясо от пламени или уменьшить жар. На обжариваемом на вертеле и решетке мясе корочка должна быть коричневой. Мясо будет особенно вкусным, если во время жаренья на вертеле облить его растопленным жиром или сливочным маслом (лучше всего растопленным сливочным маслом). Обжариваемое на решетке мясо маслом не поливают.

Шашлык на природе можно приготовить не только из мяса, но и из рыбы, имеющей бескостную мякоть (капитана, угря, лосося, пелагиды), маринуют рыбу так же, как и мясо.

Для гарантии готовности крупной птицы при жаренье на природе лучше птицу отварить дома. На пикнике же, не снимая обвязки шпагатом, гуся или индюка следует обильно смазать растительным жиром, обсыпать мукой или панировочными сухарями и обжарить на вертеле в течение 15—20 минут. Затем снять шпагат, птицу разрубить на порции.

Если есть желание удивить своих гостей, можно сделать им сюрприз: после обжарки мяса на вертеле облить его коньяком и поджечь. Подать горячим. Коньяк придаст мясу особый аромат.

На пикниках и в саду жареное мясо, птицу дичь, рыбу подают к столу на шампурах. При такой подаче детям мясо с шампуров лучше снять и положить на тарелку. На пикнике все, что подается на шампурах, можно есть руками. Следовательно, хозяевам следует запастись бумажными салфетками, а при их отсутствии подать мокрые полотенца, миску для ополаскивания пальцев и миску для отходов.

По окончании пикника следует вернуть месту, на котором располагалась компания, первоначальный вид: тщательно погасить костер (желательно засыпать кострище землей) и убрать мусор.

Еды не должно быть как слишком много, так и не слишком мало – это необходимое требование для удачного пикника.

Как правило еда на пикнике должна быть простая, достаточно грубая и соответствовать

моменту: хлеб целый, овощи целые (не салат), печеная картошка, мясо на вертеле или на решетке, можно запечь что-нибудь в глине или в земле, сварить кашу, похлебку или чай с привкусом дыма костра.

Самый простой и действенный набор продуктов: хлеб, сыр, колбаса, яйца, помидоры, огурцы, картошка, каша, орехи, изюм. Поедание целых крупных объектов – запеченного гуся, огромного арбуза, большого пирога – может стать самым запоминающимся ритуалом всего пикника.

Для успешного проведения пикника необходимо учесть количество участников пикника, подобрать меню для складчины и подготовить соответствующие продукты. Желательно не брать с собой скоропортящиеся продукты, за исключением тех случаев, если их смогут съесть в ближайшие 1,5—2 часа. Но даже в этом случае их необходимо упаковать в плотные пакеты, бумажные или из фольги. Очень неплохо взять фольгу – желательно более плотную, чем для обычного использования, чтобы запекаемые в ней продукты (под костром или в золе костра) не подгорели.

Мясо для шашлыков лучше купить заранее и замариновать, желательно, чтобы оно было свежим и не мороженым.

Рыбу для ухи не помешает взять с собой, если нет твердой уверенности, что ее могут сами поймать или купить у рыбаков участники пикника.

В состав меню также подойдут холодные закуски из жареных цыплят или другой домашней птицы. Птицу лучше всего зажарить дома, в духовке и брать ее с собой уже готовой и хорошо остывшей. Для супа или похлебки птицу можно взять с собой и в замороженном виде.

Непременным атрибутом пикника является печеная картошка. Ее можно запечь, положив в тлеющие угли прогоревшего костра. Несколько крупных клубней картофеля надо отварить в кожуре, охладить и так же взять с собой. Не помешают также вареные корнеплоды свеклы, моркови, пастернака.

Но сколько бы не было тщательно продумано меню, можно с уверенностью сказать, что вкуснее каши, приготовленной на костре и пропахшей дымом, нет ничего. Крупы для каш надо подобрать так, чтобы они сварились быстро (пшено, гречневая или рисовая сечка, мелкая пшеничная или овсяная крупа).

Из продуктов еще можно взять сухую чайную заварку, кофе, сахар, соль, нужные для шашлыков и ухи специи, печенье и конфеты, особенно если будут дети, мясные и рыбные консервы. Неплохо приготовить за день до пикника любые (жареные или печеные) изделия из домашнего теста длительного хранения.

Соленое или копченое сало, взятое целым куском, которое обязательно пригодится при приготовлении блюд из печеной картошки и детских шашлычков.

В пластиковую бутылку небольшой емкости надо налить растительное масло.

Хлеба для шашлыка следует взять в меру, и если к концу пикника кусочки хлеба остались, можно сделать из них «прощальный шашлык», но ни в коем случае и никогда его не выбрасывать.

Что касается алкогольных напитков, то здесь все решает чувство меры участников пикника. Желательно сделать все необходимое, чтобы мероприятие, хорошо начавшись, плавно не превратилось в банальную пьянку.

Для удобства обслуживания гостей в подобных условиях лучше всего накрыть «шведский стол». Он широко используется во всех европейских странах в тех случаях, когда требуется быстрое и ненавязчивое обслуживание.

«Шведский стол» представляет собой набор разнообразных закусок в виде бутербродов, канапе, валованов – в основном с рыбными или мясными закусками, не требующими пользования ножом. Закуски уложены на специальных высоких, «многоярусных» или гнездовых блюдах, легкодоступны. Очень популярны бутерброды с продуктами моря, уложенными на тостах – маленьких кусочках жареного хлеба.

## Уха

Уха – русское национальное рыбное горячее жидкое блюдо. Уха отличается от рыбных супов и других рыбных суповых блюд русской кухни (ботвиньи, юрмы, калы, солянки) как технологией приготовления, так и составом и композицией продуктов.

В уху в принципе должна идти только свежая, свежепойманная или даже живая рыба (например, в стерляжью уху). Поэтому она так подходит для приготовления ее на костре. Как правило это блюдо готовится только из одного сорта рыбы – отсюда уха всегда называется по названию соответствующей породы: стерляжья, окуневая, осетровая, судачья, сиговая.

Если спустя час-полтора выловленная рыба окажется в котелке, беспокоиться за судьбу улова надобности нет. Более длительное (хотя бы до утра) сохранение рыбы предполагает заботу о ней.

Проще всего трофей умертвить. Только не так, как иногда поступают: оставляют пойманную рыбу биться и засыпать. Она в этом случае раньше начинает портиться, да и вкусовые качества ее ухудшаются. Ударом палки по голове рыбу оглушают, делают прокол ножом в задней части головы, подсушивают на воздухе (на теле рыбы образуется защитная пленка, препятствующая попаданию микроорганизмов) и, переложив крапивой, осокой, свежими листьями ольхи, кладут в защищенное от солнца место. Весомые экземпляры рекомендуется умерщвлять, перерезав жаберную вену и спустив кровь. Мясо рыбы становится плотнее и вкуснее. Если хотят дольше продержать рыбу живой, то опускают ее в просторном нитяном или другом садке на глубину в прохладные придонные слои. Там же, где прибрежная понизь сочится студеными ручейками, легко устроить нечто вроде аквариума, перегородив ручеек или выкопав ямку по соседству с ним, чуть ниже уровнем. После заполнения мини-водоема пускают туда рыбу (не травмированную!) и накрывают сверху ветками, чтобы она не выпрыгнула. В таком садке рыба останется живой и день, и два. Заснувшую рыбу держать в воде нельзя – она портится буквально на глазах. Снулую рыбу, сразу же завернув в крапиву, забив ею же рот и жабры, кладут в тень до скорого приготовления. Еще надежнее выпотрошить ее, удалить жабры, слегка присолить внутри и завернуть в крапиву, осоку, листья черемухи. Помогут сохранить рыбу до конца дневного перехода нарезанные дольки чеснока, кашица из хрена. Неплохим консервантом является подслащенный уксус. Им пропитывают тряпку и заворачивают в нее рыбу, предварительно присоленную.

Свежая рыба доброкачественна, если имеет алые, без постороннего запаха жабры, светлые выпуклые глаза с прозрачной роговой оболочкой; гладкую, блестящую, без липкой слизи, с усилием отделяющуюся чешую; плотное, крепко связанное с костями мясо, не уступающее при надавливании; нормальное, не вздутое брюшко. От употребления в пищу рыбы, не отвечающей этим требованиям, необходимо отказаться:

недолго отравиться, что в походных условиях опасно вдвойне.

Обычно в уху не кладутся овощи, кроме лука (целой луковицей) и в редких случаях – одной-двух целых картофелин, да и то тогда, когда уха готовится уже из снулой рыбы, хотя и выловленной недавно, но уже не живой.

Все виды ухи готовятся очень быстро – от 12 до 20 минут кипения. Свежую рыбу для ухи не очищают от чешуи, а кладут в холодную воду, и при ее медленном нагревании чешуя распускается без остатка, давая ухе ее особый навар и вкус.

### **Уха бурлацкая**

В кипящий бульон из мелкой рыбы и рыбных отходов положить целыми небольшими клубнями картофель и мелкие головки лука. В конце варки добавить соль, лавровый лист, перец. В глиняный горшочек сложить куски сваренной рыбы, сливочное масло, залить ухой, довести до кипения и заправить зеленью.

Состав: рыба – 300 г, бульон – 1,5 л, картофель – 400 г, лук – 100 г, петрушка (корень) – 0,5 шт., масло – 40 г, укроп, петрушка (зелень), специи, соль.

### **Уха верхнедонская по-елизаветински**

Рыбу выпотрошить, удалить жабры, уложить в кастрюлю и залить холодной водой. Добавить 2—3 крупно нарезанные картофелины, луковицу, 2—3 помидора и специи. Варить уху около часа; перед готовностью добавить зелень укропа и петрушки. К столу подается отдельно бульон и отдельно – куски сваренной рыбы, политой соленым рыбным бульоном.

### **Уха двойная**

В котелок заложить завернутую в чистую марлю половину подготовленной для ухи мелкой рыбы, головы, плавники остальных рыб, щепоть крупы и варить с полчаса. Затем рыбную массу в марле отжать и отжимки выбросить. В котелок с получившимся рыбным бульоном опустить 2—3 картофелины, луковицы, перец горошком, лавровый лист, вторую порцию рыбы, уже более крупной и очищенной от чешуи. Варить до готовности, разложить по мискам рыбу и разлить уху.

### **Уха деликатесная**

Сварить пряный отвар, добавив в него мелкую, хорошо промытую и обезглавленную рыбу. Процедить через чистую ткань. Охладить. Подготовить и нарезать осетровую рыбу. Опустить в охлажденный отвар, довести до кипения, тщательно удалив пену, уменьшить нагрев. Варить 20—25 минут. Готовую рыбу осторожно вынуть из отвара, положить по одному куску в каждую тарелку, несколько ломтиков лимона без зерен, залить бульоном и

посыпать измельченной зеленью. Ей можно придать отличный вкус, добавив в самом конце варки один стакан несладкого шампанского.

Состав: рыба осетровая – 1 кг, мелочь рыбная – 800—1000 г, сельдерей (корень) – 1 шт., петрушка (корень) – 1 шт., лук-порей – 60 г, лук репчатый – 2 шт., лист лавровый – 2 шт., перец черный горошком – 6—8 шт., лимон —0,5 шт., соль.

### **Уха днепроvская**

Мелкую потрошеную рыбу без жабр и глаз промыть, залить холодной водой и варить с добавлением лука и белых кореньев до готовности. Готовый бульон процедить, в него положить картофель, нарезанный дольками, проварить 10—15 минут, затем положить приготовленные куски судака и варить до готовности судака.

Готовую уху заправить растертым с репчатым луком салом-шпик, добавить специи, довести до кипения.

При подаче посыпать зеленью.

Отдельно подать кашу.

Состав: рыба (ерш, окунь) – 500 г, судак – 450 г, лук репчатый – 100 г, петрушка (корень) – 0,25 шт., картофель – 250 г, сало-шпик – 25 г, специи, соль.

### **Уха из голов свежей и мороженой кеты**

Удалить жабры и глаза, тщательно промыть головы в холодной проточной воде. Опустить их в кипящую воду так, чтобы вода покрывала головы. После повторного закипания снять пену и посолить. Положить лук, перец и варить 6—10 минут. За несколько минут до готовности положить лавровый лист.

Состав: кета (головы) – 3—4 шт., лук репчатый – 1—2 шт., лист лавровый – 1—2 шт., перец черный горошком – 5—7 шт., соль.

### **Уха из ершей**

Рыбешек выпотрошить, не трогая чешуи, колючки можно отрезать, подготовленную рыбу слегка сполоснув, вместе с покрывающей их слизью положить в котелок, залить водой и поставить на огонь. Когда рыба вот-вот будет сварена, вынуть тех рыбешек, что побольше, и положить в миску. Остальных продолжить держать на огне до разваривания. Снять котелок с огня, процедить его содержимое, остатки рыбы выбросить, а в бульон положить крупные куски другой рыбы и мякоть той, что была ранее вынута, специи, луковицу, несколько зернышек черного перца и в самом конце варки – лавровый листик. После того как у рыбы побелеют и отвердеют глаза, а сама она станет молочно-белой, можно считать уху сваренной. Куски рыбы вынуть, бульон разлить по кружкам.

Наваристость всякой ухи зависит от количества и жирности использованной рыбы.

Аромат и своеобразный вкус ухе можно придать, сдабривая уже готовое блюдо молотым перцем, укропом, соком лимона, зеленью петрушки, сельдерея, зеленого лука, черемши и другими пахучими растениями и веществами. Варить на малом огне, не допуская бурного кипения, тем более не давая ухе «убежать».

### **Уха из карасей**

Рыбу очищенную, выпотрошенную положить в посуду с водой. Довести до кипения и снять накипь. Затем положить нарезанный кубиками картофель, лук, петрушку или сельдерей, перец, лавровый лист, соль и варить 20—25 минут. Подавая к столу, посыпать уху мелко нарезанным укропом. Так же готовится уха из умбрины или путассу.

Состав: рыба – 1 кг, лук репчатый – 2 шт., петрушка или сельдерей (корень) – 0,5 шт., лист лавровый – 2 шт., картофель – 3 шт., перец душистый горошком – 3 шт., перец черный горошком – 3 шт., соль.

### **Уха из мелких окуней и ершей**

Выпотрошить и тщательно промыть рыбу: с ершей чешую не счищать, т. к. она придает ухе необходимую клейкость. Подготовленную рыбу положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль, лук, лавровый лист и коренья, варить на небольшом огне при слабом кипении примерно 40—60 минут. Когда бульон будет готов, его следует процедить. Уху подать на стол в бульонных чашках с кулебякой или расстегаями. При подаче на стол можно положить в тарелки отваренную в ухе рыбу.

Состав: рыба – 1 кг, вода – 2,5—3 л, лук репчатый – 1 шт., лук-порей – 1 шт., петрушка (корень) – 1 шт., сельдерей (корень) – 1 шт., лист лавровый, перец горошком, соль.

### **Уха из налима**

С налима снять кожу, отделить печень, после чего тщательно промыть, а затем нарезать кусками, ошпарить в горячей воде (20—30 секунд), промыть в холодной воде и сварить. Печень сварить отдельно в подсоленной воде с добавлением лимонного сока.

Подавать уху с куском рыбы и печени. Отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень. К ухе можно подать расстегаи с вязигой.

Состав: бульон (уха) – 1,6 л, налим – 360 г, масло сливочное – 8 г, морковь – 20 г, лимон – 0,5 шт., петрушка (зелень) – 6 г, укроп – 6 г, перец горошком – 0,2 г, соль.

### **Уха из разной рыбы**



Уха получается вкусной, если в ней варится много рыбы (на 6—8 порций около 2,5 кг рыбы). Посредственную уху можно сварить из 1—1,2 кг рыбы. Приготавливая уху, вначале надо сварить овощной отвар из корней и специй, положить в него 1—1,2 кг ершей и варить около часа, чтобы они полностью разварились. Все процедить, довести уху до кипения, положить в нее еще 1—1,2 кг очищенной от кожи и костей рыбы (налима, окуней, щуки, линя, осетра и др.). Сварить уху до готовности и подать горячей. В конце варки можно влить в готовую уху немного шампанского или белого сухого вина. Порционно положить рубленую зелень и ломтики лимона.

### **Уха из рыбной мелочи по-рыбацки**

Рыбную мелочь, очищенную от чешуи и тщательно выпотрошенную, хорошо промыть, сложить в кастрюлю и залить белым вином. Добавить холодную воду, довести до кипения и варить 8—10 минут. Посолить и подать уху холодной без других приправ и гарниров.

Состав: рыбная мелочь – 500 г, вода – 1,25 л, белое вино – 100 г, соль.

### **Уха из стерляди деликатесная**

Сварить пряный овощной отвар, добавить выпотрошенную и очищенную от чешуи рыбную мелочь, сварить и процедить через 2—3 слоя марли. Подготовить и нарезать кусками стерлядь, положить в получившийся бульон и довести до кипения. Тщательно удалить пену и варить уху, не давая ей сильно кипеть, около получаса. В готовую уху в конце варки можно влить стакан сухого шампанского.

Состав: стерлядь – 1 кг, рыбная мелочь – 800—900 г, сельдерей – 1 корень, петрушка – 1 корень, лук – 1 шт., лук-порей – 2—3 стебля, лавровый лист – 2 шт., лимон – 0,5 шт., черный перец – 6—8 горошин, соль.

### **Уха на ниточках**

У почищенной, выпотрошенной рыбы удалить плавники, тушки нанизать на крепкую нить, пропустив ее через глаза либо привязав каждую рыбешку отдельно, за жаберные крышки. Связку с рыбой поддеть палочкой, опустить в котелок, палочку положить на его края. Добавить специи и поставить на огонь. Уха будет готова, когда мясо станет отделяться от костей. Нить с костями удалить. Варить такую уху из не очень крупной рыбы.

### **Уха нижнедонская по-старочеркасски**

Мелкую рыбу (ерш, окунь, плотва, красноперка, уклея) выпотрошить, из голов удалить жабры. Рыбу залить холодной водой, добавить лук, соль, специи и варить на слабом огне

около часа. В готовую уху добавить уксус или лимонный сок.

### **Уха обыкновенная**

В котелок с водой положить щепоть перебранной и промытой крупы – пшена или риса, 2—3 картофелины, луковицу, перец горошком, лавровый лист и поставить на огонь. Когда картофель станет полумягким, в кипящую воду опустить подготовленных (выпотрошенных, без жабр, но в чешуе, с плавательным пузырем) мелких рыбешек – окуньков, плотвичек, ершей, уклеек, ельцов и других – целиком, а также крупную рыбу если она имеется, разрезанную на куски. Головы, плавники, жировые пленки крупной рыбы не выбрасывать – тоже опустить в котелок. Варить примерно с четверть часа, чтобы побелели и отвердели глаза крупной рыбы, а мясо легко протыкалось.

### **Уха по-дальневосточному из кальмаров**

Кальмаров вымыть в большом количестве холодной воды и разрезать на куски. Залить холодной водой, добавить соль, перец горошком, лавровый лист и поставить варить на 5—10 минут. На сливочном масле обжарить лук с томат-пастой. В готовый процеженный бульон положить картофель, петрушку и варить до готовности. Перед подачей на стол уху посыпать зеленью петрушки.

Состав: кальмары – 500 г, лук репчатый – 1 шт., картофель – 5 шт., петрушка – 1 корень, сливочное масло – 2,5 ст. ложки, томат-паста – 1 ст. ложка, черный перец, соль, зелень.

### **Уха опеканная**

Подготовленную к варке рыбу нарезать на куски и отварить в небольшом количестве бульона с добавлением уксуса. Головы, хвосты, пузыри и плавники вместе с нарезанным картофелем, луком, морковью отварить. В процеженный бульон опустить колечки лука, ломтики рыбы, кусочки помидоров. Все залить майонезом, размешанным с сахаром, сверху посыпать рубленой зеленью.

Состав: рыба – 1 кг, помидоры – 600 г, масло растительное – 100 г, майонез – 2 банки, сахар – 2 ст. ложки, лук – 2 шт., зелень петрушки и укропа – по 1 ст. ложке, уксус – 2 ст. ложки, соль.

### **Уха по-сегедски**

Рыбу (карпа, сома, судака) почистить, выпотрошить, промыть (головы, плавники и хвосты отрезать и отложить в сторону), разрезать на куски по 50 г, посолить и положить в кастрюлю. Головы, плавники, хвосты и кости поставить варить отдельно с нарезанным кольцами луком. Когда вода закипит, в нее бросить красный перец, после чего бульон

продолжить кипятить до полного разваривания лука (приблизительно 1,5 часа), бульон процедить, залить им рыбу и припустить на слабом огне 10—15 минут. Кастриюлю время от времени нужно встряхивать, так как при помешивании ложкой можно повредить куски рыбы. Летом в уху рекомендуется класть нарезанную дольками зеленую паприку (перец зеленый).

Состав: рыба свежая – 500 г, лук репчатый – 80 г, перец красный – 5 г, соль.

### **Уха прозрачная**

Отварить и отжать мелкую рыбешку, извлечь из бульона и выбросить. Приготовить оттяжку: в бульон опустить белок от 1–2 яиц. Он собирает всю растворенную в бульоне муть и оседает с ней на дно. Чистый прозрачный бульон слить в котелок и уже в нем варить со специями куски крупной рыбы как обычно.

### **Уха рядовая из речной рыбы**

В подсоленный кипяток положить картофель, разрезанный на четвертинки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нашинкованные соломкой морковь, корни петрушки и пастернака. Варить уху 20 минут, тщательно снимая пену. Затем по желанию уху процедить, добавить лавровый лист, перец и еще проварить 5 минут.

Усилить огонь и опустить в готовый бульон тщательно очищенную и нарезанную на куски рыбу. Варить ее на умеренном огне около 20 минут, не давая сильно кипеть. В конце варки уху посолить, засыпать зелень петрушки и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться около 10 минут.

Состав: рыба – 1,5 кг, вода – 1,75 л, лук – 2 шт., морковь – 0,5 шт., корень петрушки – 1 шт., зелень петрушки, пастернак – 1 корень, картофель – 2 шт., укроп – 1 ст. ложка, лавровый лист – 3 шт., черный перец – 8 горошин, эстрагон – 1 ст. ложка, соль – 2 ч. ложки.

### **Уха рыбацкая**

Рыбу выпотрошить, почистить, нарезать кусками, залить холодной водой, положить очищенные картофель, лук, коренья, 1—2 лавровых листа, 5–7 горошин перца, соль, закрыть посуду крышкой и варить на медленном огне. Готовую уху подавать на стол, посыпав рубленой зеленью петрушки или укропа.

Для ухи лучше брать ершей, окуней или налима. Ершей и окуней положить в котел целыми с чешуей.

Состав: рыба (щука, судак, налим, окунь и др.) – 1 кг, картофель – 6–7 шт., коренья – по 1 шт., лук – 1 шт., зелень – 1 пучок, лавровый лист, черный перец, соль.

### **Уха сборная**

Очистить морковь, сельдерей, репчатый лук, корень петрушки и корень пастернака, все мелко нарезать и сварить в подсоленной воде. Сваренные корни протереть через сито и залить отваром. Довести до кипения и прибавить очищенную и промытую мелкую рыбу, лавровый листик, черный перец в горошинах и сливочное или растительное масло. Рыбу варить 20—25 минут.

Если уха будет подана в горячем виде, то заправить ее яйцом, лимонным соком и мелко нарезанной зеленью петрушки, а если в холодном, то посыпать уху крутыми яйцами, нарезанными кубиками, мелко нарезанными солеными огурцами и зеленью петрушки.

Уху можно приготовить и из крупной рыбы, нарезанной небольшими кусками.

Состав: рыба – 500 г, морковь – 1—2 шт., сельдерей (корень) – 0,5 шт., лук репчатый – 2 шт., петрушка (корень) – 3—4 шт., пастернак (корень) – 1—2 шт., лист лавровый – 1 шт., масло сливочное (или растительное) – 3 ст. ложки, петрушка (зелень), перец черный горошком, соль, яйцо – 1 шт.

### **Уха сборная «Атлантика»**

Из костей рыбы сварить бульон. Мелко нарезанные лук и морковь спассеровать на масле и положить в кипящий бульон. Кусочки рыбы, нарезанные из филе с кожей и реберными костями, припустить в небольшом количестве бульона. В порционные тарелки положить кусочки отварной рыбы, налить бульон и посыпать зеленью.

Состав: ставрида мороженая – 200 г, скумбрия мороженая – 200 г, хек мороженный – 200 г, морковь – 0,5 шт., лук репчатый – 3 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, лист лавровый, петрушка (зелень) – 0,5 ч. ложки, укроп – 0,5 ч. ложки, перец черный горошком – 5—6 шт., соль.

### **Уха с картофелем**

Сварить в пряном отваре очищенную и хорошо промытую рыбную мелочь. Рекомендуется перед варкой освободить рыбу от голов, чтобы они не придали отвару горечи. Процедить отвар, прокипятить и добавить в него нарезанный брусочками или ломтиками картофель. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа. Для улучшения вкуса перед подачей к столу уху можно заправить сливочным маслом, добавляя его в суп мелкими кусочками и все время помешивая.

Состав: мелочь рыбная — 1,5 кг, петрушка (корень) – 0,5 шт., сельдерей (корень) – 0,5 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 2 шт., картофель – 500—600 г, перец черный горошком – 6—8 шт., соль.

### **Уха с картофелем и помидорами**

Мясистую рыбу приготовить, как обычно, а затем отделить филе с кожей. Нарезать его порционными кусками, посолить и до использования поставить в прохладное место. Из пищевых отходов – голов, плавников, костей – сварить бульон. Готовый бульон процедить, довести до кипения, положить в него нарезанный картофель, репчатый лук и корень петрушки. Варить приблизительно 20 минут, после чего добавить рыбу, специи, нарезанные свежие помидоры и варить еще 20—25 минут. Снять с огня, тотчас же заправить кусочками сливочного масла. Перед подачей на стол в каждую тарелку положить кусок рыбы и посыпать уху измельченной зеленью. При использовании живой рыбы эту уху лучше варить без специй.

Состав: рыба мясистая – 800 г, петрушка (корень) – 1 шт., лук репчатый – 2 шт., картофель – 600 г, помидоры – 400 г, масло сливочное – 1,5 ст. ложки, лист лавровый – 1—2 шт., перец черный горошком – 3—5 шт., соль.

### **Уха с помидорами**

Рыбу тщательно выпотрошить, отделить филе, а из костей, головизны и плавников сварить бульон. В процессе варки бульон посолить. Из готового бульона вынуть рыбу, бульон процедить, добавить нарезанный дольками картофель, лук, корень петрушки и варить до готовности. За 10—15 минут до окончания варки добавить нарезанные кусками филе рыбы, мелко нарезанные помидоры и специи. Готовую горячую уху заправить сливочным маслом.

Состав: судак или другая малокопостная рыба – 400 г, вода – 2—2,5л, картофель – 600 г, петрушка – 2—3 корня, лук – 1—2 шт., помидоры – 300 г, сливочное масло – 2 ст. ложки, зелень, специи, соль.

### **Уха тройная**

Отварить завернутых в чистую марлю мелких рыбешек, головы, плавники крупных рыб, отжимки выбросить. Заложить, опять же в марле, еще одну порцию мелкой рыбы. После того как она будет отварена, отжата и выброшена, в котелок заложить картофель, лук, специи и куски крупной очищенной рыбы (когда картофель станет полуготовым), ее жировые пленки и варить до готовности.

### **Уха африканская**

Макрель почистить, удалить головы и хвосты, нарезать и варить в кипятке 7 минут, предварительно положив в воду мелко нарезанный лук, лавровый лист, ломтики лимона и соль. Влить томатный сок, положить консервированную лососину, заправить перцем, закипятить один раз и подать.

Состав: макрель – 500 г, лосось (горбуша) – 300 г, лук – 100 г, вода – 0,5л, сок томатный

– 0,5 л, лимон – 0,5 шт., лист лавровый, перец молотый, соль.

### **Похлебки, супы, кашицы и каши**

Огромным успехом у любителей пикников пользуются похлебки, супы, кашицы и каши, сваренные на костре. На свежем воздухе они кажутся необыкновенно вкусными и вызывают аппетит. Особо это относится к картофельной похлебке с чесноком и укропом.

#### **Похлебка луковая**

Коренья нарезать соломкой, положить в кипящую воду и варить до полной мягкости. Репчатый лук и лук-порей нарезать очень мелкими кубиками, перетереть с солью и засыпать в кипящий овощной отвар, добавив горошины перца. Когда лук полностью распустится, а отвар окрасится в зеленоватый цвет, посолить, засыпать измельченную пряную зелень и через 3 минуты снять с огня. По желанию в похлебку при варке можно добавить мелко нарезанный картофель. Закрывать котелок с похлебкой крышкой и дать немного настояться. Горячую похлебку можно разлить в кружки и подать к запеченному мясу или к закусочным пирожкам.

Состав: вода – 1,25 л, лук – 4—6 шт., лук-порей – 1 стебель, петрушка и сельдерей – по 1 корню, укроп – 1 ст. ложка, черный перец – 4—6 горошин, соль — 1 ч. ложка.

#### **Похлебка картофельная**

В подсоленный кипяток положить измельченный лук и проварить до мягкости. Добавить нарезанный кубиками картофель и варить до полной его готовности. Пряности и пряную зелень внести в похлебку соответственно за 5—7 и 2 минуты до готовности.

Состав: вода – 1,25л, картофель – 5—6 шт., лук – 1 шт., чеснок – 0,5 шт., лавровый лист – 3 шт., зелень укропа и петрушки – по 1 ст. ложке, черный перец – 6—8 горошин.

#### **Похлебка из картофеля с зеленью**

Очищенные клубни картофеля разрезать пополам или на четыре части, залить кипящей подсоленной водой (но не пересоленной, т. к. вода будет выпариваться) в количестве немного большем, чем при приготовлении обычного отварного картофеля. Добавить небольшую целую луковицу, посолить и варить до готовности.

Готовый картофель разложить в глубокие миски, залить картофельным отваром, предварительно добавив в него тщательно растертую с небольшим количеством суповой жидкости вареную луковицу и слегка проварив. Порционно положить в похлебку по

кусочку сливочного масла и всыпать мелко нарезанные перья зеленого лука и зелени укропа.

### **Похлебка грибная горячая**

Картофель очистить, нарезать кубиками и положить в котелок. Добавить предварительно замоченные грибы, нарезав их на кусочки, и мелко нарезанный лук. Все залить водой в потребном количестве, добавить растительное масло и варить над костром до полной готовности, не допуская очень сильного кипения. Посолить похлебку в процессе приготовления и всыпать хлебные крошки, оставшиеся при нарезке хлеба. Если есть возможность, положить в готовую похлебку веточку чабреца и измельченный чеснок.

Состав: картофель – 3—4 шт., сухие грибы – 50 г, лук – 1 шт., растительное масло – 1—2 ст. ложки, хлебные крошки – 1—2 ст. ложки, чеснок и чабрец.

### **Похлебка овощная с грибами**

В кастрюлю положить очищенные вымытые и нарезанные корни сельдерея и петрушки, лук-порей, морковь, репу, целые сушеные грибы и нарезанный четвертинками картофель. Добавить в подготовленные овощи мелкую ячневую или пшеничную крупу, мелко нарезанный лук, залить нужным количеством воды и варить в котелке на костре до полного разваривания крупы и овощей, добавив при варке немного растительного масла (крупа сварится быстрее). Затем вынуть сварившиеся грибы, мелко нарезать и снова опустить их в похлебку. Хлебные крошки хорошо растереть с растительным маслом и все переложить в котел с похлебкой. Снять похлебку с костра, всыпать мелко нарезанные любые ароматные травы и чеснок (можно зеленые листья чеснока). Прикрыть котел крышкой и дать готовой похлебке немного настояться. Аналогично можно приготовить не похлебку, а жидкую кашу, уменьшив норму воды или увеличив норму крупы.

### **Похлебка с дичью**

В кипящую воду положить мясо дичи, любую крупу и варить, пока они не разварятся. Затем добавить мелко нарезанный картофель, морковь, чеснок, бруснику и репчатый лук. Через час кипения приправить лавровым листом, черным перцем и солью.

На завершающей стадии приготовления в костер надо положить сырое топливо: дым придает похлебке специфический аромат. После 15-минутной выдержки на медленном огне похлебка готова.

### **Суп охотничий**

Грудинку вместе с костями разрубить на куски, промыть и варить без соли около часа на малом огне, снимая пену. Затем засыпать крупу и варить еще около часа и дать покипеть

5—10 минут.

Состав: мясо косули или оленя – 1 кг, вода – 2 л, ячневая или рисовая крупа – 0,25 стакана, манная крупа – 1 ложка, соль.

### **Суп-шурпа из дикой утки**

Тушку разделить на 5—6 кусков. Репчатый лук, морковь, свеклу, картофель нарезать мелкими кубиками. В посудину налить растительное масло и разогреть на огне, положить туда куски утки и поджарить до золотистого цвета. Добавить репчатый лук и тоже обжарить до золотистого цвета. После этого положить морковь, свеклу и тушить, помешивая, на медленном огне 20—25 минут. Затем содержимое залить водой и варить около часа.

За 15—20 минут до готовности мяса суп посолить, положить картофель, лавровый лист, черный молотый перец. Как только картофель будет готов, посудину снять с огня и добавить немного нашинкованного укропа и петрушки.

Состав: утка – 1 кг, растительное масло – 100 г, репчатый лук – 3—4 шт., морковь – 2—3 шт., небольшая свекла – 1 шт., картофель – 500 г, укроп, петрушка.

### **Суп с пшеном из дикой утки**

Утку разрубить на части, поместить в котелок, положить 1—2 луковицы, залить водой. Котелок повесить над огнем. Когда вода закипит, всыпать промытое пшено, добавить лавровый лист, соль и варить до готовности.

### **Суп-гуляш луковый с картофелем**

Картофель, сельдерей и лук очистить, нарезать, залить кипятком, добавить пряности и чеснок. Все варить до готовности картофеля 35—40 минут. Заправить готовый суп специями. Копченое сало слегка обжарить над костром, поместив кусок сала на шампур. Затем нарезать обжаренное сало мелкими кубиками и порционно добавить в суп. Посыпать суп рубленым укропом и подать к нему чесночные гренки.

Состав: картофель – 1,5 кг, сельдерей – 150 г, лук – 250 г, копченое сало – 70 г, чеснок – 2—3 дольки, укроп, майоран, черный молотый перец, соль, вода – 1—1,5 л.

### **Суп гороховый с мясными консервами**

В кипящую воду положить мясные консервы, мелко нарезанную луковицу и консервированный лущеный горох. Варить 10—15 минут на среднем огне, добавив жир из консервов или растительное масло. Рубленую зелень петрушки и укропа тщательно



растереть с солью и размятой долькой чеснока, чтобы появился зеленый сок, и заправить готовый суп. Если для супа используется горох, консервированный с томатом, можно вместе с зеленью добавить в суп 1—2 чайные ложки острого томатного соуса или кетчупа. Подать суп горячим с чесночными гренками из темного пшеничного хлеба.

Состав: консервированный лущеный горох – 4—5 ст. ложек, консервированное мясное ассорти или гуляш – 0,5 банки, растительное масло – 2 ст. ложки, лук – 1 шт., соль, специи и зелень по вкусу.

### **Суп картофельный с баклажанами или кабачками**

Очищенные и мелко нарезанные кабачки или баклажаны посолить, дать постоять, отжать сок. Картофель нарезать кубиками, сварить в подсоленной воде до полуготовности. Добавить баклажаны или кабачки и мелко нарезанные свежие помидоры. Влить в суп немного растительного масла и положить лавровый лист. Варить суп до готовности, затем 10—15 минут настоять и подать теплым.

### **Гречневая каша простая**

Гречневую сечку промыть в воде и дать стечь остаткам жидкости. Переложить подготовленную крупу в котелок, залить кипящей подсоленной водой и варить над костром до готовности, не давая сильно кипеть. Готовую кашу заправить жиром из банки с тушенкой и подать горячей. Каша получится вкуснее, если в нее добавить косточки от мяса, приготовленного для шашлыка.

Состав: вода или бульон – 6—8 стаканов, гречневая сечка – 1,5 стакана, соль и жир.

### **Манная каша на бульоне**

Из оставшихся при подготовке шашлыков косточек сварить в котелке над костром бульон. В кипящий подсоленный бульон тонкой струйкой всыпать манную крупу и, постоянно помешивая, варить 5—7 минут на слабом огне. За 2—3 минуты до конца варки добавить специи.

В готовую кашу положить кусочек сливочного масла, накрыть котелок с кашей крышкой и дать настояться в течение 10 минут.

Состав: бульон из косточек птицы или свинина – 3—4л, манная крупа – 2—3 кофейных чашки, соль, специи, масло.

### **Каша пшенная с грибами и кореньями**

Пшено тщательно промыть. Грибы отварить до готовности в подсоленной воде, добавив очищенные целые корни. Обжарить в масле до золотистого цвета мелко нарезанный лук. Готовые грибы и овощи пропустить через мясорубку. Положить в грибной отвар овощи, грибы, лук и довести его до кипения. Всыпать подготовленное пшено, поставить в печь и варить кашу до готовности.

Подать кашу горячей, полив растопленным сливочным маслом.

Состав: пшено – 2 стакана, яйцо – 1 шт., свежие или сушеные грибы – 50 г, небольшая морковь – 1 шт., петрушка или сельдерей – 1 небольшой корень, лук – 5 шт., грибной отвар – 1,5 л, сливочное масло – 1 ст. ложка.

### **Кашица ячневая с салом и молоком**

Ячневую крупу промыть, залить водой, добавить мелко нарезанный шпик и варить на слабом огне до полуготовности. Затем влить горячее молоко, посолить и тушить кашу до полной готовности крупы. Кашу подать горячей с чаем, приготовленным из яблочной кожуры или листьев смородины.

Состав: свиной шпик – 150—200 г, вода – 0,5 л, ячневая крупа – 1 стакан, молоко – 0,5 л, соль.

### **Каша кукурузная с изюмом**

Кукурузную крупу промыть в нескольких водах, пересыпать в кастрюлю, залить смесью воды и молока и довести до кипения. Кашу посолить, добавить сахар, изюм и сливочное масло.

Накрыть кастрюлю крышкой и варить кашу на слабом огне до полной готовности.

Состав: кукурузная крупа – 1 стакан, вода – 1—1,5 стакана, молоко – 1 стакан, сливочное масло – 1 ст. ложка, изюм – 0,5 стакана, соль и сахар.

### **Чуворишавла – каша из джугары с маслом**

Мясо нарезать кусочками и обжарить вместе с нашинкованным репчатым луком, залить водой, заправить солью, перцем, положить предварительно замоченную джугару и варить до готовности. При подаче посыпать зеленью.

Состав: мясо – 400 г, сало топленое – 60 г, джугара – 400 г, лук репчатый – 40 г, зелень – 40 г, соль, перец.

### **Шашлыки**

Шашлык – самое древнее блюдо, известное нашим предкам со времен появления огня. И, пожалуй, самое распространенное. Его готовят многие народы в различных странах мира. Особенно шашлык распространен среди народов Кавказа, где каждый знает технологию его приготовления.

Само слово шашлык происходит от азербайджанского слова шиш-шомпол. В странах Востока шашлык называют кебабом, что в дословном переводе означает «жареная пища без воды».

Родственники шашлыков – люля-кебаб, деймя-кебаб, тава-кебаб и т. п. Это те же шашлыки, только у них другая технология приготовления.

Для того, чтобы шашлык удался, следует отметить несколько важных моментов:

– для шашлыков надо брать по возможности молодое мясо, либо мясо с прирощенными кусочками сала или жира; особенно подходит мясо упитанного молодого животного, обычно барашка, нарезаая куски так, чтобы они были вместе с жиром, и располагают их на вертеле или решетке таким образом, чтобы жировая часть была сверху и жир при гриллировании шашлыка все время стекал бы на мясо. Если мясо не имеет собственного жира, то можно перед гриллированием обмакнуть каждый кусок в подсолнечное или иное растительное масло. Расположение сала между кусками мяса является чисто механическим, декоративным приемом и дает отрицательный эффект, жир мимо мяса стекает на угли и вызывает чад, придающий всему кушанью неприятный запах, огрубляющий его. Иногда для шашлыка применяют заранее приготовленное маринованное мясо, так называемую бастурму, что практикуется только тогда, когда на шашлык берут мясо старого животного или вместо баранины используют говядину.

– запекать мясо, птицу, рыбу или другие продукты надо не над огнем, а над жаркими древесными углями. Приготовить такие угли можно из сухой и не гнилой древесины лиственных пород, акации, фруктовых деревьев. А вот смоляные деревья (ель, сосна) для такого костра не подходят: они дадут мясу неприятный привкус и запах. Очень хорошее равномерное и достаточно сильное тепло дают уголья из сухих вылушенных початков кукурузы; мясо для шашлыков нарезается по-разному, каждый рецепт предусматривает нарезку мяса кусочками определенных размеров.

Маринад готовится в соответствии с рецептом, состав маринада при подготовке мяса для шашлыков надо по возможности не менять. В некоторых рецептах шашлыков мясо не маринуется вообще, а в других мясо выстаивается в маринаде от 15 минут до суток и более, что так же необходимо учитывать.

При мариновании добавляют соль, перец, зиру-тмин, семена кинзы и другие специи.

Мясо, предназначенное для шашлыка, не солят ни до, ни в процессе гриллирования, так как это увеличивает истечение сока и делает шашлык жестким и невкусным.

Приготовление блюд производится непосредственно на углях в специальных шашлычницах – мангалках, тандырах и других в жарочных и пекарских печах, в казанах, противнях, сковородах и другой посуде.

Отдельные блюда приготавливаются в танурах – специальных печах.

К шашлыкам отдельно подают салаты из свежих, соленых и маринованных овощей, соусы, гарниры, соки.

## **Шашлык из дичи**

Нарезанные для шашлыка куски мяса (мякоть почечной части («седло») или от задней конечности) положить в посуду, посолить, поперчить, положить лук, порезанный кружочками, и залить столовым уксусом или водой с 2—3 чайными ложками лимонного сока и мариновать под крышкой 2—3 часа в холодном месте. Затем мясо нанизать на шампуры, чередуя с колечками лука и пластинками шпика, и жарить над углями, постоянно поворачивая, 15—20 минут. Если мясо недостаточно жирно, на порцию добавить 8—10 г свежего свиного шпика, нарезанного ломтиками. Можно шашлык жарить на сковороде, нанизав мясо на деревянные шпильки, или на шампурах. Шашлык на блюде гарнировать луком, нарезанными помидорами, дольками лимона, отварным рисом.

Состав: мясо кабанов, диких коз и баранов – 500 г, репчатый лук – 2 шт., зеленый лук – 100 г, помидоры – 200 г, лимон – 0,5 шт., уксус – 1 ст. ложка, масло – 1 ст. ложка.

### **Шашлык по-хорезмски**

Нежирную баранину или говядину нарезать на куски по 100 г. Каждый кусочек положить на доску и сделать ножом порезы вдоль мышечной ткани, чтобы кусочки приняли лепешкообразную форму толщиной 0,5 см. Затем посыпать с обеих сторон мелкой солью, толченой вместе и перцем, кориандром и зирой. Положить мясо на специальную металлическую сетку с тремя ножками и обжарить сначала одну, затем другую сторону над слабо горящими углями.

Готовое блюдо положить на тарелки, разрезать на мелкие куски, полить виноградным уксусом и подать на стол со свежими овощами.

Состав: мясо – 1 кг, соль и специи, уксус, гарнир.

### **Шашлык по-намангански**

Нарезать мясо на куски по 25—30 г и замариновать, как указано в рецепте «Сих-кебаб» (см. стр. 132). Мясо нанизать по 10—15 кусочков на металлические шампуры длиной 80—90 см. Запанировать сухарями или мукой крупного помола с добавлением красного молотого перца. Шашлык по-намангански жарится в вертикальном тандыре после выпечки самсы.

Подается вместе с салатом или свежими овощами (огурцы, помидоры, редька, лук, редиска).

Состав: мясо – 1 кг, лук – 2 шт., соль, зира, молотый перец, кориандр – по 1 ч. ложке, виноградный уксус – 4—5 ложек.

### **Шашлык из отварной баранины или свинины**

Отварить реберную часть бараньей или свиной туши до полуготовности. Затем надеть на вертел и жарить над углями до получения золотистой корочки. Подать отдельно соль или соленую воду чесночный соус и много зелени. Оставшийся бульон использовать для приготовления на костре похлебок или супов.

### **Шашлык паровой**

Нарезанную мякоть баранины или говядины по 30—35 г смешать с нашинкованным репчатым луком, посыпать солью, перцем, зирой, полить уксусом, перемешать и оставить в прохладном месте для маринования на 2—3 часа. Затем нанизать на шпажки или палочки и варить на пару в течение одного часа. При подаче посыпать зеленью.

Состав: мясо – 900 г, лук репчатый – 100 г, зира – 4 г, уксус – 20 г, зелень – 40 г, соль, специи.

### **Шашлык на шпажках**

Мясо баранины (корейка, окорок) или говядины (толстые, тонкие края верхней и внутренней части задней ноги) нарезать на кусочки по 30—40 г, посолить, посыпать перцем, смешать с нашинкованным репчатым луком, зирой, добавить винный уксус и оставить на 4—5 часов в прохладном месте. Затем куски мяса нанизать на шпажки, между которыми расположить небольшие кусочки сала, и обжарить на углях до румяной корочки.

При подаче посыпать нашинкованным репчатым луком и зеленью, полить уксусом.

Состав: мясо – 900 г, лук репчатый – 180 г, зелень – 40 г, зира – 4 г, уксус винный – 20 г, соль, перец.

### **Шашлык из говядины**

Говядину нарезать на куски, обмыть и обсушить.

Сложить в эмалированную посуду, посолить, поперчить, переложить репчатым луком. Дать постоять 1,5—2 часа.

Подготовленное мясо нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать в лаваше (тонкая пшеничная лепешка) с зеленью, овощами и маринадами.

Состав: говядина – 1 кг, репчатый лук – 4—6 шт., соль, перец.

### **Шашлык из говядины с луком и шампиньонами**

Говяжье филе нарезать кубиками. Растительное масло растереть с красным молотым перцем и подержать в нем мясо около часа. Лук и шампиньоны нарезать кольцами. Нанизать на шампуры, чередуя, кусочки мяса, лук и грибы, сбрызнуть оставшимся маринадом и жарить над углями. Готовый шашлык посолить и поперчить.

### **Шашлык из говядины по-грузински**

Из мякоти говядины, тщательно очищенной от пленок и сухожилий, нарезать небольшие одинаковые кусочки, сложить в керамическую или эмалированную посуду. Пересыпать смесью соли, черного молотого перца, мелко нарезанного лука, молотых семян кориандра или ажгона, взятых и разведенных в нескольких ложках винного уксуса. Все хорошо перемешать руками, посуду закрыть крышкой и выдержать в прохладном месте от 12 часов до 2,5 суток. Затем слегка отжать сок и очистить мясо от специй. Сделать из веточек фруктовых деревьев шпажки, нанизать на них кусочки мяса, птичьим перышком смазать их растительным маслом, обжарить над углями до готовности. Следить за жаром, чтобы был постоянно ровным.

### **Шашлык из говяжьей вырезки по-грузински**

Говяжью вырезку зачистить от пленок и целиком, во всю длину вдоль, одеть на вертел. Чтобы вырезка во время жарения сохранила форму и не сокращалась, привязать ее плотно к вертелу толстыми нитками. Обмазать вырезку растительным маслом, по желанию можно смочить холодной водой. Поместить вертел над углями и, вращая, обжарить мясо до готовности. Сочное мясо нарезать поперек волокон с небольшим скосом на ломтики толщиной до 2 см, посолить, поперчить, смазать острой аджикой. Подать шашлык горячим с веточками зелени и отдельно обжаренными на вертеле горячими помидорами, сняв с них кожицу.

### **Шашлык из свиного филе и печени**

1 маленькое свиное филе (около 300 г), 4 ломтика печени (не слишком толстые, около 250 г) все обмыть, промокнуть, обсушить, снять кожицу. 250 г помидоров вымыть, обсушить, с большого банана снять шкурку.

1—2 луковицы очистить. 725 г промытого шпика, немного маринованных огурцов, все продукты порезать на куски любого размера (лучше всего 3 см величиной), в любом порядке нанизать на шампуры для гриля, смазать растительным маслом. Решетку для гриля покрыть фольгой, сверху положить шампуры, поставить в разогретый гриль, жарить сначала с одной, потом с другой стороны, перевернув шампуры, еще раз смазать маслом, готовый шашлык посыпать приправой для шашлыка.

### **Шашлык из свинины**

Из окорока нарезать куски в форме кубиков или квадратиков по 30—40 г, слегка отбить, посыпать солью, молотым перцем, мелко нарубленным луком (120 г), тмином, зеленью петрушки, полить уксусом (60 г), хорошо перемешать, поставить в холодное место и мариновать 4—6 часов.

Затем куски мяса надеть на шпажки и жарить на мангале над горящими углями. Готовый шашлык снять со шпажек, уложить на блюдо и гарнировать нарезанным кольцами маринованным луком, рассыпчатым рисом, предварительно смешанным с распущенным сливочным маслом и прогретым в жарочной печи.

Состав: свинина – 600 г, лук репчатый – 420 г, зелень – 25 г, уксус 3%-й – 85 г, рис – 200 г, масло сливочное – 30 г, сахар – 15 г, соль и специи.

### **Шашлык из свинины под пикантным соусом**

Нежирное свиное мясо нарезать на средней величины кубики, натереть пряной смесью, нанизать на шампуры. Для пряной смеси смешать вместе раздавленные дольки чеснока, соль, черный перец, молотый красный перец, другие пряности.

Приготовление пикантного соуса. Перемешать растопленный маргарин с двумя столовыми ложками арахисового сладкого соуса и двумя столовыми ложками сока лимона. Прибавить один стручок красного горького перца, очистив его от семян и мелко нарезав. Вместо арахисового соуса можно использовать поджаренный и растолченный арахис, смешанный с небольшим количеством горячей кипяченой воды, чайной ложкой сахара и половиной чайной ложки соли.

Подготовленные кусочки мяса жарить на шампурах над горящими углями, периодически поливая кусочки приготовленным арахисовым соусом. Шашлык подать горячим со свежими овощами.

### **Шашлык из свинины с печенью**

Нанизать на шампуры кусочки нежирной свинины, чередуя их с кусочками печени и бараньего или свиного сала. Посыпать солью, молотым красным острым перцем, смазать растительным маслом и изжарить на мангале или над костром. Следить за жаром и поворачивать шампуры, чтобы продукты запекались равномерно. Подать готовые шашлыки горячими, порционно сняв кусочки на ореховые, салатные или капустные листья и распределив на порции все составляющие шашлыка. Отдельно подать веточки зелени, маринованные или квашенные овощи.

### **Шашлык из мякоти баранины с помидорами**

Мякоть баранины нарезать кусочками по 30—40 г, смешать с кусочками курдючного сала или шпика, нарезанным репчатым луком и чесноком. Все полить лимонным соком.

Приготовленное таким образом мясо выдержать в прохладном месте 2—3 часа. Затем мясо нанизать на шампуры вперемежку с салом и обжарить на углях или на решетке.

Отдельно надеть на шампуры небольшие помидоры и также обжарить на углях. Подавать сразу два шампура – с шашлыком и помидорами.

Таким же образом можно приготовить шашлык из говяжьей вырезки (бастурму) и шашлык из свиного окорока. Обычно к шашлыку подается молодое столовое вино.

Состав: мякоть баранины средней упитанности – 1,5 кг, сало курдючное или свиной шпик – 200 г, лук репчатый – 200 г, чеснок – 2—3 дольки, лимон – 1 шт., свежие помидоры – 600 г.

### **Шашлык из баранины**

Мякоть баранины нарезать кусочками массой 15 г, посолить, посыпать перцем, смочить столовым уксусом, добавить небольшое количество тонко нарезанного лука, перемешать и мариновать в глиняной посуде 4—5 часов. Затем мясо надеть на шпажку и жарить над горящими древесными углями до готовности в мангале.

При подаче шашлык посыпать маринованным в уксусе, с сахаром, репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами.

Подать с жареным картофелем или картофельным пюре.

Состав: баранина – 1 кг, перец – 5 г, лук репчатый – 300 г, уксус – 100 г, сахар – 10 г, соль – 15 г.

### **Шашлык по-кокандски**

Приготавливается из свежей баранины и печени без маринада. Мясо (мякоть) и печень нарезать на кусочки величиной с грецкий орех, посыпать мелкой солью и черным перцем, затем нанизать на специальный трех-, четырехрожковый шампур. Чередовать кусок мяса с кусками сала и печени и т. д. Сначала докрасна обжарить одну сторону, а затем – другую. Подавать на стол в тарелках, сняв с шампура, вместе со свежими овощами и кислыми фруктами, или же без гарнира, просто политым виноградным уксусом.

Состав: мясо – 1 кг, сало – 1 кг, печень – 1 кг.

### **Шашлык из баранины в баклажанах**

Корейку или заднюю часть баранины нарезать одинаковыми кусочками. Баклажаны надрезать глубоко вдоль, посолить. Дать немного постоять и отжать горький сок. В разрез баклажана поместить кусочки баранины, слегка посыпав их солью и черным молотым острым перцем. Нанизать на шампуры, захватывая ими оба конца баклажана и все кусочки мяса. Обжарить над углями, вращая шампур, чтобы куски баранины всеми своими сторонами поворачивались в открытый разрез баклажана. Во время обжаривания смазать баклажаны и кусочки мяса растительным маслом. Подать шашлыки вместе с



запеченными баклажанами, зеленью и специями.

### **Шашлык из баранины с кабачками**

Мякоть задней ноги молодого барашка нарезать средними кусочками, посолить. Очистить от кожицы молодые кабачки, нарезать кружочками и посолить. Нанизать на шампуры кусочки мяса, чередуя их с кружочками кабачков, хорошо подрумянить шашлыки над нежаркими углями. Затем шампуры снять с огня, дать 10 минут остыть, посыпать рубленой зеленью, смочить взбитым яйцом и снова запечь над углями. Подать шашлыки горячими с овощами и зеленым горошком.

### **Шашлык из барашка**

Свежее мясо молодого ягненка (не более 5—6 месяцев) разрубить на кусочки вместе с косточками и хрящиками. Не сдабривая мясо специями, не поливая соленой водой, без лука и специй надеть кусочки мяса на деревянные шпажки. Обжарить над раскаленными углями 10—15 минут, равномерно поворачивая шпажки с мясом. К готовому шашлыку подать много молодой пряной зелени целыми веточками, разделив ее на порционные пучки, чтобы в каждый вошли все сорта поданной зелени.

### **Шашлык из молодого барашка**

Из очищенного молодого барашка, весом 5–6 кг, вынуть ливер (легкое, сердце, печень, почки), хорошо обработать рубец (желудок). Положить все субпродукты в кастрюлю, залить водой, посолить и варить, добавив луковицу и корень сельдерея. Довести субпродукты до мягкости, отцедить отвар и нарезать ливер крупными кусками. Мелко нарезать зеленый лук, припустить в масле, затем добавить к подготовленному ливеру. Все посыпать красным перцем, прибавить томат-пюре, перебранный и промытый рис, зелень петрушки и мяты. Залить 2—3 стаканами отвара, тушить до готовности риса и полного выпаривания жидкости. Полученным фаршем начинить барашка, аккуратно и плотно зашить суровыми нитками, надеть на вертел и поместить над горящими углями. Медленно вращая вертел, смазать или полить тушку растительным маслом и отваром от ливера. Следить за жаром, чтобы не было огня. Жарить шашлык, пока мясо не будет хорошо отделяться от костей.

### **Шашлык из баранины и овощей**

Мякоть баранины нарезать на куски по 30—40 г, сложить в посуду, добавить перец, соль, лук и уксус. Посуду плотно закрыть и поставить в холодное место на 3—4 часа. Готовое мясо очистить от лука, нанизать на шампуры и жарить на мангале. Отдельно нанизать на шампуры лук из маринада, целые или половинки помидоров. Чередовать над углями шампуры с мясом и овощами. Жарить шашлыки до готовности мяса и подать их

горячими с натуральными овощами.

### **Шашлык из свежей баранины**

Мякоть задней части или грудинки свежей баранины зачистить от пленок и сухожилий, нарезать средними кусочками, добавить истолченный чеснок и лук, поперчить и плотно уложить в посуду. Выдержать на холоде около двух часов. Затем нанизать на шампуры и жарить над углями до готовности. Посолить мясо можно до жаренья, растерев с солью дольки чеснока, или подать раствор соли к готовым шашлыкам. Шашлык подать горячим, обильно посыпав рубленой зеленью.

### **Шашлык по-казахски**

Мягкую часть баранины (корейка, задняя нога) нарезать кусочками массой 15 г, надеть на шпажки и жарить над раскаленными древесными углями в мангале до готовности, до образования румяной корочки. Во время обжарки мясо периодически поливать соленым раствором воды с перцем. При подаче к столу шашлык посыпать тонко нарезанным луком и перцем.

Состав: баранина – 1 кг, лук – 150 г, соль, перец.

### **Шашлык из баранины по-таджикски**

Мякоть баранины нарезать кусочками по 30—40 г, смешать с кусочками нарезанного курдючного сала, луком, специями, полить соком лимона и оставить в холодном месте на 2 часа. Подготовленное мясо вынуть из маринада, очистить от лука. Нанизать кусочки мяса на шампуры, чередуя их с кусочками курдючного сала, и обжарить над углями. Готовый шашлык полить лимонным соком; подать с горячими помидорами, запеченными на шампурах отдельно, и зеленью.

### **Шашлык из баранины по-адыгейски**

Мякоть баранины нарезать небольшими кусочками по 60—80 г. Отбить каждый кусочек мяса деревянным молотком, нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями, постоянно поворачивая шампуры. В процессе жаренья полить кусочки мяса раствором соли, в который добавлен растолченный чеснок. Жарить шашлык до готовности и подать горячим с зеленью.

### **Шашлык из баранины по-узбекски**

Баранину с ребрышками нарубить кусочками по 3—4 см. Сложить в керамическую или эмалированную миску, добавить тонко нашинкованный лук, посолить, поперчить, залить

винным уксусом и хорошо перемешать. Накрыть мясо в миске тарелкой, сверху положить гнет. Мариновать мясо около трех часов, затем вынуть кусочки мяса из маринада, хорошо очистить от лука, нанизать на шампуры и жарить над углями. В процессе жаренья сбрызнуть мясо оставшимся маринадом.

### **Шашлык узбекский**

Баранину (задняя нога, корейка, филе, почечная часть) нарезать в виде кубиков по 15 г, заправить мелко рубленным репчатым луком, молотым перцем, солью, анисом, сбрызнуть уксусом и мариновать в прохладном месте 4—6 часов.

Мясо нанизать на шпажку, на конец которой насадить кусочек курдючного сала, посыпать мукой и обжарить над раскаленными углями в мангале.

Подать вместе со шпажкой. На гарнир – шинкованный кольцами репчатый лук или нарезанный шпалами зеленый лук и зелень петрушки.

Состав: баранина – 1300 г, сало курдючное – 100 г, лук репчатый – 500 г, мука пшеничная – 50 г, зелень – 200 г; для маринада: анис – 1 г, лук репчатый – 20 г, перец красный – 1 г, уксус 3%-й – 10 г, соль – 3 г.

### **Шашлык из баранины по-рыбацки или по-охотничьи**

Мякоть окорока молодого барашка нарезать на кусочки, посолить, по желанию посыпать черным и красным перцем. Стручки сладкого болгарского перца без семян нарезать по длине. Бекон без косточек, но с салом нарезать тонкими ломтиками. Нанизать на шампуры кусочки мяса вперемежку с кусочками бекона и перца. Сбрызнуть растительным маслом или окунуть кусочки вначале в масло, а затем нанизать на шампур. Запечь над углями до готовности, жар углей средний. Готовые шашлыки снять с шампуров, поместить на листья ореха, завернуть вместе с листьями в бумагу и подержать 20 минут, чтобы дать шашлыку аромат.

### **Шашлык из баранины с луком и лимоном**

Куски жирного мяса баранины и кольца лука надеть на вертел или шампуры. Жарить над огнем до готовности, следить за пламенем, чтобы мясо и лук не подгорели. Подать шашлыки горячими, полив соком лимона. Отдельно подать раствор соли, специи, зелень.

### **Шашлык из дикого барана**

Отлежавшееся мясо вымыть, нарезать небольшими кусками. Нарезать колечками очищенный лук. В воде размешать уксус, молотый кориандр, посолить. В этот маринад положить мясо, колечки лука и оставить до следующего дня. Потом вынуть, обсушить салфеткой и вперемежку с луком нанизать на небольшие шампуры, посолить, смазать

распущенным маслом, посыпать черным молотым перцем, уложить на хорошо разогретую решетку и жарить с каждой стороны по 5 минут, смазывая распущенным маслом.

Подавать с картошкой.

Состав: мясо – 500 г, лук – 2—3 шт., уксус – 100 г, вода – 200 г, молотый черный перец, молотый кориандр, масло – 80 г, соль.

### **Кабургакабоб – шашлык с реберными косточками**

Корейку баранины нарубить на кусочки по 40—50 г, смешать с нашинкованным репчатым луком, перцем, солью, зирой, полить уксусом и оставить на 4—5 часов в прохладном месте. Затем мясо с косточками нанизать на шпажки и обжарить на углях. При подаче шашлык посыпать зеленью, сбрызнуть уксусом.

К шашлыку подать салат из свежих овощей.

Состав: мясо баранины – 900 г, лук репчатый – 80 г, лук зеленый – 40 г, зелень – 20 г, уксус винный – 20 г, зира – 4 г, соль, перец.

### **Шашлык «Любительский»**

Мясо баранины нарезать на кусочки по 30—40 г, смешать с кусочками курдючного сала, нашинкованным репчатым луком, специями, солью и полить лимонным соком. Оставить на 3—4 часа в прохладном месте. Затем мясо нанизать на шпажки вперемежку с салом и обжарить на углях. Отдельно обжарить помидоры на шпажке. Готовый шашлык вновь сбрызнуть лимонным соком, посыпать зеленью и подать вместе с помидорами.

Состав: мясо – 1 кг, сало курдючное – 150 г, лук репчатый – 200 г, лимон – 1 шт., зелень – 40 г, помидоры – 400 г, соль, специи.

### **Сихкабоби тобаги – шашлык на сковороде**

Нарезанное мясо баранины или говядины кусочками по 35—40 г посыпать солью, перцем, полить уксусом, смешать с нашинкованным репчатым луком, мариновать 2 часа. Затем нанизать на шпажки вперемежку с кусочками сала и жарить на сковороде в небольшом количестве жира.

При подаче шашлык уложить на тарелку сверху посыпать нашинкованным зеленым луком, полить винным уксусом.

Состав: мясо – 900 г, сало – 160 г, жир – 40 г, уксус винный – 40 г, лук репчатый – 100 г, лук зеленый – 80 г, соль, специи.

### **Шашлык из баранины (пастуший)**

Вырезку из спинной части баранины нарезать кусками шириной 4—5 см, длиной 15—20 см, толщиной 1—1,5 см. И без предварительной подготовки жарить на раскаленных углях без шампуров.

Шашлык следует переворачивать по мере приготовления.

Посолить и поперчить в конце готовки. Обычно подается с овощами и шашлыком из картофеля.

Состав: вырезка из спинной части баранины – 1 кг, соль, перец, лук, зелень, овощи.

### **Шашлык из баранины (бастурма)**

Баранину нарезать на куски средних размеров, сложить в эмалированную посуду и переложить луком, посолить, поперчить. Дать полежать бастурме 1,5—2 часа. После чего насадить подготовленное мясо на шампура и обжарить над древесными углями до готовности.

Подать с луком, зеленью, маринадами.

Состав: баранина – 1 кг, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец, лук, зелень, маринады.

### **Шашлык из баранины (особый)**

Позвоночную часть молодой баранины нарезать кусками поперек. Посолить, поперчить, насадить на шампура и сбрызнуть лимонным соком. Жарить над раскаленными углями до готовности.

Подать с нарезанным луком, базиликом, гранатом.

Состав: позвоночная часть баранины – 1,5 кг, зеленый лук – 1 пучок, базилик, соль, перец, лимон – 1 шт.

### **Шашлык из курицы на сковороде**

Птицу обработать: у цыпленка-бройлера удалить шейку, утолщение ножек, хребтовую кость, у курицы – шейку, крылышки, хребтовую кость, утолщение ножек.

Разделить на куски (4—5 кусочков на порцию), положить в посуду, посолить, поперчить, добавить немного лимонной кислоты, перемешать и мариновать 1,5—2 часа. Маринованные кусочки курицы обжарить на сковороде. При подаче шашлык гарнировать дольками свежих помидоров или огурцов, кольцами репчатого лука или зеленым луком и дольками лимона. Отдельно подать кетчуп.

Состав: цыпленок или курица – 1 кг, жир животный – 60 г, кетчуп – 60 г, лимонная кислота, специи, гарнир, свежие помидоры или огурцы – 400 г, лук зеленый – 100 г, лук репчатый – 100 г, лимон – 1 шт.

### **Шашлык из курицы с кетчупом**

Птицу обработать и замариновать, как указано в предыдущем рецепте. Маринованные кусочки надеть на шпажку вместе с маринованным луком и жарить над раскаленными углями. Подавать с кетчупом.

Состав: цыпленок или курица – 1 кг, лук репчатый – 120 г, лимонная кислота – 2 г, кетчуп – 60 г, специи, соль.

### **Шашлык «Отличный»**

Курицу нарубить на кусочки весом 30—40 г, добавить нашинкованный лук, замариновать в лимонной кислоте или уксусе, выдержать на холоде 2—3 часа. Нанизать на шпажку и жарить на сковороде.

Состав: курица – 900 г, лук – 120 г, лимонная кислота или уксус – 60 г, соль, перец.

### **Шашлык из курицы**

Тушку курицы нарубить примерно на одинаковые кусочки по 30—40 г, добавить нашинкованный лук. Мариновать в растворе лимонной кислоты или в винном уксусе, выдержав в нем мясо на холоде 2—3 часа. Нанизать кусочки птицы на шампура и жарить над углями, смазывая их растительным маслом и поливая оставшимся маринадом. Подавать шашлык горячим с натуральными свежими овощами.

### **Шашлык из курицы в арахисовом маринаде**

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками и натереть смесью из мелко нарезанного лука, растертого чеснока, очищенного, поджаренного и растолченного арахиса и растительного масла. Оставить подготовленное мясо на полчаса, затем посолить и поперчить. Насадить кусочки мяса очень плотно на шампуры или шпажки и, непрерывно поворачивая их, обжарить над горячими углями до готовности. К горячим шашлыкам подать острый кетчуп.

Состав: чеснок – 1 долька, лук – 1 шт., арахис – 2 ст. ложки, растительное масло – 1 ст. ложка.

### **Шашлык из тушки птицы**

Отваренную до полуготовности тушку птицы (курицы, утки) натереть внутри солью, специями, красным и черным перцем и слегка смазать растительным маслом. Крепко связать крылышки и ножки и всю тушку птицы снаружи так же слегка смазать растительным маслом с солью. Одеть тушку на два шампура, чтобы было удобнее

поворачивать. Жарить птицу над углями до готовности. Готовую тушку разрубить на куски, положить в пергамина бумагу, пересыпать рубленным чесноком и зеленью, завернуть и подержать в бумаге 10 минут, чтобы придать шашлыку аромат. Если есть возможность, вместо бумаги использовать листья ореха.

### **Шашлык из перепелок или куропаток**

Выпотрошенные тушки перепелок или куропаток положить в подсоленную воду на 15 минут. Затем снять с них кожу, обмакнуть тушки в растопленное масло, посыпать молотым ажгоном, черным перцем и обвалить в муке. Нанизать тушки птиц на шампуры и жарить над углями, приготовленными из веток можжевельника. В процессе жаренья время от времени посыпать тушки мукой, особенно, когда с них начнет выделяться сок. Подать шашлык горячим с овощами и острыми приправами.

### **Шашлык из цыпленка**

Цыплят для шашлыка предварительно очистить, помыть и разделить на крупные куски, посолить, поперчить. Подготовленные куски насадить на шампура и жарить до готовности над раскаленными углями.

При подаче выжать на шашлык сок лимона, посыпать нарубленной зеленью и луком, нарезанным кольцами.

Состав: цыплята – 4 шт., репчатый лук – 2—3 шт., лимоны – 2 шт., зелень, соль, перец.

### **Шашлык из куриных груденок**

Куриное филе нарезать некрупными кусочками, сложить в эмалированную кастрюлю, переложить луком, посолить, поперчить и дать постоять 1—1,5 часа. После чего нанизать кусочки на шампура и обжарить до готовности над раскаленными углями.

При подаче посыпать рубленой зеленью и полить лимонным соком.

Состав: куриное филе – 1 кг, репчатый лук – 2—3 шт., лимон – 1 шт., соль, перец, зелень.

### **Шашлык из утки**

Подготовленное утиное мясо нарезать кусками, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить до готовности над раскаленными углями.

Подать со свежими овощами, луком, сумачом или лимоном, нарезанным дольками.

Состав: утиное мясо – 1 кг, репчатый лук – 2 шт., соль, перец, сумач, свежие овощи,

лимон – 1 шт.

### **Шашлык из перепелов**

Тушки перепелов выпотрошить, тщательно промыть, посолить, поперчить.

Насадить на шампура и жарить над раскаленными углями до готовности.

Подавать с зеленью и свежими овощами.

Состав: перепела – 6—8 шт., соль, перец, зелень, свежие овощи.

### **Шашлык из белого мяса**

С семенников удалить верхнюю пленку, разрезать их вдоль на четыре части, насадить на шампура и жарить над раскаленными древесными углями. Посолить и поперчить в конце готовки.

Подать с шашлыком из помидоров, репчатым луком, лимоном, зеленью.

Состав: бараньи семенники – 1 кг, помидоры – 1 кг, зеленый лук – 1 пучок, лимоны – 2 шт., репчатый лук – 2—3 шт., соль, перец.

### **Шашлык из печени**

Печенку промыть, снять с нее пленку и нарезать квадратными ломтиками толщиной до 15 мм. Их нанизать на шпажку, чередуя с ломтиками бараньего курдючного сала, нарезанными так же, как печенка, но вдвое тоньше.

Жарить шашлык над горящими без дыма и пламени древесными или саксаульными углями и при обжаривании периодически поливать соленым раствором (на 1 л воды 100 г соли). Не следует пережаривать печенку, так как она теряет вкус.

Подать к столу со шпажкой, посыпать рубленой зеленью, полить раствором уксуса, посыпать перцем.

Состав: печенка – 1600 г, сало курдючное – 400 г, соль, уксус, перец, зелень.

### **Шашлык из бараньей печени с курдюком**

С печени удалить пленку, вырезать крупные сосуды, тщательно промыть и нарезать на куски средних размеров. Курдюк также нарезать кусочками. Печень и курдюк насадить на шампура поочередно, обжарить над раскаленными углями, перед окончанием жарки посолить.

Подать со свежими овощами, луком.

Состав: баранья печень – 1 кг, курдючный жир – 200—250 г, соль, перец.



### **Шашлык из говяжьей печени**

Говяжью печень хорошо вымочить в воде, очистить от пленки и сосудов, нарезать на куски средних размеров и насадить на шампура. Перед обжаркой сбрызнуть соленой водой. Жарить над раскаленными углями до готовности.

Перед окончанием жарки посолить и поперчить. Подать с овощами, зеленью, маринадами.

Состав: печень – 1 кг, соль, перец.

### **Шашлык из телячьей печени**

Телячью печень очистить от пленки и сосудов, обмыть, нарезать кусочками средней величины. Насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями, часто поворачивая. Посолить и поперчить перед окончанием готовки.

Печень можно подать со свежими овощами или с шашлыком из помидоров, картофеля, грибов.

Состав: печень – 1 кг, соль, перец.

### **Чигаркабоб – шашлык из печени**

Подготовленную печень нарезать на кусочки по 30—40 г, посыпать солью, перцем, нанизать на шпажки вперемежку с тонкими ломтиками курдючного сала и обжарить на углях. При подаче посыпать зеленью, сбрызнуть уксусом.

Состав: печень – 600 г, сало курдючное – 200 г, зелень – 40 г, уксус, соль, специи.

### **Шашлык из печени по-узбекски**

Баранью печень очистить от пленки, нарезать на небольшие кусочки по 10—15 г, посолить и запанировать в муке. Нанизать подготовленную печень на деревянные шпажки и жарить над не очень жаркими углями мангала или костра. Можно нанизать на шпажки вперемежку с кусочками печени кусочки курдючного сала. Готовые шашлыки снять на листья салата или капусты, обильно пересыпать рубленым луком и пряностями, сбрызнуть соком лимона или уксусом.

### **Шашлык из печени с фруктами**

Ломтики свиной, говяжьей или птичьей печени нанизать на шампуры вперемежку с ломтиками яблок или персиков. Смазать растительным маслом и жарить шашлык над нежаркими углями до готовности. Подать шашлык горячим с ароматными травами. Отдельно подать раствор соли.

### **Шашлык из печени с луком**

Ломтики печени и кусочки лука положить на тонкие и широкие кусочки сала, свернуть трубочками, закрепить деревянными шпильками. Нанизать трубочки на шампуры и жарить над углями до готовности. Подать с чесночным соусом и горчицей.

### **Шашлык из куриной печени**

Подготовленную печень нанизать на шампура вперемежку с кусочками курдюка. Так как куриная печень очень нежная, жарить над раскаленными углями 5—7 минут.

Посолить, поперчить в конце готовки. При подаче посыпать зеленью.

Состав: печень – 1 кг, курдючный жир – 100 г, соль, перец, зелень.

### **Шашлык из печени птицы**

Обработанную гусиную или индюшиную печень нарезать на кусочки и ошпарить кипятком. Нанизать на шпажки или шампуры вперемежку с ломтиками свиной копченой грудинки и предварительно обжаренными шляпками свежих шампиньонов. Посыпать шашлыки солью, молотым перцем и жарить над подернутыми пеплом углями до готовности.

### **Шашлык из говяжьего языка с курдюком**

Говяжий язык тщательно обмыть, обсушить, нарезать вдоль тонкими кусками (не более 1 см), посолить и поперчить, положить на них кусочки курдюка, свернуть трубочкой и пронизать шампуром. Жарить язык над раскаленными углями до готовности.

Подать с овощами, луком, зеленью.

Состав: язык – 1 кг, курдючный жир – 200 г, соль, перец.

### **Шашлык из куриных крылышек**

Подготовленные крылышки посолить, поперчить и нанизать на шампура.

Жарить короткое время над раскаленными углями, часто поворачивая. Подать с луком, зеленью, наршарабом.

Состав: крылышки – 1 кг, репчатый лук – 2—3 шт., наршараб, соль, перец, зелень.

### **Шашлык из куриных желудочков**

Предварительно очищенные желудочки тщательно помыть, обсушить и сложить в эмалированный таз, посолить, поперчить, смешать с нарезанным луком и лимонным соком. Дать постоять 40—50 минут. После чего нанизать подготовленные желудочки на шампура и обжарить над раскаленными углями до готовности, часто поворачивая. Затем сложить желудочки в кастрюлю, предварительно уложив на ее дно лук из бастурмы, закрыть крышкой и потомить их на медленном огне еще минут 20—30. Подать с зеленью и овощами.

Состав: желудочки – 1 кг, соль, перец, репчатый лук – 2 шт., лимон – 1 шт., зелень, сумах.

### **Шашлык из сердца барашка**

Сердце барашка разрезать пополам, посыпать солью и черным перцем. Сбрызнуть растительным или оливковым маслом, пересыпать мелко нарезанным луком и петрушкой и выдержать 1—1,5 часа в холодном месте. Затем нарезать сердце кусочками, нанизать на шампур и жарить до готовности над нежаркими углями мангала или костра.

### **Шашлык из ливера по-осетински**

Обработанные бараньи печень, легкое и сердце нарезать кусочками по 25—30 г. Посыпать солью и перцем, надеть на вертел или шампуры, чередуя кусочки, и жарить над углями до полуготовности. Затем снять кусочки и завернуть каждый в жировую пленку нутряного бараньего сала. Вновь надеть на шампуры и жарить шашлык до готовности.

### **Шашлык из бараньего ливера**

Тщательно обработанные бараньи почки нарезать кусочками; сердце нарезать мелкими кубиками. Залить подготовленный ливер красным вином, оставить в холодильнике на полчаса. Затем нанизать на шампуры вперемежку с разрезанными на четыре части луковицами, кусочками помидоров, кружочками огурчиков. Посолить, поперчить, смазать растительным маслом и обжарить над углями до готовности, поливая в процессе жаренья оставшимся при мариновании вином с мясным соком. Шашлыки, не снимая с шампуров, положить на пергамина бумагу, посыпать мелко нарезанным чесноком, завернуть и подержать в бумаге 3—5 минут.

### **Шашлык из почек**

Подготовленные почки нарезать на кусочки по 25—30 г, посыпать солью, перцем, нанизать на шпажки и жарить на углях. Готовый шашлык снять со шпажек, уложить на тарелку, посыпать зеленым луком, сбрызнуть уксусом и подать вместе с жареными помидорами.

Состав: почки – 700 г, помидоры свежие – 400 г, лук зеленый – 60 г, уксус – 20 г, соль, специи.

### **Шашлык из бараньих почек**

Бараньи почки очистить от жировых прослоек, мочеточников, тщательно промыть, разрезать вдоль. Сложить в эмалированную посуду, перемешав с нарезанным луком и дать постоять 20—30 минут. Подготовленные почки нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями. Перед концом жарки посолить и поперчить.

подавая к столу почки, сбрызнуть лимонным соком.

Состав: бараньи почки – 1 кг, лук – 4—5 шт., лимон – 2 шт., соль, перец.

### **Шашлык из бараньих почек с курдюком**

Бараньи почки тщательно обработать, помыть, разрезать вдоль. Сложить в эмалированную посуду, пересыпав репчатым луком. Дать постоять 20—30 минут, после чего нанизать на шампура вместе с курдюком. Жарить над раскаленными углями до готовности.

Посолить перед подачей на стол.

Состав: почки – 1 кг, курдючный жир – 200 г, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец.

### **Шашлык из зайца по-болгарски**

Тушку зайца с косточками нарезать небольшими кусочками. Посолить, поперчить и, залив половиной стакана растительного масла, выдержать 1,5—2 часа. Копченую свиную грудинку нарезать мелкими кусочками. На шампуры нанизать кусочки зайчатины попеременно с кусочками шпика. Жарить над горячими углями без пламени до готовности, смазывая кусочки зайчатины растительным маслом. Нарезать тонкими ломтиками 5—6 головок лука и выложить на плотный лист бумаги. Положить на лук готовый шашлык на шампурах и завернуть на несколько минут в бумагу с луком для придания аромата и сочности.

### **Шашлык из кабанины (бастурма)**

Кабанину разделить на куски, обмыть, обсушить, сложить в эмалированную кастрюлю, посолить и поперчить. Нарезать кольцами репчатый лук и смешать его с подготовленным мясом, залить все вином. Накрыть кастрюлю крышкой и дать постоять 1,5—2 часа в прохладном месте.

Подготовленное мясо насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями.

Подать шашлык со свежими овощами, зеленью. Лук из бастурмы также можно подать, предварительно потушив его в кастрюле на углях.

Состав: мясо – 1 кг, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец, сухое вино – 250 г.

### **Шашлык из кабанины (бастурма лимонная)**

Мясо разделить на куски, обмыть, обсушить. Посолив и поперчив, сложить его в эмалированную посуду, переложив нарезанным луком и дольками лимона. Дать постоять 1,5—2 часа в прохладном месте.

Подготовленное таким образом мясо нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями.

Подать со свежими овощами или маринадами.

Состав: мясо – 1 кг, репчатый лук – 4—5 шт., лимоны – 2 шт., соль, перец.

### **Шашлык из кабанины**

Кабанину нарезать на куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить до готовности над раскаленными углями.

Как правило, мясо для шашлыка берут из различных частей кабанины. Это придает особое разнообразие. Шашлык подается с зеленью, свежими овощами, а также с маринадами.

Очень хорош шашлык из кабанины осенью или зимой, когда сало кабана бывает твердым, а мясо сочным и вкусным.

Состав: мясо – 1 кг, соль, перец.

### **Шашлык из ребрышек козленка**

Реберную часть мяса разделить на куски, посолить, поперчить. Подготовленное таким образом мясо нанизать на шампура и обжарить на мангале.

При подаче на готовое мясо отжать сок лимона, обсыпать нарезанным луком, украсить свежими овощами.

Состав: мясо – 1 кг, репчатый лук – 2 шт., соль, перец, лимон – 1 шт.

### **Шашлык из молодого козленка**

Мясо молодого козленка разделить на куски средних размеров, посолить, поперчить, насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подавать с нарезанным кольцами луком, шашлыком из помидоров, а также с

различными закусками, рецепты которых вы найдете в данной книге.

Состав: мясо – 1 кг, репчатый лук – 2 шт., соль, перец.

### **Шашлык из курдюка**

Курдючный жир порезать некрупными кусками. Посыпать перцем, насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями 5—8 минут. Посолить перед окончанием готовки. Это блюдо считается специфическим. Подается в сочетании с другими мясными и овощными шашлыками, зеленью, луком.

Состав: курдючный жир – 1 кг, репчатый лук – 2 шт., кинза, зеленый лук, соль, перец.

### **Шашлык из судака**

Филе судака нарезать средними кусками, посолить, посыпать черным перцем. Дать немного постоять. Подготовить тонкие полоски из сала, нарезанные так, чтобы кусочек судака можно было бы полностью завернуть в полоску сала. Сало можно взять свежее или соленое, тогда кусочки рыбы необходимо меньше посолить или не солить совсем. Завернуть кусочки рыбы в полоски сала рулетиками, скрепить деревянными шпильками, нанизать на шампуры или деревянные шпажки и запечь на мангале или костре до готовности. В процессе запекания кусочки рыбы слегка сбрызнуть лимонным соком или разведенной в воде лимонной кислотой.

### **Шашлык из осетрины**

Осетрину сняв с нее кожу и удалив хрящ, нарезать на кусочки по 40—50 г, нанизать на шампуры и жарить над углями в мангале или костре. По желанию и вкусу можно перед жареньем перемешать рыбные кусочки с тертым луком, солью и перцем. Готовый шашлык сбрызнуть соком лимона, подать отдельно соль, специи и зелень.

### **Шашлык-ассорти из рыбы**

Шашлык делается из филе нескольких сортов морской рыбы: окуня, ставриды, трески. Филе нарезать кусочками, посолить, поперчить, добавить нарубленную зелень укропа и петрушки, полить лимонным соком и выдержать около часа. Смазать кусочки рыбы сметаной, нанизать на деревянные шпажки и жарить на мангале или над углями костра.

### **Шашлык из рыбных трубочек**

Тонкие ломтики филе рыбы, подготовленные по системе «три-П» (почистить, подкислить, подсолить), смазать горчицей или острой томатной пастой, посыпать тертым

луком и рубленной зеленью, свернуть трубочками, скрепить деревянными шпильками. Нанизать рыбные трубочки на шампуры, чередуя их с кусочками сала, посолить, поперчить, смазать растительным маслом и запечь над углями костра.

### **Шашлык из белуги с лимоном**

Рыбу разделить на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и жарить над раскаленными углями до готовности.

При подаче сбрызнуть рыбу лимонным соком, а также отдельно подать лук с лимоном и зеленью.

Состав: белуга – 1 кг, лук – 2 шт., лимоны – 2 шт., соль, перец, зелень.

### **Шашлык из щуки**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть, обсушить.

Нарезать на куски средних размеров, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать к столу с луком и гранатом или наршарабом.

Состав: щука средней величины – 2 шт., лук – 2 шт., гранат или наршараб, соль, перец.

### **Шашлык из белуги**

Рыбу разделить на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и жарить до готовности над раскаленными углями.

Подать к столу с нарезанным кольцами луком и гранатом или наршарабом.

Состав: рыба – 1 кг, лук – 2 шт., гранат – 1 шт., наршараб, соль, перец.

### **Шашлык из белуги (бастурма)**

Рыбу нарезать на небольшие куски, посолить, поперчить, сложить в эмалированную кастрюлю, переложив нарезанным на дольки лимоном, луком, нарезанным кольцами. Закрыть кастрюлю крышкой и выдержать 1,5—2 часа в прохладном месте.

Нанизать на шампура и жарить над раскаленными углями. При подаче рыбу посыпать сумахом.

Состав: белуга – 1 кг, лук – 3—4 шт., лимоны – 2 шт., соль, перец.

### **Шашлык из шамайки**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, помыть, посолить и поперчить сверху и внутри, насадить на шампура и жарить на мангале над раскаленными углями.

Подать с луком, полить гранатовым соком, посыпать зеленью.

Состав: шамайка – 4 шт., репчатый лук – 2 шт., гранат – 1 шт., соль, перец, зелень.

### **Шашлык из кутума**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, вытащить жабры и хорошо промыть.

Нарезать ее на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями.

Подать к столу с луком, гранатом и лимоном.

Состав: кутум средней величины – 2 шт., лук – 2 шт., гранат – 1 шт., лимон – 1 шт., соль, перец.

### **Шашлык из судака с лимоном**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, нарезать на куски, посолить и поперчить.

Нанизать рыбу на шампура и жарить над раскаленными углями.

Подать с луком, лимоном и зеленью.

Состав: судак средней величины – 2 шт., соль, перец, зелень, лук – 2 шт., лимон – 1 шт.

### **Шашлык из жереха**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть, обсушить.

Нарезать рыбу на куски средних размеров, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить на мангале над раскаленными углями. При подаче рыбу сбрызнуть лимонным соком, украсить зеленым луком.

Состав: жерех средней величины – 2 шт., лимон – 1 шт., зеленый лук, соль, перец.

### **Шашлык из речной рыбы**

Речную рыбу (величиной 25—30 см) очистить от чешуи, выпотрошить, удалить жабры, хорошо промыть. Посолить и поперчить рыбу сверху и внутри, насадить на шампура. В нескольких местах на коже сделать вертикальные надрезы.

Жарить рыбу на мангале над раскаленными углями.

Подать с луком и гранатом, можно посыпать зеленью.



Состав: рыба – 4 шт., лук – 2 шт., гранат – 1 шт., соль, перец, зелень петрушки.

### **Шашлык из лососины**

Очищенную и промытую рыбу разделить на куски средних размеров, посолить, поперчить и нанизать на шампура. Жарить на мангале над раскаленными углями.

При подаче рыбу посыпать сумахом, отдельно подать нарезанный кольцами лук, наршараб.

Состав: рыба – 1 кг, репчатый лук – 2 шт., лимон – 1 шт., наршараб, сумах, соль, перец.

### **Шашлык из грибов**

Грибы тщательно перебрать, обмыть, обсушить и насадить на шампура.

Обжарить над раскаленными углями, перед концом жарки посолить и поперчить.

Блюдо подается как отдельное, а также как сопутствующая закуска к мясным шашлыкам.

Состав: грибы – 1 кг, соль, перец.

### **Шашлык из картофеля с грибами**

Картофель выбрать удлиненной формы, среднего размера, обмыть его и в кожуре насадить на шампура.

Грибы перебрать, обмыть и также насадить на шампура. На каждый шампур насадить не более четырех картофелин и 5—6 грибов. Обжарить картофель и грибы над раскаленными углями.

Перед окончанием жарки посолить и поперчить.

Состав: картофель – 0,5 кг, грибы – 0,5 кг, соль, перец.

### **Шашлычки из картофеля с салом**

Из приготовленного дома отваренного в кожуре картофеля подобрать некрупные клубни. Не очищая их от кожуры, смазать клубни растительным маслом и осторожно нанизать на шампур, перемежая их кусочками сала и любых овощей.

Запечь шашлычки над подернутыми пеплом углями костра или мангала, осторожно поворачивая шампур, чтобы овощи не подгорели.

### **Шашлык из картофеля**

Картофель для шашлыка выбрать среднего размера, удлиненной формы. Тщательно обмыть его, обсушить, насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями на мангале.

Подать к столу с солью, перцем и растопленным топленым маслом.

Состав: картофель – 1 кг, соль, перец, топленое масло – 100 г.

### **Шашлык из яблок**

Яблоки для шашлыка выбрать кислых сортов, среднего размера, круглой формы. Обмыть, обсушить и насадить на шампура по 3—4 штуки на каждый, при этом все плодоножки должны быть направлены в одну сторону. Жарить яблоки над раскаленными углями.

По мере обжаривания можно использовать сахарный песок или мед.

Состав: яблоки – 1 кг, сахар или мед.

### **Шашлык из помидоров**

Для шашлыка выбрать мясистые, крепкие, созревшие помидоры средних размеров. Обмыть, обсушить и насадить их на шампура по 4—5 штук на каждый.

Обжарить над раскаленными углями первоначально со стороны плодоножки. По мере жарки посолить и поперчить. При подаче посыпать рубленой зеленью.

Состав: помидоры – 1 кг, соль, перец, зелень.

### **Шашлык из баклажанов с курдюком**

Для шашлыка выбрать баклажаны средней величины, черного цвета. Сохранить плодоножку, обмыть, обсушить и сделать продольный надрез на каждом баклажане. В него поместить нарезанный на тонкие пластинки курдючный жир и насадить подготовленные баклажаны на шампура, не более 2—3 штук на каждый. Обжарить над раскаленными углями первоначально с ненадрезанной стороны.

При подаче на стол посолить и поперчить.

Баклажаны подают как самостоятельное блюдо, а также дополнительно к мясному шашлыку.

Состав: баклажаны – 1 кг, курдючный жир – 200 г, соль, перец.

### **Шашлык из баклажанов**

Баклажаны для шашлыка выбрать средней величины, удлиненной формы, черного цвета.

Оставив целой плодоножку, обмыть и насадить на шампура по длине по 2—3 штуки на каждый.

Обжарить над раскаленными углями, по мере приготовления посолить и поперчить.

Состав: баклажаны – 1 кг, соль, перец.

### **Шашлык из перца**

Стручки зеленого перца перебрать, обмыть, насадить на шампура и обжарить над раскаленными углями, посолить перед готовностью.

Перец подать как отдельное блюдо, а также как закуску к мясному шашлыку.

Состав: стручковый перец – 0,5 кг, соль.

### **Шашлык из лука**

Лук средней величины очистить вручную от шелухи, оставив целым верхний хвостик, целостность которого не позволит ему при жарке развалиться. Подготовленный лук насадить на шампура, обмазать курдючным жиром и обжарить над раскаленными углями, часто поворачивая. При подаче посолить и поперчить. Подавать с различными видами мясного и рыбного шашлыка.

Состав: лук – 1 кг, курдючный жир – 100 г, соль, перец.

### **Шашлык из тыквы (на десерт)**

Тыкву разрезать, очистить от семян, обмыть, обсушить и нарезать на небольшие кусочки, не счищая внешней корочки. Насадить кусочки на шампура так, чтобы внешние корочки были бы в одну сторону, а внутренняя часть в другую, и обжарить тыкву над раскаленными углями.

Первоначально необходимо обжарить тыкву со стороны внешней корочки.

При подаче используют соль, сахар, мед.

Состав: тыква – 1 кг, соль, сахар, мед.

### **Шашлык из айвы**

Айву выбрать мелкую, тщательно обмыть ее и поделить на половинки или четвертинки, вырезав при этом сердцевину. Насадить подготовленные куски айвы на шампура и обжарить их над раскаленными углями.

При подаче айву обсыпать корицей для придания ей особого вкуса и приятного запаха.

Состав: айва – 1 кг, корица.

### **Кимакабоб – шашлык рубленый**

Мясо вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, тщательно перемешать и выдержать фарш 1,5—2 часа в прохладном месте. Затем разделить в виде колбасок, нанизать на шпажки и обжарить на углях. При подаче посыпать тонко нашинкованным репчатым луком с зеленью, сбрызнуть уксусом.

Состав: мясо – 1 кг, сало – 40 г, лук репчатый – 160 г, уксус – 20 г, зелень – 40 г, соль, перец.

### **Шашлычки из хлеба «Прощальные»**

Остатки хлеба нарезать по возможности одинаковыми (но не мелкими) кубиками или толстыми брусочками. Переложить их в миску, сбрызнуть растительным маслом, посыпать солью и мелко нарезанным чесноком, осторожно перемешать и нанизать подготовленный хлеб на шампуры. Кусочки хлеба можно перемежать любыми оставшимися продуктами – жирными кусочками ветчины или сала, кусочками кожицы от жареной птицы, ломтиками овощей или фруктов (особенно если остались надрезанные яблоки). Состав продуктов для «прощальных» шашлычков пикника должен быть произволен.

### **Оригинальные шашлычки из разных продуктов**

Такие шашлычки могут быть как горячими, так и холодными, в зависимости от чего они делаются на деревянных, металлических или пластмассовых палочках.

Маленькие греночки, нарезанные из кусочков хлеба, слегка смазанных растительным маслом и поджаренных над углями мангала или костра, перемежать с различными продуктами, нанизывая их вперемежку на палочки. Подготовленные таким образом шашлычки слегка прогреть над углями костра или мангала и сразу же использовать. Набор продуктов для приготовления детских шашлычков самый разнообразный: от сельди с вареным картофелем и до фруктов.

Для шашлычков можно подать любые соусы, майонезы, острые и пряные массы, масляные смеси.

### **Шашлычки из сосисок «Три поросенка»**

Сосиски очистить и разрезать каждую на три одинаковых кусочка. С обеих сторон кусочка сосиски сделать крестообразные надрезы. На небольшие шпажки или шампуры нанизать вначале кусочки хлеба, чередуя их с кусочками сала. Затем нанизать подготовленные кусочки сосисок, поместив между ними целые маленькие помидоры.

Вновь нанизать кусочки хлеба и сала, запечь шашлычки над углями костра или мангала и подать горячими с домашним квасом. Перед жареньем кусочки хлеба можно смазать растительным маслом, а кусочки сосисок – майонезом, смешанным с кетчупом.

### **Шашлычки-ассорти с соленым огурчиком**

Нанизать на небольшие шампуры по кусочку соленого огурчика и сыра, небольшой тонкий кусочек колбасы, маленький кусочек поджаренного хлеба и далее в обратном порядке колбаса, сыр, огурчик. Сбрызнуть подготовленные шашлычки растительным маслом и подрумянить над горячими углями.

### **Кебаб из молодой телятины в пергаменте**

Телятину нарубить на куски вместе с костями (можно добавить нарезанные кусочки легкого и печенку), добавить нарезанные лук, петрушку, мяту, соль, специи, кусочками сливочное масло, все тщательно перемешать, уложить на смазанный растительным маслом лист пергаментной бумаги, аккуратно свернуть в виде пакета, хорошо подогнув концы бумаги внутрь. Лист пергаментной бумаги должен хорошо закрывать всю смесь, чтобы при тушении не проникал воздух. Приготовленный пакет положить на лист оберточной бумаги, смазанный с наружной стороны растительным маслом, завернуть его так же. В нескольких местах пакет перевязать шпагатом, смазать растительным маслом, чтобы он не прогорел, запекать в течение 1,5—2 часов.

Подать на стол в бумажном пакете, предварительно прорезав ножом отверстие в его верхней части.

Состав: телятина – 1 кг, лук зеленый – 100 г, мята – 25 г, петрушка – 25 г, масло сливочное – 150 г, масло растительное – 10 г, перец черный – 1 г, перец красный молотый – 2 г.

### **Винный кебаб из серны**

Выдержанное в маринаде мясо серны отделить от костей, нарезать мелкими кусками и обжарить до образования корочки в кипящем масле. Готовое мясо вынуть, а в то же масло положить нарезанные мелкими кубиками морковь, сельдерей и лук, лавровый лист, крупно дробленый черный и душистый перец. Спассеровать овощи, в которые по желанию можно добавить и красный перец; прибавить томат-пюре и все хорошо перемешать. Залить красным вином и бульоном или теплой водой. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне или в жарочной печи, предварительно посолив. Во время тушения мясо должно быть покрыто соусом; если количество соуса будет уменьшаться, постепенно подлить небольшое количество воды. В качестве гарнира приготовить плов; по желанию его можно заменить жареным картофелем. Отдельно можно подать салат.

Состав: мясо серны от лопатки, шеи или грудинки, без костей – 1,5 кг, масло – 180 г,

морковь – 1 шт., сельдерей – 1 корень, лук – 1 шт., лавровый лист – 2 шт., черный перец – 10—15 горошин, душистый перец – 10—15 горошин, красное вино – 300 г, вода или бульон —1л, томат-пюре – 1 ст. ложка, рис для гарнира – 300 г, бульон для риса – 600 г, масло для риса – 30 г, соль.

### **Кебаб из зайца по-монастырски**

Выдержанное в маринаде мясо зайца (мякоть) нарезать на небольшие порционные куски и обжарить до образования поджаристой корочки. Прибавить и спассеровать нарезанный ломтиками лук, а затем добавить нарезанный ломтиками шпик или бекон, немного молотого красного перца по желанию и томат-пюре. Посолить и прибавить приправы: лавровый лист и немного молотого черного перца или мелко толченого чабреца. Залить вином и теплой водой, накрыть крышкой и тушить в жарочной печи 2—3 часа. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. В качестве гарнира, по желанию, можно подать пюре из фасоли, жареный картофель и другие подходящие гарниры.

Состав: мясо зайца – 1,5 кг, масло – 200 г, шпик или бекон – 300 г, лук – 4—5 шт., томат-пюре – 50 г, красное вино – 500 г, теплая вода – 500 г, лавровый лист, черный перец, петрушка.

### **Кебаб из зайца по-охотничьи**

Мясо молодого, более жирного зайца отделить от костей (предварительно его не следует выдерживать в маринаде), нарезать кусками, как для шашлыка. Посолить и посыпать черным перцем. Нарезать лук ломтиками, смешать с мясом и полить оливковым маслом. Соленый шпик нарезать тонкими ломтиками (шпик можно заменить беконом). Приготовить деревянные шпажки для шашлыка и на них надеть мясо, чередуя кусок мяса с куском шпика или бекона. Приготовленный таким способом шашлык поместить на стойку над сильным жаром и медленно поворачивать, поливая время от времени оливковым маслом.

Жарить до готовности мяса. Затем снять шашлык, положить куски мяса на оставшийся нарезанный лук, покрыть ореховыми листьями и оставить на 5—10 минут, затем подать с листьями, которые придают ему приятный аромат.

Состав: мясо зайца – 1,5 кг, лук – 50 г, оливковое масло – 100 г, шпик или бекон – 500 г.

### **Кебаб из молодой баранины в пергаменте**

Мясо от передней части молодого барашка, вместе с костями, легкими и печенкой нарезать кусочками. Очистить и нарезать лук, мяту и петрушку, смешать с мясом, легким и печенкой. Посолить и прибавить черный перец, красный перец и сливочное масло. Все хорошо перемешать в сыром виде и положить на лист пергаментной бумаги, смазанный

сливочным или растительным маслом. Старательно свернуть в виде пакета, хорошо подогнув концы бумаги внутрь. Очень важно, чтобы лист пергамина бумаги хорошо закрывал всю смесь так, чтобы при тушении не проникал воздух. Приготовленный пакет положить на лист оберточной бумаги, смазанный с наружной стороны растительным маслом; завернуть его таким же способом. В нескольких местах пакет перевязать шпагатом, смазать растительным маслом, чтобы он не пригорел, и положить на подходящий противень, тоже смазанный растительным маслом. Подготовленный пакет запекать 2—2,5 часа, переворачивая его каждые полчаса, чтобы обеспечить равномерное запекание. Приготовленный таким способом кебаб подать на стол в бумажном пакете, предварительно порезав ножом в верхней его части отверстие.

Состав: мясо – 1 кг, зеленый лук – 5 пучков, мята – 1 пучок, петрушка – 1 пучок, сливочное масло – 150 г, молотый черный перец, растительное масло – 10 г, молотый красный перец.

### **Кебаб из молодой баранины в глиняном кувшине**

Мясо и лук приготовить как для кебаба в пергаменте. Приготовленной смесью наполнить кувшин, после чего отверстие замазать тестом. Печь в жарочной печи примерно 2 часа или зарыв в очень горячую золу.

### **Орман (лесной) кебаб из молодой баранины**

Мясо, нарезанное мелкими кусками, обжарить в масле. Прибавить мелко нарезанный лук и подрумянить его вместе с мясом, затем прибавить муку спассеровать ее, добавить томат-пюре и посолить. Залить теплой водой так, чтобы все куски мяса были покрыты. Прибавить мяту, петрушку, укроп и чабрец и варить на слабом огне до мягкости мяса. В качестве гарнира подать пюре из картофеля или свежий горох, зеленую фасоль.

Состав: мясо – 750 г, сливочное масло – 100 г, лук – 100 г, мука – 15 г, томат-пюре – 20 г, мята – 1 пучок, чабрец, петрушка – 1 пучок, укроп – 1 пучок.

### **Тава-кебаб мясной**

Мясо нарезать на мелкие кусочки и обжарить в масле. Отдельно поджарить нарезанный кольцами лук и помидоры. Когда мясо будет готово, все перемешать, залить яйцами и запечь на углях.

При подаче можно посыпать зеленью.

Состав: баранина или говядина – 1 кг, репчатый лук – 5—6 шт., помидоры – 5—6 шт., сливочное масло – 250 г, яйца – 8—9 шт., зелень, соль.

### **Деймя-кебаб из телятины**

Телятину (мякоть) нарезать тонкими пластинками и тщательно отбить, после чего посолить и поперчить ее. На подготовленное таким образом мясо положить нарезанный пластинками курдючный жир, свернуть в виде рулета и насадить на шампура так, чтобы он не развернулся. Обжарить над раскаленными углями до готовности.

Состав: мясо – 1 кг, курдючный жир – 150—200 г, соль, перец.

### **Деймя-кебаб из говядины**

Говядину (мякоть) нарезать тонкими пластами, тщательно отбить, посолить и поперчить. Сложить подготовленные куски в эмалированную кастрюлю, переложив их луком и нарезанными дольками лимона. Закрыть крышкой и дать постоять 1,5—2 часа.

После этого на каждый кусок говядины положить по кусочку курдючный жир, свернуть его в рулет и пронизать шампуром. Жарить над раскаленными углями.

Подать со свежими овощами или любым предложенным нами шашлыком из овощей.

Состав: говядина – 1 кг, курдючный жир – 200 г, репчатый лук – 5—6 шт., лимоны – 2 шт., соль, перец.

### **Тикья-кебаб из телятины**

Телятину для тикья-кебаба взять полужирную, нарезать крупными кусками, посолить и поперчить. Подготовленные куски насадить на шампура и жарить над раскаленными углями до готовности. Параллельно делается кебаб из свежих помидоров.

При подаче все посыпать нарезанным кольцами луком.

Состав: телятина – 1 кг, репчатый лук – 2—3 шт., свежие помидоры – 1 кг, соль, перец.

### **Турши-кебаб**

Баранину нарезать на мелкие кусочки и обжарить с луком. Затем к мясу добавить немного бульона, лимон, промытую алычу и тушить все до готовности на углях или на костре. После чего залить яйцами.

Состав: баранина – 1 кг, топленое масло – 150 г, яйца – 7—8 шт., репчатый лук – 3—4 шт., сушеная алыча – 100 г, лимоны – 0,5 шт., соль, перец.

### **Тава-кебаб**

Баранину с луком пропустить через мясорубку. Посолить, поперчить, сформовать шарики и обжарить их в масле. После чего залить все взбитыми яйцами и довести до



готовности.

Состав: полужирная баранина – 1 кг, репчатый лук – 3—4 шт., топленое масло – 150 г, яйца – 5—6 шт., соль, перец.

### **Тава-кебаб из перепелов**

Подготовленных выпотрошенных и тщательно промытых перепелов разделить на две половинки, посолить, обжарить в масле, добавить к ним нашинкованный лук.

Тушить до готовности, перед окончанием добавить зерна граната.

При подаче посыпать зеленью.

Состав: перепела – 1 кг, репчатый лук – 3—4 шт., топленое масло – 100 г, соль, перец, гранат – 1 шт.

### **Тава-кебаб из перепелов (лявянги)**

Тушки перепелов выпотрошить, тщательно промыть, посолить, поперчить. Для приготовления фарша лук обжарить в масле, пропустить через мясорубку с орехами, кишмишем, алычой. Все смешать, посолить. Полученной массой заполнить внутренности перепелов. Для того, чтобы тушки при готовке не расползлись, стянуть их нитками. Подготовленных таким образом перепелов уложить на сковородку и обжарить до готовности на углях.

Состав: перепела – 4—6 шт., грецкие орехи – 200 г, репчатый лук – 4 шт., топленое масло – 100 г, кишмиш – 100 г, алыча сушеная – 100 г, соль, перец.

### **Тава-кебаб из куриных желудочков**

Очищенные желудочки потушить до готовности, посолить и обжарить в масле.

Отдельно поджарить нарезанный полукольцами лук и помидоры. Когда желудочки будут готовы, добавить к ним обжаренный лук и помидоры и потушить все вместе 5—10 минут. При подаче можно посыпать зеленью и сбрызнуть соком лимона.

Особую пикантность этому блюду придает возможность его приготовления на костре или углях.

Состав: очищенные желудочки – 1 кг, репчатый лук – 5—6 шт., помидоры – 5—6 шт., топленое масло – 150 г, соль, лимоны – 0,5 шт.

### **Тава-кебаб из картофеля**

Картофель средней величины нарезать дольками и обжарить в масле. Когда он покроется румяной корочкой, добавить к нему нашинкованный лук и помидоры.

Тушить до готовности, после чего все залить взбитыми яйцами и запечь.

При подаче можно посыпать рубленой зеленью (кинза, укроп).

Состав: картофель – 10 шт., помидоры – 3–4 шт., репчатый лук – 2—3 шт., яйца – 7 шт., сливочное масло – 200 г, зелень, соль.

### **Казан-кебаб**

Жирную баранину или говядину нарезать небольшими кусками, посолить. Нашинковать лук кольцами, добавить немного укропа или кинзы. В котел положить сначала один слой мяса, сверху слой лука, затем второй слой мяса и лука и т. д. Затем котел плотно закрыть крышкой, поставить на очень слабый огонь, тушить в течение двух часов. Чтобы улучшить вкус шашлыка, положить стручок красного перца, разделенного пополам.

Готовое блюдо положить на тарелку. К шашлыку подать мелко нарезанный лук с черным перцем или маринованный дикий лук, или же свежие помидоры, нарезанные дольками.

Состав: мясо – 700 г, лук – 600 г, укроп или кинза – 2 пучка, красный перец – 1 стручок, соль.

### **Казан-кебаб из домашней птицы**

Тушку курицы, гуся или индюка разделить на порционные куски, промыть и, посыпав мелкой солью, отставить. В котле перекалить масло, положить послойно куски мяса, нарезанный лук вместе с душистой зеленью, затем еще слой мяса и лука и т. д. Затем залить небольшим количеством воды. Плотно закрыть крышкой и томить на очень слабом огне в течение часа. Мясо сварится на пару и изжарится на собственном жире.

Готовое блюдо подается на стол с солеными или свежими помидорами, огурцами, редиской или редькой.

Состав: домашняя птица – 1 шт., лук – 2 шт., красный перец – 1 стручок, кинза – 1 пучок, укроп – 1 пучок, вода – 0,5 стакана, соль, гарнир.

### **Сих-кебаб**

Мякоть баранины или говядины нарезать кусочками 10—12 см, посолить, посыпать молотым красным или черным перцем, добавить мелко нарезанный лук, семена кинзы и виноградный уксус, все перемешать. Чтобы баранина лучше промариновалась, сложить ее в эмалированную или фарфоровую посуду, положить сверху груз, накрыть марлей и поставить в холодное место на несколько часов (от 4 до 24 часов). Затем мясо из маринада нанизать по 6 кусочков на шпажки (последним должен быть кусочек сала), жарить над

горящими углями до образования красной корочки. Чтобы мясо прожарилось равномерно, время от времени поворачивать шпалки.

Готовый шашлык подать на стол с мелко нашинкованным луком, заправленным тмином; можно подать еще помидоры, огурцы или любой салат.

Состав: мясо – 1 кг, лук – 2—3 шт., соль – 1 ч. ложка, красный или черный перец, зернышки кинзы (кориандр), виноградный уксус – 4 ст. ложки.

### **Сих-кебаб бугламасы**

Баранину или говядину (мякоть) нарезать на кусочки величиной с грецкий орех. Положить в эмалированную посуду и мариновать с добавлением рубленого лука, уксуса, молотого красного или черного перца, кориандра, зиры и соли, хорошенько перемешать и оставить в прохладном месте на 4—5 часов. Затем нанизать на металлические шпалки или палочки, срезанные с фруктовых деревьев, по 5—6 штук.

Налить воду в нижнюю часть паровой кастрюли, а в верхней части оставить один ярус, удалив остальные. На оставшийся ярус уложить нанизанный на палочки шашлык вертикально или горизонтально, закрыть крышкой и варить на пару в течение 1 часа. Тот шашлык в отличие от жареного над углями обладает лучшими вкусовыми качествами и хорошо усваивается организмом. Готовый паровой шашлык подается на стол вместе с гарниром из лука, политого виноградным уксусом, или салатом из тертой редьки, политой кислым гранатовым соком.

Состав: мясо (мякоть) – 1 кг, лук – 2 шт., соль — 1 ч. ложка, черный перец (молотый) – 1 ч. ложка, кориандр, зира, виноградный уксус – 4—5 ст. ложек.

### **Бедана-кебаб**

Очищенных перепелок положить на 10—15 минут в подсоленную воду. Затем нанизать на вертел, обмакнуть в растопленное масло, посыпать молотой зирой, черным перцем, мукой и жарить над углями, переворачивая время от времени, до образования красной корочки. Если из мяса начнет выделяться сок, необходимо присыпать мукой.

Перепелок подать в тарелках, не снимая с вертела. Отдельно подать нашинкованный лук с тмином, огурцы или помидоры.

Состав: перепелки – 6 шт., топленое масло – 50 г, мука – 3—4 ст. ложки, молотая зира, черный перец, соль.

### **Чупон-кебаб**

Вырезку говяжью, баранью или джейрана нарезать полосками длиной 10—15 см, шириной 3 см. Отбить каждый кусок деревянной колотушкой, немного помять, затем положить их в эмалированную или фарфоровую посуду, посолить, посыпать черным

молотым перцем, мелко нашинкованным луком, зирой, полить виноградным уксусом. Чтобы мясо хорошо промариновалось, сверху положить груз и выдержать несколько часов. Перед жарением каждый кусок мяса надеть на металлический вертел и жарить над углями без пламени до образования румяной корочки. Готовый шашлык снять с вертела, положить на тарелки нарезать на куски. К шашлыку подать салаты или мелко нашинкованный лук с тмином.

Состав: мясо (вырезка) – 1 кг, лук – 2 шт., соль, черный перец, зира, виноградный уксус – 4–5 ст. ложек.

### **Хасип-кебаб**

Очищенную баранью кишечную оболочку нарезать на куски длиной по 10—15 см. Один конец их завязать, через второй положить фарш и тоже перевязать. Нанизать на вертел по одной колбаске и жарить над углями, расположив их несколько выше, чем обычно. Чтобы колбаски не лопнули, в процессе жарки необходимо смазать их топленным маслом.

Готовый хасип-кебаб с вертела положить по две штуки на порцию и подать вместе с салатом из граната и лука.

Фарш готовится следующим образом: курдючную и бедренную часть мякоти баранины пропустить вместе с луком через мясорубку или порубить тяпкой. Добавить немного соленой воды, посыпать черным перцем.

Состав: баранья кишка – 1 шт., мясо – 700 г, курдючное сало – 200 г, лук – 2—3 шт., черный перец – 1 ч. ложка, соль, топленое масло для смазывания колбасок – 50 г.

### **Буглама-кебаб**

Баранину или говядину (ококор, грудинка или филейная часть) нарезать на ломтики. Ребра порубить на небольшие куски. Добавить мелко нарезанный лук, черный молотый перец, зиру лавровый лист, виноградный уксус, все хорошо перемешать и сложить в фарфоровую или эмалированную чашку и оставить на несколько часов, чтобы мясо промариновалось. В большой котел или кастрюлю налить немного воды и опустить в нее посуду с маринованным мясом. Котелок плотно прикрыть крышкой, поставить на 2 часа на огонь. Шашлык варится на пару.

Готовый шашлык разложить в пиалы или тарелки и подать к столу вместе с салатами.

Состав: мясо – 700 г, лук – 700 г, зира – 1 ч. ложка, черный перец, лавровый лист – 2 шт., виноградный уксус – 2—3 ст. ложки, соль.

### **Тандыр-кебаб**

Баранину или говядину (ококор или другая нежирная часть) нарезать на куски весом по 100—150 г толщиной 2—3 см. Мясо опустить в соленую воду, затем слегка обвалить в

муке, смешанной с черным молотым перцем и толченой зирой. Подготовленное таким образом мясо налепить на стенки тандыра и жарить до тех пор, пока оно не зарумянится. Затем собрать все угли в кучу, прикрыть золой и тандыр закрыть крышкой на 10—15 минут.

Готовый шашлык снять со стенок тандыра, положить на блюдо и подать на стол вместе с салатом из помидоров.

Состав: мясо – 700 г, мука – 3—4 ст. ложки, черный перец и толченая зира —1 ч. ложка, соль.

### **Жигар-кебаб**

Печенку нарезать кусочками по 10—15 г, посыпать мелкой солью, обвалить в муке, нанизать по 5—6 кусочков на шпажки и жарить. Готовый шашлык положить на тарелки, посыпать луком и солью и черным перцем.

Состав: печенка – 1 кг, лук – 300 г, мука – 200 г, черный перец или бужгун.

### **Думба-жигар кебаб**

Это блюдо готовится, как жигар-кебаб. Только при нанизывании на шпажки необходимо чередовать кусочки печенки с кусочками курдючного сала.

Состав: печенка – 500 г, курдючное сало – 500 г, мука – 300 г, соль и черный перец.

### **Балик-кебаб**

Осетрину белугу, сома или севрюгу (рыбное филе) опустить в кипяток, затем нарезать на куски весом по 50—60 г, нанизать на шпажку, смазать сливочным маслом, посолить, посыпать красным перцем и жарить над раскаленными углями до образования румяной корочки.

Состав: рыбное филе – 1 кг, сливочное масло – 50 г, соль и красный перец.

### **Кузикорин-кебаб**

Подобрать сморчки размером с орех или яйцо, промыть, положить в сито или шумовку, обдать кипятком. Когда стечет вода, надеть на шпажку по 5—6 штук, смазать грибы топленным маслом, посолить и посыпать мукой и жарить на углях.

Готовые грибы, не снимая со шпажки, положить на блюдо и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Состав: сморчки – 1 кг, топленое масло – 50 г, зеленый лук – 1 пучок, мука, соль.

### **Помидор-кебаб**

Выбрать мясистые сорта помидоров (размером с яйцо), промыть в холодной воде и нанизать на вертел по 3—4 штуки. Жарить над углями.

При подаче на стол готовые помидоры смочить в горячей подсоленной воде или же, сняв с вертела, положить на блюдо, посолить, посыпать красным перцем и мелко нарезанным луком.

Состав: помидоры – 1 кг, лук – 300 г, соль, красный перец.

### **Думбил-кебаб**

Кукурузные початки молочно-восковой спелости очистить, надеть на вертел, жарить на углях (не рекомендуется печь кукурузу в золе). Готовую кукурузу опустить в горячую соленую воду, переложить на блюдо и подать со сливочным маслом. На каждую порцию по два кукурузных початка.

Состав: кукурузные початки – 10—12 шт., сливочное масло – 100 г, соль.

### **Шиш-кебаб из молодой баранины по-каракачански**

Мякоть окорочков барашка нарезать кусочками и обжарить в кастрюле с кипящим маслом. Затем прибавить мелко нарезанный лук, муку, красный перец и томат-пюре; залить вином и двумя стаканами теплой воды, прибавить лавровый лист и черный перец и варить на слабом огне до мягкости мяса. В качестве гарнира подать по желанию рис, лапшу, картофельное пюре, пюре из фасоли.

Состав: мясо – 1 кг, сливочное масло – 50 г, молотый черный перец – 1 г, молотый красный перец —1 г.

### **Таскебаб из говядины**

Мясо от лопатки нарезать кусочками и обжарить с кипящим маслом, прибавить мелко нарезанный лук, спассеровать его; затем последовательно прибавить муку, красный перец, томат-пюре, черный перец и лавровый лист, посолить и залить вином и теплой водой, варить на слабом огне до мягкости мяса. В качестве гарнира можно подать плов из риса, картофельное пюре, макароны.

Состав: мясо – 1 кг, масло – 100 г, лук – 100 г, мука – 20 г, томат-пюре – 30 г, красное вино – 100 г, молотый черный перец – 1 г, молотый красный перец – 1 г, лавровый лист –

1 шт., молотый душистый перец – 1 г, гарнир.

### **Винный кебаб из свинины**

Мякоть задней ноги барашка нарезать кусочками, обжарить в подходящей кастрюле с растопленным салом. Спассеровать в том же сале мелко нарезанный лук, подрумянить муку затем прибавить томат-пюре и красный перец; залить вином и теплой водой, добавить лавровый лист и черный перец и варить на слабом огне до мягкости мяса. В качестве гарнира по желанию подать рис, лапшу, картофельное пюре, пюре из фасоли.

Состав: мясо – 800 г, топленое свиное сало – 100 г, лук – 50 г, мука – 20 г, молотый красный перец – 2 г, томат-пюре – 30 г, красное вино – 100 г, молотый черный перец – 1 г, лавровый лист, гарнир, петрушка.

### **Шиш-кебаб из молодой баранины по-рыбачьи**

Мякоть окорочков молодого барашка нарезать кусочками, посолить и по желанию посыпать черным и красным перцем. Бекон без костей, но с салом нарезать тонкими ломтиками. Стручки сладкого перца без семян разрезать по длине. На деревянную шпажку надеть куски мяса вперемежку с кусками бекона и сладкого перца, сбрызнуть растопленным маслом и жарить над раскаленными углями, медленно и внимательно поворачивая шпажку. Готовые куски мяса снять со шпажки и вместе с ломтиками бекона и кусками сладкого перца поместить на предварительно приготовленные, уложенные на лист бумаги или салфетку ореховые листья; завернуть в них при помощи салфетки или листа бумаги мясо, бекон и перец и тушить 4—5 минут. Подать с гарниром и салатом по желанию.

Состав: мясо – 1 кг, бекон – 150 г, стручковый сладкий перец – 200 г, молотый черный перец – 1 г, молотый красный перец – 2 г.

### **Кебаб из телятины по-константинопольски**

Мясо от шеи или лопатки нарезать на кусочки и обжарить с маслом. Последовательно спассеровать в том же масле мелко нарезанный лук, часть муки и томатный сок, залить вином и небольшим количеством теплой воды или бульона. Прибавить ароматическую зелень и варить на слабом огне до мягкости мяса, предварительно посолив его. Испечь баклажаны на сильном огне, очистить и растереть деревянным пестиком, чтобы получить пюре. На оставшем масле спассеровать оставшуюся муку, прибавить пюре из баклажанов, подрумянить его, посолить, залить молоком и хорошо перемешать. Приготовленным таким способом пюре из баклажанов загарнировать кебаб, разложив его в виде кольца. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Состав: мясо – 800 г, масло – 100 г, баклажаны – 1 кг, мука – 50 г, томатный сок – 150 г,

лук – 100 г, молоко – 150 г, белое вино – 100 г, молотый черный перец, ароматическая зелень, петрушка.

### **Кебаб из мелкой рыбы**

Очистить мелкую рыбу, промыть и посолить.

Спассеровать нарезанный ломтиками лук в подсолнечном масле. Добавить и поджарить мелко нарезанный перец. В конце прибавить красные помидоры, также мелко нарезанные. Когда сок помидоров выпарится, посолить смесь, заправить черным и красным перцем и размешать. Добавить подсолненную рыбу. В небольшую посуду положить на дно толстую бумагу так, чтобы края ее были выше краев посуды. Выложить туда рыбную смесь и завернуть края бумаги конвертом. Полить 3—4 столовыми ложками подсолнечного масла, закрыть посуду крышкой и запечь.

Состав: рыба – 500 г, лук репчатый – 3 шт., масло подсолнечное – 0,5 стакана, перец сладкий стручковый – 4—5 шт., помидоры – 1—2 шт., перец красный молотый и черный молотый, соль.

### **Лулакабоб – люля-кебаб**

Мясо, сало, лук репчатый пропустить через мясорубку, добавить соль, перец и тщательно перемешать, затем разделить на колбаски весом 50—60 г и обжарить на сковороде. При подаче посыпать зеленью и нашинкованным репчатым луком.

Состав: мясо – 1 кг, сало – 40 г, лук репчатый – 160 г, жир – 40 г, зелень – 40 г, соль, специи.

### **Люля-кебаб из баранины**

Баранину пропустить через мясорубку с луком, посолить и поперчить, хорошо перемешать. Поставить на холод на 20 минут.

Охлажденный фарш сформовать на шампура в виде сарделек и обжарить на мангале до готовности.

Готовый люля-кебаб завернуть в лаваш, посыпать зеленью.

Состав: баранья вырезка – 1 кг, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец, лаваш, зелень.

### **Люля-кебаб из баранины с курдюком**

Баранину нарезать на куски, пропустить через мясорубку с курдюком и луком, посолить, поперчить, тщательно перемешать и поставить в прохладное место минут на 20—30.

Смочив руки в соленой воде, сформовать на шампурах люля в виде сарделек.



Жарить над раскаленными углями до готовности. Завернуть в лаваш и подать с кебабом из овощей и луком.

Состав: мясо без костей – 1 кг, курдючный жир – 200 г, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец.

### **Люля-кебаб из баранины с орехами**

Мякоть баранины пропустить через мясорубку с грецкими орехами и луком. Посолить, поперчить, перемешать и поставить на холод на 20 минут.

Смочив руки в соленой воде, сформовать на шампурах люля в виде сарделек и обжарить над раскаленными древесными углями. Подать люля-кебаб с маринадами, а также шашлыками из овощей, наршарабом.

Состав: баранина – 1 кг, ядра грецкого ореха – 200 г, лук – 3—4 шт., соль, перец.

### **Люля-кебаб из говядины с курдюком**

Говяжью вырезку пропустить через мясорубку с курдючным жиром и луком. Посолить, поперчить, хорошо перемешать и дать постоять минут 20 на холоде.

Смачивая руки в соленой воде, подготовленный фарш сформовать в виде сарделек на шампура. Обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать с люля-кебабом из картофеля и грибов, зеленью, луком.

Состав: говядина – 1 кг, курдючный жир – 200 г, репчатый лук – 3—4 шт., соль, перец.

### **Люля-кебаб из телятины**

Мясо нарезать кусочками, обмыть, пропустить через мясорубку вместе с курдючным жиром и луком. Посолить, поперчить, тщательно перемешать и поставить на холод минут на 20. Охлажденный фарш сформовать на шампура в виде сарделек и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать с зеленым лимоном, луком.

Состав: телятина без костей – 1 кг, курдючный жир – 200 г, репчатый лук – 4—5 шт., соль, перец.

### **Люля-кебаб из курицы**

Очищенную мякоть без шкурки пропустить через мясорубку вместе с курдюком и луком. Фарш посолить, поперчить, тщательно перемешать, после чего поместить его на 20 минут в холодильник.

Из подготовленного таким образом фарша на шампурах сформовать люля в виде сарделек и жарить над раскаленными углями до готовности. Подать люля-кебаб с луком, нарезанным кольцами, и свежими овощами.

Состав: куриное мясо – 1 кг, курдючный жир – 100—150 г, репчатый лук – 3—4 шт., соль, перец.

#### **Люля-кебаб из цыпленка**

Мякоть пропустить через мясорубку с луком и курдюком. Посолить, поперчить, фарш тщательно перемешать и поставить на 20 минут в холодильник. После этого сформовать на шампурах люля и обжарить над раскаленными углями.

Подать с зеленью, наршарабом, луком.

Состав: очищенное мясо цыплят – 1 кг, репчатый лук – 2—3 шт., курдючный жир – 100 г, соль, перец, наршараб, зелень.

#### **Люля-кебаб из индейки**

Подготовленное мясо индейки без шкурки вместе с луком, курдюком и орехами пропустить через мясорубку посолить, поперчить, вымешать и поставить фарш на 20 минут в холодильник. Сформовать на шампурах люля в виде сарделек и обжарить над углями до готовности. Чтобы мясо не прилипло к рукам, используют соленую воду.

Подать с сумахом и свежими овощами, зеленью.

Состав: мясо индейки – 1 кг, репчатый лук – 2—3 шт., курдючный жир – 100—150 г, соль, перец, несколько ядер грецких орехов.

#### **Люля-кебаб из кабанины**

Мясо для люля-кебаба выбрать жирное, прокрутить его через мясорубку вместе с луком. Посолить, поперчить, хорошо вымешать и поставить в холодильник на 20—30 минут.

Из охлажденного фарша сформовать на шампурах люля в виде сарделек и пожарить над раскаленными углями.

Подать с луком и зеленью, а также часто используют лаваш (тонко раскатанная мучная лепешка).

Состав: вырезка – 1 кг, репчатый лук – 3—4 шт., соль, перец.

#### **Люля-кебаб из кутума**

Подготовленную мякоть рыбы пропустить через мясорубку с луком. Поперчить, посолить, добавить яйцо, хорошо перемешать и поставить на 30 минут на холод.

Подготовленный фарш нанизать в виде сарделек на широкие шампура и обжарить на мангале над раскаленными углями.

При подаче посыпать зеленью, луком, сушаком.

Особенно вкусен шашлык из рыбы, подстреленной на подводной охоте, или свежепойманной.

Такая рыба не требует предварительной обработки, ее можно жарить на углях прямо в чешуе и без шампура.

Состав: рыба – 1 кг, лук – 4 шт., яйцо – 1 шт., соль, перец, зелень, сушаком.

### **Люля-кебаб из судака**

Подготовленную мякоть рыбы вместе с тремя луковицами пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить яйцо, хорошо размешать и на 20 минут поставить на холод.

Из оставшегося лука приготовить луковую кашу, пропустить лук несколько раз через мясорубку.

Подготовленный и охлажденный фарш нанизать в виде сарделек на шампура и обжарить до полуготовности над раскаленными углями. После этого обмазать люля сверху луковой кашей и довести люля до готовности.

Подать с зеленым луком, нарезанным мелко, лимоном, сушаком.

Состав: рыба – 1 кг, лук – 5 шт., соль, яйцо – 1 шт., перец и зелень.

### **Люля-кебаб из картофеля с орехами и курдюком**

Картофель отварить, пропустить через мясорубку с курдюком и орехами. Посолить и поперчить. Руками, смоченными в соленой воде, сформовать на шампурах люля и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать с мясными шашлыками.

Состав: картофель – 1 кг, курдючный жир – 250 г, ядра грецких орехов – 150 г.

### **Люля-кебаб из картофеля**

Картофель очистить, обмыть, сварить и хорошо растолочь. Добавить прокрученный через мясорубку курдючный жир, соль, перец, все хорошо перемешать.

Подготовленный фарш сформовать в виде сарделек на шампура. Чтобы фарш не прилипал к рукам, периодически смачивают руки в соленой воде.

Люля-кебаб обжарить над раскаленными углями до готовности.

Состав: картофель – 1 кг, курдючный жир – 150—200 г, соль, перец.

### **Люля-кебаб (по-азербайджански)**

Мякоть баранины, курдючное сало порезать на куски и пропустить через мясорубку с частой решеткой вместе с репчатым луком и солью. В измельченное мясо положить раствор лимонной кислоты или уксус, перец и перемешать, вынести на холод и мариновать 3—4 часа. Из фарша сформовать на плоской шпажке люля-кебаб в виде сардельки и жарить над горящими древесными углями. К люля-кебаб подать лаваш, зеленый лук, зелень пучком и посыпать сверху сумахом.

Состав: баранина – 1650 г, сало курдючное – 60 г, перец – 0,5 г, лук репчатый – 120 г, лимонная кислота – 1 г, соль – 3 г, гарнир, лаваш.

### **Бедонакабоб – перепелка на вертеле**

Обработанные и выпотрошенные тушки перепелок тщательно промыть, посыпать солью, перцем, заправить в «кармашек», слегка смазать жиром, обвалять в муке, надеть на шпажки и жарить на углях до образования румяной корочки. При подаче обжаренные тушки перепелок снять со шпажки и подать вместе с жареными помидорами, нашинкованным репчатым луком и зеленью.

Состав: перепелки – 8 шт., жир – 40 г, лук репчатый – 80 г, помидоры – 400 г, мука – 60 г, зелень – 40 г, соль, специи.

### **Цыплята на вертеле**

Выпотрошенные и посоленные тушки цыплят надеть на вертел, поставить его над раскаленными углями и поджарить цыплят, поворачивая вертел, чтобы не подгорали. Во время жаренья их надо непрерывно смазывать маслом и слегка смачивать водой, пользуясь веничком из перьев. Незадолго до окончания смазать и дать цыплятам подрумяниться. Когда они будут готовы, снять с вертела, разрубить пополам и подать с гарниром из жареного картофеля с салатом или солеными огурцами. При желании можно смочить цыплят два-три раза во время жаренья чесноком, толченым вместе с солью.

Состав: цыпленок – 1 кг, сливочное масло – 40 г, картофель – 600 г, салат или соленые огурцы – 160 г, соль.

### **Птица на вертеле**

С очищенных от перьев цыплят снять пленки, осмолить, промыть и осушить при помощи полотенца. Поперчить и посолить тушки как снаружи, так и внутри. Связать

тушки шпагатом так, чтобы крылышки и лапки были плотно прижаты к тушке (все это лучше сделать дома). Насадив цыплят на длинный вертел, закрепить его на вбитых в землю кольях с распорками так, чтобы цыплята находились над раскаленными углями на расстоянии 25—30 см. Жарить цыплят нужно не менее 45 минут, медленно поворачивая вертел и время от времени поливая тушки растопленным маслом. Стекающий на угли жир образует вспышки пламени. Если они продолжительны, на цыплят надо сбрызгивать водой. Температуру костра следует поддерживать, добавляя раскаленные угли с запасного костра. Если над углями поставить железную решетку-гриль, то это будет способствовать ровному распределению жара.

При обжарке цыплят, дичи, крупных кусков мяса, крупной рыбы не следует спешить вертеть шампур. Нужно дать продукту не только зарумяниться, но и хорошо прогреться внутри. Готовые цыплята должны быть коричневого цвета, сочными и ароматными. Их следует освободить от шпагата, разрубить вдоль на две или четыре части и подать к столу. К цыплятам можно подать свежие помидоры и огурцы, консервированные фрукты.

Таким же образом можно зажарить курицу индейку, утку, небольшого гуся.

Состав: цыплята средней величины – 3 шт., масло сливочное – 50 г, соль и перец.

### **Буженина на вертеле**

В продолговатом куске свинины с прожилками жира сделать острым ножом глубокие проколы (10—12 раз) и вложить туда кусочки чеснока. Посолить, густо обсыпать красным перцем, увязать шпагатом (наподобие копченой колбасы), чтобы мясо не перегибалось во время жаренья. После этого насадить мясо на вертел и жарить на среднем огне 1,5 часа. Готовность мяса проверяется уколom тонкого острого ножа. Если из прокола не вытекает капелька мясного сока, то буженина готова. Жаренная на вертеле буженина покрыта коричневой корочкой и имеет исключительный аромат.

К буженине можно подать отварной или печеный картофель, свежие овощи, отварную репу.

Таким же образом можно изжарить и бараний бок. Для образования вкусной корочки рекомендуется за 20—30 минут до окончания жаренья облить мясо жиром и обсыпать мукой, перемешанной с мелко толченными сухарями. При подаче предложить тертый хрен.

Состав: свинина – 1,5 кг, чеснок – 3—4 дольки, перец красный молотый и соль.

### **Заяц (кролик) на вертеле**

Очищенного от шкуры и внутренностей зайца или кролика вымочить в холодной воде 4—5 часов. Можно в воду добавить уксус из расчета на 3 л воды 1 стакан. После замачивания осушить зайца полотенцем. Острым ножом сделать проколы и вложить в отверстия кусочки свиного шпика и чеснока. После шпигования зайца посолить и поперчить со всех сторон, вытянуть передние и задние лапы и увязать их шпагатом вместе с тушкой. Затем насадить зайца на вертел и жарить в течение 1,5—2 часов, беспрерывно

поворачивая вертел. После обжарки зайца порубить на порции, сначала отделяя задние ножки, затем передние вместе с лопатками. Оставшуюся тушку разрубить вдоль хребта на две половины, из которых, в свою очередь, нарубить нужные порции.

Подать зайца с салатом из белокочанной капусты и печеным картофелем, малосольным огурцом и свежим помидором. К жареному зайцу и кролику подать белое столовое вино, лучше, если его разбавить газированной водой, чтобы не перегружать желудок экстрактивными веществами, которых много в жареном мясе, соленьях и вине.

Состав: заяц средних размеров – 3—3,5 кг, чеснок – 5 долек, шпик – 200 г, соль и перец.

### **Рыба на вертеле**

Рыбу выпотрошить, чешую не снимать, разрезать вдоль и затем поперек на порции, посолить и нанизать на шампур или прут попеременно с луком кусочками сала. Концы шампура или прута положить над углями на подставки. Расстояние до углей установить не менее 5 см.

Жарить минут 8—10, время от времени поворачивая тушку, чтобы жарилась равномерно. Рыба готова, если легко отделяется от чешуи. Таким способом рекомендуется готовить жирных рыб. Лососей можно жарить целиком.

### **Индейка на вертеле**

Тушку молодой индейки приготовить к жарке: филейную часть покрыть тонкими ломтиками шпика, прикрепленными к тушке шпагатом, посолить изнутри и снаружи, посыпать черным перцем и одеть на вертел, жарить индейку надо над горячими углями, медленно поворачивая вертел и периодически поливая тушку растопленным маслом. Готовую индейку нарезать на куски и разложить на блюде, загарнировать тушеными каштанами, рисом с потрохами индейки и изюмом, жареным картофелем, нарезанным кружками. Подать с салатом по выбору.

Состав: молодая индейка – 2 кг, шпик – 100 г, сливочное масло – 100 г, молотый черный перец – 1 г.

### **Вырезка (филе) на вертеле**

Вырезку лося и других оленей куском в 250—300 г очистить от пленок, сухожилий, выровнять края ножом, посолить и посыпать толченым перцем, надеть на вертел, шампур или металлический шомпол и жарить над углями прогоревшего костра или над углями в плите, печке, смазывая поверхность куса сливочным маслом и поворачивая кусок для равномерного обжаривания. Подавая на стол, мясо снять с вертела, уложить на блюдо, добавив в качестве гарнира кусочки лимона, зеленый и нарезанный колечками репчатый лук, помидоры.

Это межреберная мякоть спинно-поясничной части лося и оленей. Мясо нарезать на

тонкие куски, освободить от сухожилий и лишнего жира. Куски антрекота слегка отбить, посолить и поперчить, жарить перед самой подачей к столу 5—7 минут на сковороде с сильно разогретым жиром. Готовое блюдо полить мясным соком, образовавшимся при жаренье мяса, и, кроме того, положить кусочки (по 25—30 г) сливочного масла. Антрекот можно готовить вместе с яичницей из 4—5 яиц или с 200 г поджаренного лука, который затем разложить на каждый кусок мяса. Отдельно обжарить с жиром мелко порезанный лук, добавляя томат и заранее обжаренную белую муку. Сюда же влить бульон, полученный от тушения мяса, положить толченый чеснок и лавровый лист, добавить сметану или майонез и кипятить. В полученный соус уложить мясо и довести до полной готовности.

### **Цыпленок на решетке**

Подготовленного молодого цыпленка промыть в холодной воде, обсушить на салфетке и разрезать вдоль хребта, раскрыть тушку, слегка придавить и распластать. Отбитую тушку посолить, сбрызнуть растопленным или оливковым маслом, положить в противень с небольшим количеством масла и поставить в горячий жарочный шкаф на 10—15 минут, после чего вынуть и дать остыть. Осторожно устранить мелкие кости, следя за тем, чтобы не разорвать мясо, снова посолить с обеих сторон, посыпать черным перцем, сбрызнуть растопленным маслом и обжарить с обеих сторон на решетке. Готового цыпленка можно загарнировать разнообразными гарнирами.

Состав: цыпленок – 1,2 кг, оливковое масло – 100 г, молотый черный перец – 1 г.

### **Цыпленок на решетке по-американски**

Готовить, как описано выше, но загарнировать жареными на решетке сосисками, нарезанными кусочками, мелкими помидорами, фаршированными хлебной крошкой и тертым кашкавалом, поджаренным на масле картофелем, вынутым выемкой в виде лещинных орехов, зеленым горошком и тонкими ломтиками бекона, поджаренными на решетке. Готового цыпленка нарезать на куски и разложить на блюде между гарнирами. Отдельно подать соус.

Состав: цыпленок – 1,2 кг, оливковое масло – 50 г, сливочное масло – 150 г, хлебная крошка – 200 г, кашкавал – 50 г, чеснок – 20 г, петрушка – 10 г, сосиски – 150 г, бекон – 100 г, картофель – 500 г, кабачки – 500 г, свежий горошек – 250 г, соус – 250 г, помидоры – 250 г.

### **Цыпленок в сухарях на решетке**

Подготовленную тушку цыпленка без костей смочить в растопленном масле, запанировать в хлебных крошках и жарить на решетке. Загарнировать картофелем и залить соусом, приготовленным из костей цыпленка. По желанию этот соус можно

заменить очень жидким томатным соусом. Подать горячим с салатом по выбору.

Состав: цыпленок – 1,2 кг, сливочное масло – 150 г, оливковое масло – 50 г, хлебная крошка – 150 г, картофель – 1 кг, мясной или томатный соус – 250 г.

### **Цыпленок на решетке по-русски**

Тушку цыпленка подготовить, как для жарки на решетке. Очищенное от костей мясо нашпиговать с внутренней стороны тонкими ломтиками шпика, посолить, посыпать черным перцем, сбрызнуть растопленным маслом и жарить на решетке, смазывая растопленным маслом. Готового цыпленка нарезать на порции, разложить на блюде.

Состав: цыпленок – 1,2 кг, оливковое масло – 100 г, сливочное масло – 100 г, шпик – 160 г, молотый черный перец – 1 г, картофель – 750 г, хлебные крутоны – 150 г, гусиная печенка – 100 г, соус – 250 г.

### **Тушеная индейка**

Подготовленную индейку посолить внутри и снаружи, сформовать, положить в кастрюлю с маслом и тушить. Подрумянить со всех сторон в жарочной печи, прибавить мелко нарезанные морковь, лук и сельдерей, подрумянить их с мясом, залить белым вином и бульоном, накрыть крышкой и тушить до мягкости, периодически переворачивая тушку. Готовую индейку можно загарнировать по желанию рисом

### **Индейка с соусом со сливками**

Тушить индейку, как описано выше, довести до мягкости и вынуть. Из сока, в котором она тушилась, приготовить соус со сливками и коньяком, к пассерованным овощам прибавить муку, спассеровать ее, залить вином, коньяком, сливками и бульоном, кипятить 10—15 минут и пропустить через густое сито. В качестве гарнира приготовить рис, к которому во время варки прибавить нарезанную кусочками, посыпанную мукой, посоленную и обжаренную на масле гусиную печенку и печенку индейки. Рис подать вместе с индейкой, полив ее предварительно приготовленным соусом. Оставшуюся часть соуса подать отдельно в соуснике. Подать с салатом по выбору.

Состав: индейка – 2,5 кг, сливочное масло – 250 г, морковь – 30 г, сельдерей – 30 г, лук – 30 г, белое вино – 150 г, мука – 50 г, коньяк – 50 г, сливки – 300 г, бульон – 200 г, рис – 100 г.

### **Индейка на решетке**

Для жарки на решетке следует выбрать молодую индейку. Выпотрошить ее, разрезать вдоль хребта, раскрыть, слегка придавить и распластать, посолить, сбрызнуть маслом,



положить на противень и подрумянить в сильно нагретом жарочной печи (10—15 минут), после чего дать остыть. Осторожно, не разрывая мяса, удалить хребет и ребра, посолить, посыпать черным перцем, смочить в растопленном масле, запанировать в хлебных крошках и сухарях и поджарить со всех сторон на решетке. Готовую индейку загарнировать различными гарнирами, как, например, зеленым горошком с маслом, жареным картофелем и пр. Подать соус, приготовленный из костей, соус с каперсами и пр. Отдельно подать салат по выбору.

Состав: молодая индейка – 2 кг, сливочное масло – 150 г, хлебная крошка – 150 г, молотый черный перец —1 г.

### **Индейка на решетке по-американски**

Подготовить и жарить, как описано выше, загарнировать картофелем, нарезанным соломкой, тонкими ломтиками копченого бекона или свиной грудинки, поджаренными на решетке, нарезанными кусочками длиной в 2—3 см сосисками, поджаренными на решетке, зеленой фасолью с маслом и помидорами, фаршированными хлебной крошкой и кашкавалом. Залить мясным соком, заправленным томатным соусом. Подать с салатом по выбору.

Состав: молодая индейка – 2 кг, сливочное масло – 200 г, хлебная крошка – 500 г, картофель – 300 г, бекон – 150 г, сосиски – 200 г, зеленая фасоль – 300 г, помидоры – 400 г, кашкавал – 100 г.

### **Индейка по-русски**

Индейку тушить, как описано выше. В качестве гарнира приготовить кнели из куриного мяса без костей и кожи и молодой телятины. Мясо перемешать и пропустить 2—3 раза через мясорубку с частой решеткой. Полученную котлетную массу смешать с заварным тестом, посолить, посыпать черным перцем, прибавить мускатный орех и свежие сливки или молоко и хорошо размешать деревянной ложкой. Из готовой массы при помощи двух деревянных ложек, предварительно погруженных в горячую воду, разделить кнели. Полученные кнели яйцевидной формы положить на противень, смазанный маслом, украсить трюфелями, влить немного бульона, накрыть крышкой и поставить в жарочный шкаф на 10—15 минут. Приготовить свежие грибы и телячьи железы, сваренные и тушеные в масле, и картофель.

Готовую индейку нарезать на куски, положить на середину блюда и залить соком, в котором тушилась индейка, сгущенным небольшим количеством крахмала и заправленным вином для аромата, вокруг разложить букетиками гарниры. Подать с салатом по выбору.

Состав: индейка – 2,5 кг, сливочное масло – 200 г, морковь – 30 г, сельдерей – 30 г, лук – 30 г, белое вино – 100 г, бульон – 100 г, куриное мясо – 300 г, молодая телятина – 400 г, заварное тесто – 100 г, сливки – 100 г, мускатный орех, молотый черный перец – 1 г,

трюфеля – 50 г.

### **Маринованный цыпленок, жаренный на решетке**

Репчатый лук мелко нарубить, чеснок растолочь, добавить сливки и приправить черным перцем и кориандром. Полученный маринад развести водой и разогреть, но не кипятить и оставить настояться в течение 20 минут. Подготовленных цыплят разрезать пополам, отбить, натереть солью и черным перцем, залить охлажденным маринадом и оставить на ночь. Затем поместить их на решетку и запечь, часто поливая растопленным сливочным маслом и маринадом. Когда мясо станет мягким, его можно подавать к столу, полив остатками маринада и растопленным сливочным маслом, смешанными с тмином. На гарнир подать рассыпчатый рис с белым хлебом.

Состав: цыпленок – 1 кг, чеснок – 50 г, лук – 150 г, сливки – 250 г, вода – 600 г, перец – 1 ч. ложка, лимон – 2 шт., кориандр молотый – 2 ч. ложки, разогретое масло – 6 ст. ложек, соль, перец, тмин.

### **Печенка, жаренная на шпаяжке**

Обработать куриную печенку. Погрузить ее в кипяток на одну минуту откинуть на дуршлаг, освежить холодной водой, обсушить и нанизать на шпаяжку вперемежку с тонкими ломтиками свиной копченой грудинки (примерно такого же размера) и предварительно ошпаренными кусочками шампиньонов или белых грибов. Все это посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с маслом или на решетке с углями, предварительно смазав ее маслом. Подать с томатным соусом. На гарнир идет зеленый горошек, спаржа или рассыпчатый рис.

Состав: печенка – 400 г, свиная копченая грудинка – 120 г, шампиньоны или белые грибы – 80 г, масло сливочное – 20 г, соус – 200 г, перец, соль.

### **Курица, запеченная в глине**

Взять несколько килограмм глины, из которой делают горшки, несколько камней и сухих поленьев. Кроме того, понадобится одна неоципанная курица и коробок спичек. Курицу надо выпотрошить и вымыть. Ошпывать ее не нужно. Курицу поверх перьев хорошенько обмазать глиной. В таком виде поместить ее между камнями, а под ними развести костер из хвороста. Через час обжиг глиняную форму осторожно расколоть. Перья остаются в глине.

### **Бастурма из баранины**

Баранину нарезать поперек волокон от почечной корейки вместе с пашиной в виде длинной ленты, шириной 6—7 см.

Подготовленные куски баранины посолить, посыпать молотым черным перцем, добавить мелко рубленный репчатый лук, залить 3-процентным уксусом, хорошо перемешать, переложить в керамическую или из нержавеющей стали посуду поставить в прохладном месте (4—8 °С) и мариновать 4—6 часов. После маринования баранину (каждую ленту отдельно) свернуть рулетом, начиная с утолщенного конца, сколоть шпилькой или нанизать на шампур.

Подготовленные шампуры с мясом уложить на противень и обжарить в жаровне в течение 1,5—2 часов до готовности, периодически поливая бульоном или выделяющимся мясным соком.

При подаче в овальный баранчик или мельхиоровый лоток уложить крутой (ломтик булки, смоченный в яичном льезоне и обжаренный на сливочном масле), на него установить снятое с шампура жареное мясо, полить сверху мясным соком и гарнировать жареным картофелем – стружкой, соломкой, полить распущенным сливочным маслом. Отдельно на пирожковой тарелке подать маринованный репчатый лук, овощной салат и зелень.

Состав: баранина – 160 г; для маринада: уксус 3%-й – 15 г, лук репчатый – 10 г, перец черный молотый – 0,02 г, соль – 4 г, жир 5 г, мясной сок – 25 г; для гарнира: жареный во фритюре картофель – 125 г, жир – 10 г; для гренок: хлеб пшеничный – 30 г, яйцо – 8 г, молоко – 25 г, сахар – 3 г, маргарин – 5 г, масло сливочное на полив – 10 г; гарнир.

## **Раки**

Самыми вкусными бывают раки, выловленные в месяце, в названии которого нет буквы «р» (май, июнь, июль, август). Варить раков надо только живых (после варки шейки рака не вытянуты, а плотно прижаты – чем плотнее, тем здоровее рак). Сонными раками, особенно недоваренными, можно тяжело отравиться.

Раков разделяют на два типа – зеленоватых и черноватых. Выше ценятся черноватые раки, ножки у которых снизу должны быть красные.

Перед варкой живых раков надо тщательно промыть от грязи и тины вначале в большом количестве теплой воды, помешивая их деревянной веселкой. Затем откинуть раков на дуршлаг, ополоснуть под холодной проточной водой, хорошо отцедить ее остатки и затем только варить. Готовность раков определяется по трещинке, появляющейся у вареных раков между спинкой и шейкой.

Подают раков как горячими, так и холодными – в этом случае им надо дать остыть, не вынимая из отвара. Затем вынутых из отвара раков слегка обсушить и сразу же очистить. Желудок рака можно удалить и из живого рака, чтобы при варке шейки не получили неприятный привкус.

## **Раки вареные простые**

Тщательно промыть под проточной водой живых раков, уложить в кастрюлю, добавить зелень петрушки и укропа, влить воду, посолить. Варить раков, пока они не станут полностью красными. Уложить раков на блюдо, шейками к середине, и подать горячими.

Состав: раки средней величины – 40 шт., рубленая зелень укропа и петрушки – 1 ст. ложка, соль – 1 десертная ложка, вода – 2 стакана.

### **Раки, сваренные по-немецки**

Варить раков аналогично предыдущему рецепту, только вместо воды взять смесь из равного количества воды и пива. Горячих раков переложить на блюдо и по желанию взбрызнуть вином (или темным пивом).

### **Раки, сваренные по-русски**

В большую кастрюлю налить воду, круто посолить, добавить пучки зелени, очищенные луковицы и слегка прокипятить. Затем положить в кипящую воду подготовленных раков и варить, чтобы они всплыли на поверхность и стали ярко-красного цвета. Оставить раков в горячей воде до подачи их на стол и затем полностью отцедить отвар. Переложить горячих раков на блюдо, взбрызнуть портвейном и прикрыть плотным полотенцем на 3—5 минут для аромата.

Состав: раки – 30—50 шт., зелень укропа и петрушки – по 1 пучку, лук – 2—3 шт., соль.

### **Раки вареные с гарниром из петрушки**

Подготовленных раков переложить в кастрюлю с небольшим количеством кипящей соленой воды, в которой предварительно отварен пучок укропа. Варить раков примерно в течение 5—7 минут с момента закипания до полного их покраснения.

Горячих раков уложить на блюдо пирамидой и по краю блюда уложить много зелени петрушки.

Состав: крупные раки – 30 шт., укроп – 1 большой пучок, соль, свежая зелень петрушки.

### **Раки, сваренные по-польски**

Раков тщательно промыть под холодной водой и откинуть на сито, чтобы полностью стекли остатки воды. Переложить раков в кастрюлю, влить воду, посолить и поперчить. Сверху засыпать раков шинкованными овощами и луком, залить сметаной и хорошо встряхнуть кастрюлю. Покрыть поверхность зеленью, закрыть кастрюлю крышкой и варить раков на среднем огне. Когда раки сварятся, зелень удалить.

Содержимое кастрюли (готовые раки и овощи) переложить в глубокое блюдо и подать

на стол.

Состав: раки – 50 шт., лук – 3 шт., морковь – 4 шт., свекла – 2 шт., сметана – 4 стакана, зеленый укроп и петрушка – по 1 пучку, соль и черный перец, вода – 2 стакана.

### **Раки, сваренные по-французски**

В небольшом количестве соленой воды сварить луковицу, нарезав ее на четвертинки. Всыпать рубленую зелень петрушки, черный перец и положить пучок зеленого укропа. Добавить подобранные шинкованные корни.

Варить до готовности кореньев, затем положить в кастрюлю подготовленных раков, влить вино и, прикрыв кастрюлю крышкой, вскипятить на сильном огне. Нагрев уменьшить и варить раков еще 5—7 минут, слегка встряхивая кастрюлю, чтобы они проварились равномерно.

Готовых горячих раков красиво уложить на блюдо и украсить веточками свежей петрушки.

Состав: средние раки – 50—60 шт., лук – 1 шт., рубленая зелень петрушки – 2 ст. ложки, зеленый укроп – 1 пучок, красное вино – 1 стакан, черный перец – 8—10 горошин, морковь и белые корни, соль, петрушка – 1 пучок.

### **Цельные вареные раки**

30 штук крупных, живых раков опустить сперва в большое количество воды, помешать их лопаточкой, чтобы сполоснуть от грязи, откинуть на решето. Когда вода стечет, опустить в небольшое количество посоленного кипятка, в котором предварительно вскипятить пучок укропа. Вода от холодных раков остынет, и когда вновь закипит, то от минуты закипания варить минут 5. Подавать горячими. Вынуть дуршлаговой ложкой, уложить на блюдо пирамидой, огарнировав блюдо кругом зеленой петрушкой.

### **Вкусные раки**

Влить в кастрюлю 1,5 стакана свежей сметаны, 0,5 стакана вина, положить ложку сливочного масла, немного соли и тмину, дать потихоньку закипеть, положить тотчас 30 крупных, вымытых раков, накрыть кастрюлю крышкой, дать повариться минут 20, выложить на блюдо, облить соусом или вскипятить их в вине с кореньями, ложкой масла и небольшим количеством красного перца.

### **Раки вареные ароматные**

В кастрюлю влить сметану и вино, положить сливочное масло, немного соли и тмина и дать закипеть на слабом огне.

Сразу же положить в кастрюлю хорошо промытых раков, прикрыть крышкой и варить около получаса (в зависимости от величины раков), чтобы все раки стали ярко-красными.

Горячих раков уложить на блюдо шейками к середине и полить получившимся при варке соусом.

Состав: раки – 25—30 штук, сметана – 1,5 стакана, вино – 0,5 стакана, сливочное масло – 1 ст. ложка, соль и тмин.

### **Раки, сваренные в вине**

Раков тщательно подготовить, уложить в кастрюлю, положив на дно тонко шинкованные разные корни (морковь, петрушку, сельдерей, пастернак). Влить вино, добавить сливочное масло, соль и молотый черный перец или горошины перца.

Варить раков на среднем огне до полной готовности и подать сразу же, горячими.

Состав: раки – 30—40 шт., вино – 1 стакан, сливочное масло – 1 ст. ложка, шинкованные корни, соль и перец.

### **Запеченная рыба**

Рыбу (как сырую, так и предварительно обжаренную и сваренную) запекают в глине, золе, на углях, в мангале и т. п. Запекается также рыба в фольге и пергамина бумаге. Таким способом обычно запекают жирную рыбу.

Сырую рыбу запекают в натуральном виде и с картофелем.

Припущенную рыбу запекают под соусом и с различными гарнирами.

Жареную рыбу запекают под сметанным соусом, красным с грибами и т. д.

Чтобы рыба не подгорала, ее кладут на решетку или деревянные палочки.

Посуда должна быть полностью заполнена рыбой и гарниром, иначе при запекании быстро испаряется влага и рыба будет сухой и невкусной.

Во время запекания рыбу поливают бульоном с противня.

### **Амур запеченный**

Очищенную рыбу посолить, поперчить и потереть чесноком. Сверху покрыть колечками лука и нарезанными дольками помидорами, залить растительным маслом или соусом майонез и запечь.

Состав: амур – 500 г, чеснок – 3—4 дольки, лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 0,75 стакана или соус майонез – 0,5 баночки, помидоры – 3—4 шт., перец черный молотый, соль.

### **Аргентина, запеченная с овощами**

Подготовленную рыбу разделить на филе и разрезать на куски, посыпав солью, перцем, запанировать в луке и обжарить на сливочном масле. Нарезать кружочками лук, перец и обжарить на масле. На обжаренные лук и перец положить куски обжаренной рыбы, залить соусом и запечь до готовности.

При подаче посыпать блюдо мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Состав: аргентина – 700 г, масло сливочное – 4 ст. ложки, перец сладкий – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., масло для жаренья, перец, лук – 2 ст. ложки, соус белый с шампиньонами (или соус молочный с грибами) – 0,5 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Жерех запеченный**

Филе рыбы без кожи и костей нарезать на порционные куски, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на топленом масле.

Обжаренную рыбу положить на смазанное маслом блюдо или сковороду.

Сырое яйцо смешать с молоком, посолить, добавить тертый сыр и крошки белого хлеба. Этой смесью залить куски рыбы, полить растопленной разогретой сметаной и запечь.

Подать рыбу в горячем виде на той же сковороде, на которой она запекалась.

Состав: жерех – 500 г, мука – 1 ст. ложка, масло топленое – 2 ст. ложки, хлеб белый (крошки) – 120 г, молоко – 0,5 л, сыр тертый – 2 ст. ложки, сметана – 0,4 стакана, перец черный молотый, соль.

### **Зубатка по-датски**

Подготовленную рыбу разделить на филе и разрезать на куски. Сбрызнуть их лимонным соком и уложить слоями с нарезанными кружочками помидорами в смазанную жиром и посыпанную сухарями посуду. Каждый слой рыбы и помидоров посыпать солью.

Подготовить смесь из яиц, сметаны, мелко рубленного лука и муки и вылить ее на верхний слой рыбы. Сверху положить кусочки сливочного масла и запечь.

При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Состав: зубатка (филе) – 700 г, помидоры – 4 шт., яйца – 2 шт., сметана – 0,25 стакана, лук репчатый – 2 шт., мука – 1 ст. ложка, масло сливочное – 2 ст. ложки, лимон – 0,5 шт. или уксус – 1 ст. ложка, петрушка (зелень), сухари молотые, соль.

### **Камбала запеченная**

Рыбу нарезать на куски, посолить и уложить на противень. Поджарить на подсолнечном масле муку, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, посолить, посыпать молотым

черным перцем, влить воды, чтобы получился не слишком густой соус, добавить лимонный сок. Рыбу залить приготовленным соусом и запечь.

Подать в холодном виде.

Состав: камбала – 800 г, мука – 2 ст. ложки, масло растительное – 6 ст. ложек, петрушка (зелень) – 100 г, лимон – 40 г, перец черный молотый, соль.

### **Камбала (или палтус), запеченная с помидорами**

Припущенную рыбу положить на сковороду и обложить поджаренными половинками помидоров. На рыбу положить вареные белые грибы и кусочки крабов, залить томатным соусом с грибами и овощами, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Подать на сковороде; посыпать зеленью петрушки и укропом.

Состав: камбала – 600 г, помидоры – 450 г, грибы – 120 г, крабы – 40 г, соус – 0,6 л, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное (или маргарин сливочный) – 1 ст. ложка, петрушка (зелень), укроп, соль.

### **Караси в сметане**

Карасей очистить от чешуи и плавников, удалить внутренности и жабры, промыть, промокнуть полотенцем, натереть солью, посыпать перцем, обвалить в муке и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Жареных карасей положить на сковороду, смазанную маслом, вокруг обложить кружочками жареного картофеля, залить сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь.

Состав: караси – 600 г, масло сливочное – 4 ст. ложки, сухари молотые – 1 ст. ложка, мука – 2 ст. ложки, сметана – 1,5 стакана, картофель – 1 кг, перец черный молотый, соль.

### **Карась, запеченный в соусе**

Подготовленную целую тушку рыбы или порционный кусок посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на топленом масле. На сковороду или овальное блюдо (для запекания) налить немного сметанного соуса, уложить на него обжаренную рыбу, рядом с которой положить некрупный отваренный очищенный картофель (2—3 штуки). Залить рыбу и картофель сметанным соусом, посыпать сухарями и тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь так, чтобы на поверхности рыбы образовалась румяная корочка и рыба дошла до полной готовности.

Подать рыбу в той же посуде, в которой она запекалась. При подаче полить маслом и посыпать зеленью.

Так же можно приготовить линя, воблу свежую.

Состав: карась – 600—800 г, мука – 1 ст. ложка, масло топленое – 60 г, картофель –



500—600 г, соус – 0,6л, сыр – 0,5 ст. ложки, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Карась с грибами в сметанном соусе**

Разделить рыбу на филе с кожей, посолить, запанировать в муке и поджарить на масле. Поджаренную рыбу переложить на сковороду, уложить вокруг рыбы свежие поджаренные белые грибы (можно прибавить пассерованный лук и ломтики вареного яйца), залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и быстро запечь. Подать на сковороде, посыпав рыбу зеленью петрушки.

Состав: карась (филе) – 600 г, мука – 1 ст. ложка, масло топленое – 80 г, масло сливочное – 20 г, грибы – 400 г, лук репчатый – 1 шт., яйцо – 0,5 шт., сыр тертый – 1 ст. ложка, соус – 0,6 л, петрушка (зелень), укроп, соль.

### **Кефаль запеченная**

Красные помидоры нарезать кружочками, уложить на сковороду, посолить и посыпать мелко измельченной зеленью петрушки, сверху положить кефаль, предварительно посолив. Накрыть помидорами, посыпать зеленью петрушки, красным молотым перцем, солью, залить подсолнечным маслом и запечь.

Подать в холодном виде.

Состав: кефаль – 1 кг, помидоры красные – 250 г, петрушка (зелень) – 80 г, масло подсолнечное – 0,5 стакана, перец красный молотый, соль.

### **Кильки, запеченные с макаронами**

Макароны отварить в большом количестве подсоленной воды в течение 15 минут и откинуть. Часть килек очистить, освободить от костей, порубить, перемешать с растительным маслом, подогреть на водяной бане и слегка поперчить. Откинутые макароны уложить в форму для запекания, смазанную сливочным маслом и посыпанную тертым сыром, двумя или тремя слоями, кладя на каждый из них полученную килечную массу и посыпая тертым сыром. Сверху положить целые, освобожденные от костей кильки, посыпать остатками тертого сыра и запечь.

Состав: макароны (или макаронные изделия) – 300 г., кильки пряного посола (анчоусы) – 2 банки, сыр тертый – 150 г, масло растительное (оливковое) – 100 г, перец черный молотый, соль.

### **Клыкач в сметане с гречневой кашей**

Филе клыкача разрезать на кусочки, посыпать солью, запанировать в муке и обжарить. На смазанную жиром сковороду положить рассыпчатую гречневую кашу, заправленную маслом, на нее – обжаренную рыбу, залить все соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь.

Состав: клыкач – 700 г, мука – 1 ст. ложка, маргарин – 2 ст. ложки, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное – 2 ст. ложки, соус сметанный – 0,5 стакана, соль.

### **Корюшка, запеченная с маринованным красным перцем**

Рыбу почистить, выпотрошить, хорошо промыть, обсушить салфеткой, посолить, посыпать ее перцем и положить в эмалированную или керамическую посуду. Отжав на нее сок лука (репчатый лук перед этим натереть на мелкой терке и выложить в кусочек чистой ткани), поставить на холод на полчаса.

Ошпарить маринованный красный перец, снять с него кожицу и протереть перец через сито, заправить его тертым сыром.

Филе рыбы окунуть в яйцо, обвалить в сухарях и обжарить. Выложить на смазанную жиром сковородку, покрыть ее слоем заправленного сыром перца, сбрызнуть маслом и быстро запечь.

На гарнир подать жареный картофель.

Состав: корюшка – 1 кг, лук репчатый – 1 шт., сок лимонный (или разведенная лимонная кислота) – 1 ст. ложка, перец красный маринованный – 250 г, яйцо – 1 шт., сыр тертый – 1,5 ст. ложки, сухари молотые – 2 ст. ложки, масло – 2 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

### **Макрель в форме**

Рыбу выпотрошить, промыть. Нарезать филейные кусочки, положить в смазанный маслом сотейник, посолить и посыпать слегка перцем. Сливки, кефир и мелко нарубленный чеснок смешать, облить этой смесью рыбу и сверху засыпать тертым сыром и сухарями и запечь.

Подать на стол с зеленым салатом и отварным картофелем.

Состав: макрель (или скумбрия) – 2 шт., сливки – 2 ст. ложки, кефир – 1 ст. ложка, сыр тертый – 2 ст. ложки, сухари молотые – 2 ст. ложки, чеснок – 3—4 дольки, перец черный молотый, соль.

### **Макрурус, запеченный с морковью**

Соус майонез смешать с молоком, горчицей, сахарным песком, нарезанным луком и взбить. Филе макруруса нарезать небольшими кусочками, положить в смазанную жиром посуду и залить приготовленным соусом. Сверху положить нарезанную морковь и

запекать 30—40 минут. За 5 минут до готовности посыпать молотыми сухарями.

Состав: макрурус – 500 г, соус майонез – 100 г, молоко – 2 ст. ложки, лук репчатый – 1 шт., горчица – 0,5 ч. ложки, морковь – 2 шт., сухари молотые – 2 ч. ложки, сахар – 0,25 ст. ложки, соль.

### **Мойва с картофелем, запеченная по-русски**

Мороженую мойву разделить на филе без костей, запанировать в муке, смешанной с солью, перцем, и обжарить до образования румяной корочки. Затем на сковороду, смазанную маргарином, уложить рыбу, сверху нарезанный кружочками отварной картофель, смазать сметаной, посыпать тертым сыром и запечь до образования золотистой корочки.

Подать с салатом из свежих овощей.

Состав: мойва мороженая – 6—8 шт., картофель (отварной) – 5—6 шт., сыр тертый – 2 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, маргарин – 50 г, соль.

### **Налим, запеченный под луковым соусом с грибами**

Нарезать филе рыбы без кожи и костей на порционные куски, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на топленом масле. На сковороду или овальное блюдо (для запекания), смазанное маслом, налить немного лукового соуса с грибами, уложить на него обжаренную рыбу, рядом с которой положить некрупные, одного размера клубни очищенного отварного картофеля (2–3 штуки). Залить картофель и рыбу луковым соусом с грибами, посыпать сухарями или тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь до образования на соусе румяной корочки.

Подать рыбу в той же посуде, в которой она запекалась, полить маслом и посыпать зеленью петрушки.

Состав: налим – 600 г, мука – 1 ст. ложка, масло топленое (или маргарин столовый) – 60 г, картофель – 500—600 г, соус – 0,5 л, сухари – 1 ст. ложка, сыр – 1 ст. ложка, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Окунь морской, запеченный с грибами, луком и картофелем под сметанным соусом**

На металлическое блюдо налить немного сметанного соуса, положить жареную рыбу, а вокруг нее – поджаренные ломтики картофеля. На рыбу уложить поджаренные белые грибы и репчатый лук, ломтики яиц и залить все сметанным соусом. Затем посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропом. Так же можно приготовить треску, щуку, сома.

Состав: окунь морской – 600 г, мука – 1 ст. ложка, масло (топленое или растительное) –

100 г, масло сливочное – 50 г, грибы – 60 г, яйца – 3 шт., лук репчатый – 100 г, соус – 400 г, картофель – 600 г, петрушка (зелень), укроп, сыр тертый – 1 ст. ложка, соль.

### **Окунь морской, тушенный с огуречным рассолом и овощами**

Дно глубокого сотейника покрыть ровным слоем корней петрушки и сельдерея, нашинкованных тонкой соломкой или мелкими кубиками (3 мм), уложить на них в один ряд порционные куски рыбы, нарубленные с костями или без костей с кожей, посыпать толченой смесью мускатного ореха с черным душистым перцем, залить процеженным и прокипяченным огуречным рассолом и сухим виноградным вином так, чтобы рыбу едва покрывало жидкостью. Тушить, закрыв посуду крышкой, при слабом кипении в течение 25—30 минут.

С готовой рыбы слить бульон, нагреть его до кипения, прибавить муку, смешанную со сливочным маслом, и, помешивая, прогреть до загустения. Заправить солью, если требуется, добавить огуречный рассол или вино. Залить этим соусом рыбу и прогреть до кипения.

Подать с кнедиками из пшеничного хлеба, рассыпчатым отварным рисом или картофелем; рыбу полить соусом и посыпать зеленью петрушки. Это блюдо можно приготовить и без вина.

Так же можно приготовить треску, ставриду, камбалу, сома.

Состав: окунь морской – 600 г, сельдерей (корень) – 40 г, петрушка (корень) – 40 г, рассол огуречный – 2 стакана, вино виноградное – 0,5 стакана, мука – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, соус – 200 г, орех мускатный, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый – 0,4 г, перец душистый – 0,4 г, соль.

### **Осетрина, запеченная с грибами**

Очищенную и промытую осетрину разделить на куски, посолить, поперчить, обвалить в муке и слегка обжарить на сковороде с маслом. Грибы также обжарить. Лук, нарезанный кольцами, подрумянить на сковороде. Рыбу уложить на большую сковороду обложить кружками жареного картофеля, грибами, луком, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, полить растопленным маслом и поставить в хорошо нагретую печь на 10 минут. При подаче посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Приготовление соуса. В сметану, нагретую до кипения, положить подсушенную без жира, охлажденную и смешанную с маслом муку. Тщательно размешав, заправить солью, перцем, проварить 3–5 минут и процедить.

Состав: осетрина – 500 г, грибы белые (или шампиньоны) – 500 г, лук репчатый – 2 шт., сыр тертый – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1,5 ст. ложки, петрушка (зелень), соль; для соуса масло сливочное – 1 ст. ложка, мука – 1 ст. ложка, сметана – 2 стакана, перец черный молотый, соль.

### **Пеламида запеченная**

Очистить пеламиду, промыть и вымочить за ночь в разведенном водой уксусе, в который добавить лавровый лист, нарезанный ломтиками лук, морковь, нарезанную кружочками, немного зелени, петрушки и соли.

Отцедить рыбу и положить на противень. Полить подсолнечным маслом и запечь.

Состав: пеламида – 600 г, лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., морковь – 1 шт., петрушка (зелень), масло подсолнечное – 4—5 ст. ложек, соль.

### **Печеные сардины**

У сардин удалить головы, внутренности и кости, разрезав для этого рыбу со спины. Хорошо промыть внутренние полости и дать стечь воде. На смазанную растительным маслом сковороду посыпать петрушку, растертую с чесноком, и разместить радиально сардины хвостами к центру сковороды. Сверху посыпать мелко нарезанными каперсами, полить растительным маслом и запечь. Через 7—8 минут сбрызнуть лимонным соком. Подать на стол в горячем виде.

Состав: сардины – 500 г, масло растительное – 40 г, каперсы – 60 г, петрушка (зелень) – 20 г, чеснок – 20 г, соль.

### **Пикша (или окунь морской) запеченная**

В рис, отваренный в подсоленной воде, добавить ломтики припущенной рыбы, масло и хорошо перемешать. Массу выложить в смазанную маслом сковороду, на кусочки рыбы положить дольки сваренных вкрутую яиц, посолить, поперчить, полить растопленным маслом и запечь до появления румяной корочки.

Подать с томатным соусом.

Состав: рис отварной – 600 г, пикша (или окунь морской) припущенная – 1 кг, масло сливочное – 300 г, яйца – 6 шт., перец черный молотый, соль.

### **Рыба в фольге, по-французски**

Масло растопить, обжарить в нем в течение 5 минут лук, грибы, петрушку. Оставшуюся в сковороде жидкость выварить, добавив муку, чайную ложку соли и, размешивая, влить тонкой струйкой молоко. Мешать, пока молоко не закипит, убавить огонь и варить на слабом огне до загустения минут 5. Рыбное филе натереть оставшейся солью и перцем и обжарить в масле. На каждый кусок фольги положить грибы, сверху – кусок рыбы и опять слой грибов, загнуть углы к середине в виде конверта, соединить их между собой и запечь. Затем выложить на тарелки, разъединить углы и загнуть их наружу.

Состав: рыбное филе (камбала, палтус, морской окунь) – 6 кусков, масло сливочное – 6 ст. ложек, лук репчатый (измельченный) – 3 ст. ложки, грибы (белые, шампиньоны) – 250 г, петрушка (зелень измельченная) – 1 ст. ложка, мука – 3 ст. ложки, молоко – 1 стакан, перец черный молотый – 0,25 ч. ложки, соль – 2,5 ч. ложки

### **Рыба запеченная, по-алжирски**

Вычистить и вымыть морскую рыбу. Положить на противень, посыпать солью и черным перцем и натереть толченым чесноком. Сверху покрыть сплошь кружочками помидоров и налить оливкового (подсолнечного) масла и запечь.

Состав: рыба – 500 г, чеснок – 3—4 дольки, помидоры – 3—4 шт., масло оливковое (или подсолнечное) – 3—4 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

### **Рыба, запеченная в фольге**

Приготовить рыбное филе, разрезать на четыре порции, посолить и поперчить. Из фольги сделать мисочки, смазать дно подсолнечным маслом, положить в каждую филе, половинку помидора, полдольки чеснока, 2 маслины, ложку измельченной петрушки и щепотку пряностей, сбрызнуть маслом. Тщательно завернуть края мисочек и запечь. Подать в фольге.

Состав: рыба (филе) – 800 г, перец сладкий стручковый – 2 шт., помидоры – 2 шт., чеснок – 2 дольки, маслины – 8 шт., базилик – 5 листиков, петрушка (зелень), масло подсолнечное – 4 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

### **Рыба, запеченная в форме**

Рыбу отварить, мякоть без костей мелко порубить, добавить сметану, растопленное масло, натертую луковицу, перец, соль, бульон, оставшийся после варки рыбы, слегка взбитые яйца и каперсы. Всю эту массу сложить в приготовленную форму и запечь.

Состав: рыба – 800 г, сметана – 2 ст. ложки, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 30 г, бульон – 1,5 стакана, яйца – 3 шт., каперсы – 1 ст. ложка, перец душистый, соль.

### **Рыба запеченная, по-шведски**

Рыбу отварить в подсоленной воде. На сковороде разогреть масло, добавить муку и обжарить ее при постоянном помешивании. Залить бульоном и хорошо проварить. Снять с огня, добавить желток, положить пряности, посолить. Посуду из огнеупорного стекла смазать жиром, уложить в нее рыбу, нарезанные помидоры, посыпать грибами, молотыми сухарями, залить соусом, посыпать сыром, сверху положить кусочек масла и запечь.

Украсить маленькими кусочками лимона, помидорами и зеленью петрушки.

Состав: рыба (или рыбное филе) – 300 г, масло сливочное – 2 ч. ложки, мука – 0,5 ч. ложки, бульон рыбный (или говяжий) – 1 стакан, яйцо (желток) – 1 шт., помидор – 1 шт., грибы тушеные резаные – 1 ст. ложка, сыр твердый тертый – 0,5 ст. ложки, щепотка смеси карри, перец черный молотый, соль, сухари молотые – 0,5 ст. ложки, масло сливочное – 0,5 ст. ложки, лимон – 1 шт., петрушка (зелень).

### **Рыба, запеченная под соусом майонез**

Рыбное филе нарезать кусочками, уложить на смазанную маслом сковороду посолить, поперчить, посыпать нашинкованным луком, тертым сыром, полить соусом майонез и запечь.

Состав: хек (филе), или треска, или минтай – 800 г, лук репчатый – 8 шт., сыр тертый – 8 ст. ложек, соус майонез – 10 ст. ложек, масло растительное – 2 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

### **Рыба, запеченная под соусом**

Большие рыбины выпотрошить, очистить, отрезать плавники, посолить и оставить на ночь. На следующий день промыть в холодной воде, завернуть каждую рыбину в промасленную маргарином пергаминанную бумагу, уложить впритык на лист и запечь. Для соуса муку поджарить на маргарине до золотистого цвета, добавить натертый на мелкой терке хрен, влить рыбный или овощной бульон и, помешивая, довести до кипения. Если соус получится густым, развести его с бульоном. Сняв соус с огня, влить в него сметану, лимонный сок, положить растертые желтки, посолить и добавить сахар. После того как рыба запечется, снять бумагу, уложить рыбины на овальные блюда, украсить кружочками лимона и полить частью соуса. Остальной соус подать в соуснике.

Состав: рыба – 2 кг, маргарин – 100 г, лимон – 1 шт., соль; для соуса: хрен – 1 шт., маргарин – 50 г, мука – 2 ст. ложки, бульон рыбный (или овощной) – 1 стакан, сметана – 3 ст. ложки, яйца (желтки) – 2 шт., сок лимонный, сахар, соль.

### **Рыба, запеченная с грибами**

Очищенное рыбное филе уложить в огнеупорную посуду или форму, добавить немного соли и запечь.

Шинкованные грибы потушить в масле, добавить муку, бульон и сметану. Соус должен быть довольно густым. В остывший соус добавить яйцо, затем залить им запеченную рыбу. Посыпать тертым сыром, снова поместить в жаровню, запечь до образования румяной корочки и сразу же подать на стол. Если рыбное филе нарезано достаточно тонко, то грибным соусом можно заливать сырую рыбу и запекать блюдо только один раз.

На гарнир подать отварной картофель или рис и овощной салат.

Состав: рыба (филе) – 600 г, грибы свежие – 300 г или соленые – 50 г, масло сливочное – 2—3 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, сметана – 1—2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., сыр тертый – 3 ст. ложки, бульон (или грибной отвар) – 4—5 ст. ложек, соль.

### **Рыба, запеченная с картофелем**

Филе хека, палтуса, трески, окуня, налима, сайды, капитана или других океанических рыб в слегка размороженном виде нарезать порционными кусками.

Яйца взбить с молоком. Сливочное масло или сливочный маргарин растопить.

Картофель отварить в слегка подсоленной воде, охладить, очистить от кожуры и нарезать кусочками.

В хорошо смазанный сливочным маслом сотейник положить порционные куски рыбы, сбрызнуть лимонным соком или уксусом, поверх выложить кусочки картофеля, посолить и посыпать горьким перцем. Затем влить разогретое масло, взбитую смесь яиц с молоком и посыпать мелко натертым сыром и запечь.

Готовое блюдо украсить зеленью.

Состав: рыба (филе) – 600 г, картофель – 6—8 шт., яйца – 2—3 шт., молоко – 0,25 стакана, лимон – 0,75 шт. или уксус – 1 ч. ложка, сыр тертый – 1 ст. ложка, петрушка (зелень), укроп, перец горький молотый, соль.

### **Рыба, запеченная с кизиловой подливкой**

На дно сковороды, смазанной сливочным маслом, уложить целым куском или порционными кусками сырую рыбу, посыпанную солью, и запечь рыбу до образования румяной корочки. Кизил (свежий или сушеный) залить водой, чтобы покрыла ягоды, и сварить. Затем вместе с жидкостью пропустить через дуршлаг, добавить соль, толченый чеснок, по желанию – стручковый перец, протереть сквозь сито и перемешать. Запеченную рыбу выложить на блюдо, залить кизиловым соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа. Соус к рыбе можно подать отдельно.

Состав: рыба – 1 кг, масло сливочное – 50 г, кизил свежий – 1 стакан или сушеный – 0,5 стакана, чеснок, укроп, соль.

### **Рыба, запеченная с петрушкой**

Рыбу нарезать на порции, посолить. Мелко нарезать зелень петрушки, половину ровным слоем положить на противень, сверху уложить рыбу и прикрыть оставшейся петрушкой. Свежие помидоры нарезать кружками и положить на петрушку слегка посолить, полить подсолнечным маслом и запечь. Подать в холодном виде.



Состав: рыба (осетрина, карп, сом) – 800 г, петрушка (зелень) – 300 г, помидоры свежие – 200 г, масло подсолнечное – 0,5 стакана, соль.

### **Рыба, запеченная со сметаной и яйцами**

Рыбное филе с кожей нарезать кусочками, посолить, запанировать в муке и поджарить. Потом пересыпать поджаренным луком, залить сметаной и довести до кипения. Белки отделить от желтков, взбить, залить ими рыбу, желтки вылить сверху, посолить, поперчить, посыпать зеленью и запечь.

Состав: рыба (филе) – 600 г, яйца – 4 шт., лук репчатый – 2 шт., сметана – 4 ст. ложки, мука – 4 ст. ложки, масло растительное, укроп, петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.

### **Рыба печеная с хреном**

Подготовленную рыбу обсушить, сбрызнуть уксусом, посолить, разложить на смазанную маслом сковороду, облить растопленным маслом и запечь, часто поливая жиром и водой. Готовую рыбу облить слегка подсоленной и подсахаренной сметаной, смешанной с тертым хреном, и печь еще несколько минут. Подать на сковороде с картофелем.

Состав: рыба (треска, карп, щука, судак, лещ) – 1,2 кг, масло сливочное – 3,5 ст. ложки, сметана – 6 ст. ложек, хрен – 90 г, уксус – 2 ст. ложки, сахар, соль.

### **Рыба по-московски**

Рыбу выпотрошить, очистить, отделить филе от костей, обвалить в муке, смешанной с солью, обжарить с обеих сторон.

Картофель нарезать кружками и обжарить с обеих сторон, лук нарезать кружками, обвалить в муке, обжарить с обеих сторон, посолить, яйцо очистить, нарезать кружками.

На противень или металлическое блюдо положить слой картофеля, на него – слой филе рыбы, на рыбу «чешуей» положить картофель, лук, яйцо, слегка посолить, поперчить, залить сметаной, запечь до образования золотистой румяной корочки.

Состав: рыба (филе) – 600 г, картофель – 600 г, лук репчатый – 1 шт., яйцо, сваренное вкрутую, – 1 шт., сметана – 0,5 стакана, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Рыба по-парижски**

Филе разрезать на 6 кусков, натереть солью и перцем, выложить в формочки. Масло растопить, обжарить в нем лук и грибы (минут 5); не снимая с огня, добавить муку, остальную соль, перец и тоненькой струйкой сметану. Мешать, пока не загустеет. Затем разлить по формочкам и поставить в нагретую печь на полчаса. Перед подачей к столу осторожно выложить на тарелку и посыпать зеленью.

Состав: палтус (филе) или камбала, лососевые рыба – 0,5 кг, масло сливочное – 4 ст. ложки, лук репчатый измельченный – 2 ст. ложки, грибы белые (или шампиньоны) – 250 г, мука – 2 ст. ложки, сметана – 1 стакан, петрушка (зелень) измельченная – 3 ст. ложки, перец черный молотый – 0,5 ч. ложки, соль – 2,5 ч. ложки.

### **Рыба по-сицилиански**

Очистить крупную рыбу. Сделать косые надрезы на верхней и нижней части ее и положить в них по 0,5 ломтика лимона. Положить рыбу на смазанный жиром противень и разложить вокруг нее нарезанные кружочки лука, нарезанный кубиками картофель, кабачки и сверху грибы (если грибы мелкие, их можно класть целыми, или же нарезать тонкими ломтиками, если они крупные). Посолить и посыпать черным перцем, налить оливкового (подсолнечного) масла и воды и запечь.

Состав: рыба – 1 кг, лимон – 0,5 шт., лук репчатый – 2 шт., картофель – 4—5 шт., кабачки – 300 г, грибы – 200 г, масло оливковое (подсолнечное) – 1 стакан, вода – 1 стакан, перец черный молотый, соль.

### **Рыба с картофелем**

Очистить рыбу (мерлузу или хека), срезать голову, плавники и вынуть кости и нарезать кубиками. Посолить и посыпать мукой и мелко нарезанным луком. Зажарить в подсолнечном масле и прибавить горчицы.

Сварить картофель в подсоленной воде. Дать немного остыть, очистить и нарезать кружками. Половину разложить на противне с небольшим количеством масла, сверху положить рыбу и покрыть остальным количеством нарезанного отварного картофеля. На него положить кусочками сливочное масло и запечь.

Подать рыбу посыпанной мелко нарезанной зеленью петрушки.

Состав: рыба – 1 кг, мука – 1 ст. ложка, лук репчатый – 3—5 шт., масло подсолнечное – 100 г, картофель – 1 кг, масло сливочное – 50 г, горчица – 1 ч. ложка, петрушка (зелень) – 2 ст. ложки, соль.

### **Рыба с мандаринами**

Зелень и корнеплод петрушки потушить в маргарине. Рыбное филе сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить, выложить в кастрюлю с тушеной петрушкой,

облить сметаной и сверху уложить мандариновые дольки. Все посыпать тертым сыром и запечь.

Состав: рыба морская (филе) – 600 г, сок лимона, масло (или маргарин) – 150 г, сметана – 1 стакан, петрушка (зелень), сыр тертый – 4 ст. ложки, мандарины свежие – 4—5 шт., перец, соль.

### **Рыба, шпигованная грибами**

Рыбу очистить, удалить внутренности. Острым ножом сделать надрезы в рыбной мякоти и вложить в них грибы, нарезанные продолговатыми кусочками. Рыбу внутри и сверху посыпать солью и сбрызнуть кислым соком. Если грибы останутся, то ими заполнить рыбу. Затем рыбу переложить на смазанную жиром сковороду, сверху положить кусочки масла и посыпать толчеными сухарями. Запечь, время от времени поливая жидкостью, пока рыба не будет готова. На стол подать с отварным или жареным картофелем и зеленым салатом или салатом из огурцов. Соус приготовить из жидкости, оставшейся на сковороде после жаренья, добавив сметану и заправив солью и кислым соком.

Состав: рыба (судак, окунь, камбала) – 1 кг, грибы отварные – 1 стакан, маргарин (или сливочное масло) – 2 ст. ложки, сок лимонный (или уксус), вода, отвар рыбный, сметана – 2—3 ст. ложки, сухари молотые, соль.

### **Рыба, приготовленная в фольге**

С рыбы снять чешую, выпотрошить, отрезать голову и хвост, промыть, натереть изнутри солью и перцем, добавить масла, положить на сложенный вдвое отрезок алюминиевой фольги и завернуть. Фольгу с рыбой устроить на раскаленных углях костра, через 5—6 минут перевернуть, а еще через столько же рыба будет готова.

### **Рыба, запеченная в глине**

Развести костер. Рыбу выпотрошить, чешую оставить, натереть изнутри солью, положить внутрь лук, перец горошком, лавровый лист. Тушку обмазать глиной слоем 3—4 см и на 25—30 минут завалить горячими углями, сверху устроить огонь. Готовую (об этом скажет просохшая глина) рыбу чистить не придется – чешуя отвалится вместе с глиной.

### **Рыба, запеченная в глине с листьями**

Развести костер. Рыбу выпотрошить, удалить чешую, натереть солью, поперчить, внутрь положить специи. Тушку завернуть в листья смородины, крапивы, березы, капусты,

обмазать глиной и так же, как в предыдущем случае, готовить в горячих углях костра.

### **Рыба, запеченная в бумаге**

На песке развести костер. Рыбу выпотрошить, чешую не снимать, изнутри натереть солью, положить специи. Когда огонь хорошо раскалит песок, в него зарыть рыбу обернутую в несколько слоев мокрой бумаги, сверху устроить огонь. Вкусное блюдо готово минут через 40—50.

### **Рыба, запеченная в золе**

Развести костер. Рыбу не потрошить, натереть солью против чешуи. Угли засыпать золой, на золу положить рыбу, покрыть ее золой и засыпать углями. Через 25—30 минут рыба будет готова.

### **Рыба, приготовленная на рожне**

Выпотрошить рыбу, чешую оставить, натереть изнутри солью, нанизать через рот до хвостового плавника на заостренную палочку, которую воткнуть наклонно в землю у костра. Расстояние от огня будет оптимальным, когда удастся выдержать рукой жар 2–3 секунды. Тушку время от времени поворачивать для равномерного прожаривания. Готовая рыба легко отделяется от чешуи.

### **Рыба, печенная на камне**

Подобрать ровную каменную плиту, хорошо раскалить на углях костра и положить на нее подготовленную (потрошеную, посоленную, со специями в брюшной полости) рыбу. Примерно через четверть часа перевернуть. Еще спустя столько же времени рыба будет готова к употреблению.

### **Рыбное филе, запеченное с цветной капустой**

Цветную капусту сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и разобрать на соцветия.

Рыбное филе посолить, сдобрить пряностями и тушить в собственном соку с добавлением масла (часть). Форму из огнеупорного стекла смазать жиром, посыпать молотыми сухарями и положить на нее слоями цветную капусту и рыбное филе. Из масла и крахмала сделать заправку, ввести сливки или молоко, посолить, добавить мускатный орех, тертый сыр и зелень петрушки, залить этой смесью филе с капустой и запечь. Подать с картофелем или с хлебом.

Состав: капуста цветная – 2 кочана, филе рыбное – 400 г, масло сливочное – 30 г, крахмал – 2 ч. ложки, яйца (желтки) – 2 шт., петрушка (зелень), орех мускатный тертый,

сыр твердый тертый – 20 г, сливки (или молоко) – 1 стакан, жир, сухари молотые для обсыпки формы, пряности, соль.

### **Рыбное филе по-португальски**

Очищенное от кожи рыбное филе уложить в сотейник или на огнеупорное блюдо, смазанное растительным маслом, приправить оливковым маслом и молотым перцем. Рубленый лук обжарить на растительном масле, добавить очищенные от шкурки и зернышек крупно нарезанные помидоры и толченый чеснок, довести до кипения, добавить белое вино и варить до тех пор, пока помидоры не разварятся. Соус приправить солью. Филе рыбы полить этим соусом, густо посыпать зеленью петрушки и запечь.

Состав: рыба (филе) – 400 г, лук репчатый – 60 г, помидоры – 260 г, чеснок – 4 г, масло оливковое – 50 г, масло сливочное – 20 г, вино белое – 60 г, перец черный молотый, соль.

### **Рыбные рулеты, запеченные с грибами**

Рыбное филе посолить, сбрызнуть лимонным соком. Отваренные в воде или в собственном соку грибы мелко шинковать и положить тонким слоем на рыбное филе вместе с нарезанными кружочками лука и петрушки. Рыбное филе завернуть рулетами и перевязать нитками длиной 10—15 см. Рулеты уложить в смазанную жиром огнеупорную посуду или форму сверху положить кусочки масла и залить грибным или рыбным отваром. Между рулетами положить ломтики соленого огурца, залить густым сметанным соусом и посыпать молотыми сухарями, запечь, чтобы блюдо слегка подрумянилось. Затем удалить нитки. На гарнир подать отварной картофель или рис.

Состав: рыба (филе) – 800 г, сок лимонный, грибы отварные – 200 г, петрушка (корень), отвар рыбный (или грибной) – 1 стакан, масло сливочное (или маргарин) – 2 ст. ложки, огурец соленый – 1 шт., соус сметанный – 1 стакан, сухари молотые, соль.

### **Рыбный повеч**

Рыбу очистить, вымыть, посолить и уложить в посуду (желательно в глиняный горшочек). Добавить мелко нарезанные дольки чеснока, репчатый лук, зелень петрушки, лавровый лист, черный перец с горошком. Налить подсолнечное масло, белое столовое вино и запекать до тех пор, пока не испарится почти вся жидкость, а кости рыбы не станут мягкими. Подать в холодном виде.

Состав: рыба – 1 кг, чеснок – 6 долек, лук репчатый – 2 шт., масло подсолнечное – 1 стакан, вино белое столовое – 1 стакан, петрушка (зелень), лавровый лист, перец горошком, соль.

### **Сайра с помидорами**

Очищенную сайру нарезать на кусочки шириной до 5 см. Посолить и посыпать красным молотым перцем. Свежие помидоры нарезать дольками, выложить в кастрюлю, добавить растительное масло и тушить на медленном огне при закрытой крышке, охладить и протереть через сито. Заправить толченым чесноком с солью, тонко измельченной зеленью петрушки и укропа, лимонным соком, сахаром, солью. Сайру обжарить до полуготовности, залить протертыми помидорами и поставить в жарочную печь. Дать остыть. Вместо сайры можно использовать скумбрию.

Состав: сайра – 500 г, помидоры свежие – 400 г, чеснок – 3 дольки, масло растительное – 4 ст. ложки, перец красный молотый, сахар, петрушка (зелень), укроп, соль.

### **Салака с картофелем и шпиком**

Салаку разделить. Дно порционной сковороды или противня покрыть тонкими ломтиками шпика, на который уложить ровным слоем сырой картофель, нарезанный ломтиками толщиной 0,5 см, а на картофель – подготовленное филе салаки, сверху – снова слой картофеля. После этого уложенные в посуду продукты залить смесью молока, муки, яиц и мелко рубленного лука, посыпать тертым сыром или сухарями и запечь.

При подаче полить сливочным маслом и посыпать зеленью петрушки.

Состав: салака – 600 г, шпик – 60 г, картофель – 600 г, молоко – 1,5 стакана, мука – 1 ст. ложка, яйцо – 1 шт., лук репчатый – 100 г, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное, петрушка (зелень), укроп, соль.

### **Сафрида (или скумбрия) с грибами**

Очистить и нарезать кубиками морковь, корень сельдерея и лук. Потушить их в подсолнечном масле и воде, затем посолить. Когда овощи начнут поджариваться, добавить красного перца, нарезанные ломтиками грибы, очищенные и измельченные на терке красные помидоры и маслины. Когда сок помидоров выпарится, налить горячей воды, прибавить черного перца и мелко нарезанной зелени петрушки. Варить соус на слабом огне 30 минут, затем переложить его в подходящую посуду. Сверху уложить очищенную промытую рыбу и запечь.

Состав: сафрида (или скумбрия) – 500 г, морковь – 2—3 шт., сельдерей (корень) – 0,5 шт., лук репчатый – 2 шт., масло подсолнечное – 1 стакан, вода – 0,5 стакана, грибы – 250 г, помидоры – 5—6 шт., маслины – 6 шт., петрушка (зелень) – 2 ст. ложки, перец красный молотый – 1 ч. ложка, перец черный молотый – 1 ч. ложка, соль.

### **Сельдь, фаршированная грибами, запеченная в пергаминальной бумаге**

Соленую сельдь вымочить в воде, затем удалить голову, внутренности и кости, оставляя рыбу целой со стороны спинки. Шинкованные грибы и лук потушить в масле, добавить рубленое вареное яйцо и сметану. Сельдь нафаршировать грибами. Каждую сельдь в отдельности обернуть пергаминами бумагой и запечь.

Гарнировать печеным или отварным картофелем и пикантным томатным, винным соусом или соусом с луком.

Состав: сельдь – 2—3 шт., грибы отварные – 1 стакан, лук репчатый – 1—2 шт., маргарин (или сливочное масло) – 2 ст. ложки, яйцо, сваренное вкрутую, – 1 шт., сметана – 2—3 ст. ложки.

### **Сельдь свежая, запеченная с яйцом**

Филе свежей сельди с кожей без костей посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном или топленом масле.

Обжаренную рыбу положить на металлическое овальное блюдо или лоток для запекания. Сырое яйцо смешать со сметаной и рубленным сыром, репчатым или зеленым шинкованным луком и посолить. После этого залить рыбу смесью и запечь.

При подаче посыпать зеленью.

Состав: сельдь – 400 г, мука – 1 ст. ложка, масло подсолнечное – 1,5 ст. ложки, сметана – 80 г, лук репчатый (или зеленый) – 80 г, перец черный молотый, соль.

### **Сиг, запеченный с кабачками в сметанном соусе**

Порционные куски рыбы посыпать солью, перцем, запанировать в муке, поджарить на масле. Положить жареную рыбу на сковороду, закрыть кружочками поджаренных кабачков, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Состав: сиг – 500 г, мука – 1 ст. ложка, кабачки – 900 г, масло топленое – 1 ст. ложка, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, соус – 0,5 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Скумбрия в пергаменте или фольге**

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно вымыть. Петрушку, каперсы, укроп, лимонную цедру, красный и черный перец, соль смешать, полить все растопленным сливочным маслом, снова перемешать и нафаршировать выпотрошенную рыбу.

Вырезать из пергамина или фольги прямоугольник такого размера, чтобы в него можно было завернуть целую рыбу. Смазать прямоугольник маслом, завернуть каждую тушку. Уложить рыбу на решетку и запечь.

Если рыба подается к столу не сразу, ее можно подогреть, не вынимая из пергамина или фольги.

Перед подачей к столу пергамин снять, и рыбу выложить на тарелки. Подавать с ломтиками лимона. Рыбу можно подать и в фольге, предварительно закрутив углы наружу.

Состав: скумбрия – 4 шт., петрушка (зелень), мелко нарезанная, – 100 г, укроп – 50 г, каперсы – 100 г, масло сливочное – 4 ст. ложки, цедра лимонная (натертая) – 1 ч. ложка, перец красный молотый – 2 г, перец черный молотый – 0,5 г, соль.

### **Скумбрия запеченная, по-болгарски**

Очистить и промыть скумбрию. Посолить и полить каждую 2 столовыми ложками подсолнечного масла. Выдержать в таком виде несколько часов. Затем каждую рыбку завернуть отдельно в бумагу, намазанную подсолнечным маслом. Уложить рыбу в посуду из жаростойкого стекла или в небольшую форму и запечь. Развернуть рыбу еще теплой, уложить на тарелку посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и сбрызнуть лимонным соком или разведенной в небольшом количестве воды лимонной кислотой.

Подавать с картофельным салатом или отварным мелким картофелем, залитым разогретым маслом.

Состав: скумбрия – 6—8 шт., масло подсолнечное – 1 стакан, петрушка (зелень), сок лимонный (или лимонная кислота), соль.

### **Скумбрия, фаршированная овощным перцем**

Нарезать тонкой соломкой сладкий стручковый перец и лук порей, спассеровать на подсолнечном или оливковом масле до готовности.

Разрезать помидоры пополам, удалить семена, посолить и обжарить на масле.

Некрупную скумбрию с внутренней стороны посыпать солью и черным молотым перцем и нафаршировать брюшко подготовленным перцем и луком. Положить на сковороду поджаренные помидоры, а на них рыбу, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь. Подать на сковороде с ломтиками лимона, посыпав зеленью петрушки.

Состав: скумбрия – 600 г, перец сладкий стручковый – 200 г, лук-порей – 200 г, помидоры – 800 г, сухари – 1,5 ст. ложки, масло подсолнечное – 80 г, лимон – 0,5 шт., петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.

### **Сом, запеченный в томатном соусе с грибами**

На сковороду налить немного томатного соуса с грибами, положить припущенную рыбу, вокруг нее разместить ломтики вареного картофеля и все залить томатным соусом с грибами. Посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать на сковороде.

Состав: сом – 500 г, масло сливочное – 20 г, сыр тертый – 1 ст. ложка, картофель – 600 г,



соус – 0,5 л, петрушка (зелень), соль, сухари молотые – 0,5 стакана, белое вино – 1 стакан, перец черный молотый, соль.

### **Судак, запеченный с картофелем под белым соусом**

Кусок филе рыбы положить на смазанную маслом сковороду или блюдо, посыпать перцем и солью и обложить ровными ломтиками вареного или сырого картофеля, полностью закрывая рыбу, полить жидким белым соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть сливочным маслом или сливочным маргарином и запекать в течение 15—20 минут.

Подать рыбу, посыпав зеленью петрушки. Если рыба получилась недостаточно сочной, подлить на сковороду 1—2 столовые ложки бульона, поставить на плиту и дать рыбе закипеть.

Так же можно приготовить треску, щуку, сома, налима.

Состав: судак – 600 г, картофель – 600 г, сухари молотые – 1 ст. ложка, масло сливочное (или маргарин сливочный) – 60 г, соус – 0,6 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

### **Судак, запеченный с макаронами под молочным соусом**

Сварить макароны и заправить их маслом. Порционные куски, нарезанные от филе рыбы, припустить с добавлением петрушки и лука. Положить макароны в центре блюда или сковороды, на них – припущенную рыбу, а на рыбу – вареные белые грибы и кусочки крабов, заправленные паровым соусом. Все залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Можно запекать рыбу без грибов и крабов.

Так же можно приготовить треску, щуку, сазана.

Состав: судак – 600 г, петрушка (корень) – 20 г, лук репчатый – 1 шт., макароны – 200 г, грибы – 80 г, крабы – 40 г, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное – 100 г, соус паровой – 60 г, соус молочный – 0,6 л, соль.

### **Судак, запеченный с цветной капустой под молочным соусом**

Сварить в подсоленной воде цветную капусту, разделить на отдельные соцветия, уложить в смазанную маслом сковороду. На капусту положить припущенные порционные куски рыбы. Бульон, оставшийся после припускания, уварить наполовину и полить им рыбу и капусту, после чего залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Так же можно приготовить треску, налима.

Состав: судак – 600 г, капуста цветная – 600 г, масло сливочное – 60 г, сыр тертый – 1 ст.

ложка, соус – 0,6 л, соль.

### **Судак, запеченный в раковинах**

Филе судака нарезать и припустить вместе с нарезанными белыми грибами или шампиньонами, раковыми шейками или крабами. В готовую рыбу добавить небольшое количество белого соуса, аккуратно перемешать и положить горкой в смазанные маслом или сливочным маргарином раковины, залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Готовую рыбу полить растопленным маслом и украсить кусочками крабов или шляпками вареных грибов.

Также приготовить осетрину белугу севрюгу.

Состав: судак – 500 г, масло сливочное (или маргарин сливочный) – 1 ст. ложка, грибы – 60 г, крабы – 40 г, сыр тертый – 1 ст. ложка, соус белый – 100 г, соус молочный – 400 г, соль.

### **Судак (или карп, щука), запеченный с шампиньонами**

Рыбу выпотрошить, промыть, отрезать голову отделить филе и посолить, положить на огнеупорное блюдо, полить жиром и слегка запечь.

Шампиньоны очистить от земли, промыть, срезать ножки, с больших шляпок снять пленки, грибы тонко нашинковать. Добавить нарезанный кружками лук, соль и перец, 1—2 ложки воды, тушить 10 минут. Рыбу вынуть, прикрыть шампиньонами, облить слегка подсоленной сметаной, посыпать крупно натертым сыром. Можно сбрызнуть маслом с молотыми сухарями и запечь.

Рыба готова, когда сыр слегка подрумянится. Ее можно подать и как закуску.

Состав: судак (или карп, щука) – 1 кг, шампиньоны – 100 г или боровики – 200 г, жир – 100 г, лук репчатый – 100 г, сметана – 1 стакан, сыр тертый – 2 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

### **Судак, фаршированный целиком**

С филе судака с кожей, но без костей, срезать мякоть, оставляя ее на коже слоем не толще 1 см. Положить на филе фарш. Для фарша пропустить через мясорубку мякоть рыбы, вымоченный в молоке белый хлеб, добавить пассерованный лук, сырое яйцо, растопленное сливочное масло, чеснок. Хорошо перемешать и взбить. Накрыть куском филе второй половины рыбы, придавая изделию форму целой рыбы.

На смазанный сливочным маргарином противень уложить рыбу, налить немного бульона, покрыть промасленной бумагой и припустить в жаровне.

Горячего фаршированного судака подать с отварным картофелем, полить рыбу паровым или томатным соусом.

Состав: судак – 1 кг, лук репчатый – 200 г, хлеб пшеничный – 200 г, молоко – 200 г, маргарин сливочный – 100 г, яйца – 1—1,5 шт., чеснок, соус – 0,5 л, соль.

### **Треска запеченная**

I способ. Порционные куски трескового филе посыпать солью и перцем, запанировать в муке, поджарить на топленом масле.

Поджаренную рыбу поместить на сковородке, вокруг разложить поджаренный картофель, добавить слегка обжаренный лук, залить смесью из яиц, муки и молока, запечь.

II способ. Лук тонко нарезать и слегка протушить в масле. Сверху положить кусочки филе трески, приправить солью, перцем, лимонным соком, добавить орехи, измельченную зелень, накрыть промасленной бумагой и запечь.

Состав для I способа: треска – 500 г, мука – 50 г, лук репчатый – 100 г, яйца – 2 шт., молоко – 160 г, картофель – 600 г, перец черный молотый, соль; для II способа: треска – 600 г, лук репчатый – 2—3 шт., масло сливочное – 2,5 ст. ложки, лимон (сок) – 1 шт., орехи грецкие – 3 ст. ложки, укроп, петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.

### **Треска, запеченная в белом соусе**

Филе трески отварить в подсоленной воде 2–3 минуты, выложить на сковороду, залить соусом и запечь. Для приготовления соуса муку развести в столовой ложке холодного молока, процедить, влить в горячее молоко, довести до кипения.

Состав: треска (филе) – 800 г, для соуса мука – 50 г, молоко – 1 стакан, соль.

### **Треска, запеченная под луковым соусом с грибами**

Сваренные в пряном отваре порционные куски рыбы, нарезанные от филе, положить на сковороду, обложить ломтиками вареного картофеля, залить луковым соусом с грибами, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, запечь и подать на сковороде.

Так же можно приготовить щуку, судака, сома, налима.

Состав: треска – 500 г, овощи и специи для пряного отвара – 10 г, масло сливочное – 1 ст. ложка, сухари молотые – 1 ст. ложка, картофель – 600 г, соус – 0,5 л, перец черный молотый, соль.

### **Угорь печеный**

Запекать лучше молодых угрей, не снимая с них кожи. Для этого тщательно соскоблить ножом с кожи слизь, протереть солью, вымыть, разрезать брюшко, удалить внутренности и, снова вымыв, осушить салфеткой. Подготовленную рыбу посыпать солью, смазать изнутри и снаружи сливочным маслом, поместить на сковороду или противень и печь в жаровне или гриле до полной готовности, периодически смазывая поверхность тушек маслом. Готовую рыбу залить красным соусом с вином. Подать, посыпав зеленью петрушки. Гарнир – картофельное пюре.

Состав: угорь – 600 г, масло сливочное – 60 г, соус – 400 г, петрушка (зелень), соль.

### **Усач, запеченный в пергаменте**

Почистить и помыть 4—5 штук рыбы-усача. Подсушить салфеткой, посолить и посыпать черным перцем.

Нарезать ломтиками свежие грибы. Посолить, посыпать черным перцем, добавить мелко нарезанную зелень петрушки и хорошо размешать.

Завернуть в пергамент, смазанный подсолнечным маслом, каждую рыбку вместе с частью смеси и свернуть бумагу рулетом. Завязать с обоих краев нитками, чтобы при запекании не вытекал сок.

Приготовленную таким образом рыбу можно запекать на решетке (около 20—25 минут). Подавать с отварным картофелем или морковью, заправленными разогретым маслом.

Состав: усач – 1 кг, лук репчатый – 2 шт., грибы свежие – 100 г, петрушка (зелень) – 100 г, перец черный молотый — 1 ч. ложка, соль.

### **Фаршированная рыба, запеченная на противне**

Хорошо очистить от чешуи морскую или речную рыбу. Отрезать голову и выпотрошить, посолить.

Поджарить измельченный на терке лук в масле. Прибавить мелко нарезанные крутые яйца, манную крупу, сваренную на воде, соль и черный перец.

Нафаршировать рыбу, обвалять в муке и положить на противень с 2–3 столовыми ложками масла. Печь 7—8 минут. Затем залить стаканом сметаны и снова запечь. Подать с салатом.

Состав: рыба – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло – 100 г, яйца – 2 шт., крупа манная – 0,5 стакана, сметана – 1 стакан, перец черный молотый, соль.

### **Форель, фаршированная гусиной печенкой**

За день до приготовления нарезать печенку маленькими кубиками, посолить, поперчить, влить коньяк и поставить на сутки в холодильник.

Форель почистить, выпотрошить и вымыть в воде с уксусом. Булочку замочить в смеси

вина и сливок, посолить, добавить мелко нарезанную зелень, яйца и размешать, в полученную массу положить печенку. Рыбу посолить и начинить этим фаршем, потом завернуть в фольгу, смазанную маслом, положить на противень и запекать в течение 20 минут. Подать горячей.

Состав: форель – 1 кг, печень гусиная – 200 г, булочка – 50 г, вино – 5 ч. ложек, коньяк – 5 ч. ложек, сливки – 1,5 ст. ложки, яйцо – 1 шт., уксус – 3 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.

### **Форель фаршированная запеченная**

Приготовить котлетную массу из судака, щуки или сома, добавить в нее мелко нарубленный пассерованный лук и заполнить этой массой брюшко подготовленной форели.

Нафаршированную рыбу уложить в смазанный маслом сотейник, добавить рыбный бульон, лук, петрушку, белое вино, посолить и припустить в закрытой посуде на слабом огне до готовности.

Готовую рыбу положить на блюдо и гарнировать вареными свежими грибами и крабами. Добавить в бульон, оставшийся после припускания, белый соус, дать прокипеть, заправить солью и перцем и процедить. Полить рыбу соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Состав: форель – 500 г, котлетная масса – 300 г, лук – 50 г, петрушка (корень) – 0,25 шт., грибы белые (или шампиньоны) – 150 г, крабы – 50 г, сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное – 50 г, соус белый – 0,5 л, перец черный молотый, соль.

### **Щука, запеченная под сметанным соусом**

Порционные куски, нарезанные от филе рыбы, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить на растительном масле. На сковороду или блюдо налить немного сметанного соуса, положить поджаренную рыбу, а вокруг разместить ломтики обжаренного или вареного картофеля, не закрывая рыбы. На рыбу положить ломтики вареного яйца, все залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Перед подачей посуду с готовой рыбой поставить на плиту, довести до кипения и посыпать зеленью.

Так же можно приготовить треску, судака, сома, налима, осетровых рыб.

Состав: щука – 500 г, мука – 1 ст. ложка, масло растительное – 50 г, яйцо – 1 шт., сыр тертый – 1 ст. ложка, масло сливочное – 40 г, картофель – 750 г, соус – 0,5л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.

## Разнообразные блюда из мяса зверей и дичи

Мясо зверей и дичи отличается своеобразным вкусом и ароматом. Блюдам из большинства диких животных, и в особенности боровой дичи и копытных, свойственна более или менее уловимая на вкус горчинка, а вещества, от которых зависит этот неповторимый привкус, увеличивают аппетит и сокоотделение желудка.

Мясо диких животных обладает высокой питательностью и хорошей усвояемостью.

Приготовление блюд складывается из трех процессов: первичная, или холодная, обработка мяса, тепловая обработка и оформление блюд.

Процесс первичной обработки заключается в разделке туш и тушек животных, снятии шкур или удалении пера, изъятии всего несъедобного и разрубке на мелкие части. Сюда же относятся созревание, вымачивание, маринование, шпигование мяса и формирование тушек дичи, если они готовятся целиком.

После смерти животного наступает трупное окоченение; в этот период мясо имеет темно-красную окраску и запах крови. Это мясо не следует употреблять, так как в сваренном виде оно бывает жестким, невкусным.

Однако через 12—14 часов у птиц и несколько позднее у копытных в результате химических процессов, называемых созреванием, мясо становится нежным и мягким. Такое мясо и должно использоваться для приготовления блюд.

Тушку зайца разрубают следующим образом: отделяют ноги, окорочка, грудинку и пятое ребро – переднюю часть туловища. Оставшаяся задняя часть – «седло» – используется для приготовления самых изысканных блюд.

Если дичь была заморожена, ее нужно размораживать постепенно в прохладном помещении в подвешенном состоянии, чтобы не увлажнилось перо. Мясо считается размороженным, если легко поддается давлению пальцем.

При сухом ощипывании необходимо соблюдать следующие правила: сначала вырывают маховые перья первого и второго порядков, а также рулевые, затем верхние и нижние кроющие перья хвоста и крыльев, потом удаляют мелкое перо с крыльев и пуховое перо тела в последовательности: грудь – спина – бока – ноги – шея; последним удаляют пух.

Легче ощипывать водоплавающую дичь, труднее – куриных, у которых сравнительно слабая кожа. Крупное перо выдергивается, мелкое и пуховое – выщипывается. Самая ответственная операция – выщипывание пухового пера, которое при неаккуратной работе приводит к разрывам кожи, а из тушки с порванной кожей вытекает сок при жарке.

Остатки пуха и мелкие волоски на тушке опаливают. Если тушка влажная, перед опаливанием ее натирают небольшим количеством муки. После опаливания «пеньки» перьев выщипывают.

Крупную дичь потрошат, сделав разрез от анального отверстия до грудной кости и через отверстие у горла. Мелкую дичь потрошат через разрез у основания шеи со стороны спины. Легкие и почки выбрасывают.

После опаливания и потрошения тушки дичи быстро и тщательно промывают холодной водой. Использование теплой воды приводит к вымыванию из мяса ценных питательных и вкусовых веществ.

Ощипывать и потрошить фазана следует непосредственно перед кулинарной обработкой, поскольку его вкусовые и ароматические качества зависят от выдержки и

лучше всего проявляются после нескольких дней лежания в неошипанном виде.

У птиц крылышки отделяют по второй сустав, ножки – на 1—2 см ниже коленного сустава, головки – у основания, кроме вальдшнепа и других длинноклювых куликов, у которых головки оставляют.

Мясо зверей и дичи обладает повышенной плотностью. Поэтому до тепловой обработки его размягчают и маринуют для устранения и ослабления нежелательных запахов. Мясо молодых животных можно не мариновать. Не маринуют рябчиков, куликов и голубей.

Наиболее универсален следующий состав маринада: на 1 л 1%-го уксуса берут 20 г сахара, 20 г соли, 2 г лаврового листа, 1 г черного перца горошком, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 25 г петрушки, 25 г сельдерея. Маринад кипятят 10—15 минут на слабом огне в эмалированной посуде при закрытой крышке, а затем охлаждают.

Дичь выдерживают в маринаде от полусуток до двух, зайцев – 1—2 суток, копытных – до 4 суток. Вместо маринада можно использовать квас или молочную сыворотку. При необходимости можно ускорить процесс маринования мяса до 1 часа, если использовать 3%-й уксус.

У некоторых видов нырковых уток (крохали, морянки) и у лысухи для устранения неприятного запаха и привкуса с тушек снимают кожу и жир, после чего вымачивают их в течение суток в маринаде или 5 часов в 2—3%-м уксусе. Вместо вымачивания тушки птиц можно в течение нескольких минут прокипятить в воде.

Перед тепловой обработкой (кроме варки) тушки дичи следует обтереть насухо тряпкой и натереть снаружи солью, тушки крупных птиц слегка посолить изнутри. При этом для придания мясу дичи аромата рекомендуется подмешивать в соль растертые высушенные бутоны гвоздики, тимьян или можжевельные ягоды (по 2–3 г на 1 кг мяса). Хорошо сочетаются вкусовые свойства можжевельных ягод и боровой дичи (кроме вальдшнепа). Так же солят части тушек птиц и куски мяса.

Если приготавливается жаркое из крупных кусков мяса или целых тушек птиц, то их рекомендуется предварительно шпиговать для придания блюду сочности и нежности. Для этого используется свежий шпик или копченая корейка. Чтобы нашпиговать тушку птицы или кусок мяса, их на 3—5 минут опускают в кипящий бульон для придания плотности, после чего в мышцах делают проколы и вводят замороженные клинышки шпика или корейки.

Для шпигования мелкой дичи к грудкам тушек привязывают слегка отбитые полоски шпика толщиной 0,5 см; для лучшего прилегания шпика грудку надрезают.

Перед тем как приготовить блюдо из целой тушки дичи, ее заправляют одним из трех способом: «в кармашек», скручиванием ножек или связыванием шпагатом.

При заправке «в кармашек» в задней части туловища, под кобчиком, делают два разреза кожи и в них просовывают ножки; крылышки захлестывают между собой и вставляют в разрез, сделанный в них.

Скручиванием ножек заправляют тушки длинноносых куликов. Для этого необходимо обушком или ручкой ножа раздробить голени ножек и переплести их между собой на грудке. Затем клювом через проколотые отверстия прикрепляют ножки к туловищу.

Тушки глухаря, гуся, казарки, пеганки, фазана и других крупных птиц связывают шпагатом. Следует использовать прочные нити или шпагат из хлопка или льна.

Тепловая обработка – это варка, тушение, жарение и запекание мяса зверей и дичи.

Из мяса зайцев, диких копытных и дичи можно готовить разнообразные блюда.

Наиболее вкусными считаются блюда, приготовленные путем жарения; в первую очередь

это относится к дичи.

Весной мясо дичи, особенно боровой, более жесткое и тощее, чем осенью, поэтому птицу весеннего убоя рекомендуется тушить и варить, а осенние трофеи – жарить.

Куликов, независимо от сезона добычи, следует только жарить.

Птиц с неприятным специфическим запахом лучше всего запекать на вертеле или тушить.

Запекание – это вид тепловой обработки мяса диких животных, когда мясо готовится на открытом огне или на большом жару без использования посуды. Можно запекать на решетке из стальных прутьев с тремя низенькими ножками (в старину это устройство называлось рашпером), которая устанавливается над грудой углей. Над костром мясо готовят на деревянном вертеле из лиственных пород, который укладывают на рогульки двух воткнутых в землю кольев. Для приготовления шашлыков вместо стальных шпажек можно использовать ветки. Рецепты их приготовления помещены в разделе «Шашлыки».

Перед нанизыванием мяса вертела, шпажки и решетки предварительно смазывают жиром. Запекать можно любое место. Для получения красивой корочки мясо обмазывают сметаной или обмакивают в жидкое тесто (кляр).

На рашпере запекают отдельные куски филейного мяса прямо на раскаленных прутьях решетки. Мясо жарится с сильным шипением. Через каждые 2—3 минут его переворачивают вплоть до готовности.

Приготовление на вертеле птицы или куска мяса размером со среднюю утку занимает около одного часа. Целые тушки можно начинать.

Шашлыки готовят традиционными приемами с обязательным предварительным маринованием мяса.

Жарение – лучший способ приготовления мяса диких животных. Жаркое готовят на открытом огне печи. Тушки можно начинить черносливом, яблоками, орехами, брусникой или другой начинкой и зашить нитками.

Готовность тушки определяется прокалыванием грудки спичкой. Если спичка входит в мясо свободно и из прокола выделяется бесцветный сок, блюдо готово; если выделяется красный сок, дичь еще не готова.

Так же жарят отдельные куски дичи и мяса зверей.

Аромат и вкус готовой дичи быстро исчезают, поэтому все вторые блюда из мяса дичи следует подавать к столу прямо с огня, не давая им остыть. Особенно это относится к натуральным и фаршированным (зразы) котлетам из мяса зверя.

### **Отварная дичь**

Самый простой способ приготовления дичи – варка. Получится два блюда: отварное мясо и бульон. Для этого пригодна любая дичь. Для отваривания птичьей тушки крылья и ножки надо плотно прижать к туловищу, затем опустить тушку в котелок с холодной водой, который подвешивают над сильным огнем костра.

Когда вода закипит, образовавшуюся пену снять ложкой, и далее на слабом огне дичь варить до готовности. В ходе варки добавить соль, лук, а в конце приготовления перец и лавровый лист. Полученный бульон можно использовать и как отдельное блюдо, и как основу для приготовления различных супов.



## **Запеченная красная дичь**

Красная дичь (бекас, дупель и др.) готовится прямо на костре. В неошипанную потрошеную тушку положить кусочек масла или сала и соль. Отверстие зашить ниткой или прочными стебельками травы. Тушку обмазать глиной и положить в костер. О готовности блюда можно судить по потрескиванию глины. Вынув тушку из костра и немного остудив, глину разбить. Вместе с ней отслоятся и прилипшие перья. После этого тушку можно либо, насадив на палочку, немного поджарить, либо, разрезав на кусочки, нанизать на шампур и приготовить как шашлык.

## **Жаркое из дичи**

Готовую тушку птицы натереть солью внутри и снаружи, обернуть листьями лопуха, обмазать глиной и поместить в толстый слой золы горящего костра. По истечении 1—1,5 часа тушку перевернуть, засыпать горячими углями и оставить допекаться еще в течение часа. После этого корку разбить, очистить и блюдо готово.

Так же можно приготовить мясо любой дичи. При себе нужно иметь свиной шпик или корейку, соль и перец, чистую марлю. Кусок мяса нашпиговать салом, нарезанным соломкой, натереть со всех сторон солью и перцем, завернуть в марлю, обмазать глиной и готовить в костре, как птицу.

## **Оленина или лосятина по-охотничьи**

Мясо лося или оленину кусками до 1 кг вымочить в слабом растворе уксуса, нашпиговать салом и чесноком, обжарить на разогретой с жиром сковородке со всех сторон, предварительно посолив и посыпав перцем. Добавить нарезанный репчатый лук и обжарить мясо вместе с луком. Положить томат-пасту и опять обжарить. Затем переложить мясо в кастрюлю, залить бульоном, добавить протертую клюкву или лимонный сок (можно лимонную кислоту), сахар и тушить до готовности.

Состав: мясо – 0,5 кг, уксус – 1 ст. ложка, свиное сало – 100 г, жир – 50 г, клюква – 50 г, томат-паста – 50 г, долек чеснок – 5—6, репчатый лук – 1 шт., перец, соль.

## **Лось или олень жареные**

Из хребтовой части, окорока или лопатки нарезать куски толщиной в 1 см и массой около 125—150 г. Мясо отбить и залить маринадом на 12 часов. Затем мясо вынуть из маринада, немного обсушить и жарить на жире слоем около 5 мм. При этом куски мяса не следует укладывать вплотную друг к другу. Перед окончанием жарки мясо посыпать черным молотым перцем и при необходимости подсолить.

На гарнир подавать жареный картофель, салат из красной капусты, брусничное варенье.

Состав: мясо – 500—600 г, масло топленое или сливочное – 80—100 г, соль и перец,

маринад – 400 г.

### **Мясо лося, косули шпигованное**

Мясо разрезать крупными кусками и замочить на несколько часов в слабом растворе уксуса. Дольки чеснока разрезать на две части. Свиное сало и морковь нарезать тонкими брусочками. Нашпиговать мясо салом, морковь и чесноком, посолить, посыпать перцем и обжарить со всех сторон на разогретой с жиром сковороде до коричневой корочки. Затем добавить нарезанный репчатый лук и еще раз обжарить мясо вместе с луком. Когда лук приобретет золотистый цвет, добавить томат-пасту и вновь прожарить. Затем переложить мясо в кастрюлю, залить бульоном или кипяченой водой и тушить около 2 часов до готовности. В бульон добавить немного клюквенного или яблочного пюре, лимонную кислоту, сахар, чтобы мясо имело кисло-сладкий вкус. За 10 минут до готовности положить лавровый лист, укроп.

При подаче на стол нарезать мясо порционными кусками, полить соком, в котором оно тушилось. Гарнир овощной.

Состав: мясо – 1 кг, сало – 200 г, уксус – 2 ст. ложки, чеснок – 1 головка, морковь – 2 шт., лук – 2 шт., клюквенное пюре и томат-паста – по 3 ст. ложки, перец, соль.

### **Запеченное в фольге мясо косули или лося**

Маринованное мясо или мясо молодого животного нарезать на порционные куски и положить по одному на соответствующие куски фольги. На каждый кусок мяса положить брусочки шпика, лука, посыпать солью, сбрызнуть кислым соком, посыпать рубленой зеленью и положить сверху немного сметаны. Завернуть в фольгу и запекать в печи до полной готовности. Мясо вместе с фольгой выложить на тарелки, осторожно развернуть, чтобы не вытек сок. Гарнир, отварной рис, макароны, салат в маринаде.

Состав: мякоть – 600 г, шпик – 150 г, соль, лук – 1 шт., лимонный сок или кислое вино – 2 ст. ложки, сметана – 1 ст. ложка, зелень.

### **Жареная лосятина**

Приготовить маринад: вскипятить воду, добавить крупно нарезанные овощи, перец, лавровый лист, поварить 5—10 минут, влить уксус, посолить и снять с огня. Охладить и процедить.

Крупные куски мяса, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом и обжарить в печи. Готовое мясо нарезать ломтиками по 1—2 на порцию, залить мясным соком и подать с жареным картофелем, отварной фасолью, маринованным виноградом, сливами или салатом из красной капусты. Можно и острый соус, варенье брусничное или черносмородиновое.

Состав: мясо – 700 г, маринад – 400 г, шпинат – 100 г, сало – 50 г, острый соус – 200 г; для маринада: вода – 0,5л, уксус – 0,5л, морковь – 1 шт., петрушка – 2—3 корня, ломтик сельдерея – 1 шт., черный перец – 10—15 горошин, лавровый лист, соль.

### **Мясо косули жареное**

Отлежавшееся мясо вымыть, очистить от пленок и жил, обтереть салфеткой. Посолить, приправить черным и душистым перцем, молотым тмином, тертым мускатным орехом, имбирем. Мясо положить в смазанный противень, обложить ломтиками сала, подлить бульона или воды и зажарить в печи, поливая собственным соком. Готовое мясо нарезать ломтями.

Сок процедить и полить ломти. Подавать с рисом.

Состав: мясо с окорока – 600 г, молотый черный перец, молотый душистый перец, тмин, мускатный орех, имбирь, жир – 60 г, копченое сало – 50 г, бульон, соль.

### **Тушеное мясо косули с овощами**

Мясо вымыть, нарезать кубиками и обжарить в кипящем жире. Добавить мелко нарезанный лук, посолить, приправить молотым черным перцем и тушить до полуготовности. Потом добавить нарезанные кубиками морковь и картошку, разобранную на розетки цветную капусту, нарезанный зеленый перец и кукурузные зерна. Подлить бульон и тушить до готовности.

Состав: мясо с лопатки – 500 г, жир – 50 г, лук – 1 шт., молотый черный перец, морковь – 1 шт., картофель – 200 г, цветная капуста – 1 небольшая головка, зеленый перец – 2 стручка, молочные кукурузные зерна – 100 г, бульон, соль.

### **Тушеное мясо лани с грибами**

Хорошо отлежавшееся мясо вымыть, нарезать кубиками. На жире поджарить мелко нарезанный лук и в нем потушить мясо. Посолить, посыпать молотым душистым перцем, добавить нарезанные грибы и слегка обжарить, подлить бульон и подкислить лимонным соком. Подавать с рисом.

Состав: мясо – 500 г, масло – 80 г, лук – 1 шт., свежие грибы – 100 г, душистый перец, говяжий бульон, мука – 10 г, лимонный сок, соль.

### **Жареный окорок лани**

Хорошо вымытое мясо очистить от пленок и жил, удалить жир и отбить. Потом мясо посолить, нашпиговать копченым салом и обжарить на распущенном масле. Подлить

бульон, добавить мелко нарезанный лук, очищенную и нарезанную морковь, тертую лимонную кожуру, лавровый лист, несколько горошинок черного и душистого перца, шалфей и зажарить в печи, поливая собственным соком. Готовое мясо вынуть и нарезать ломтиками. Сок заправить мукой, залить вином, прокипятить, протереть и вылить на нарезанное мясо.

Состав: мясо с окорока – 600 г, копченое сало – 60 г, говяжий бульон, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., лимонная цедра, лавровый лист, черный и душистый перец горошком, шалфей, мука – 20 г, красное вино – 250 г, масло – 60 г, соль.

### **Тушеное мясо кабана**

Подготовленное мясо нашпиговать брусочками петрушки, сельдерея, положить в стеклянную, глиняную или эмалированную посуду залить холодным маринадом и держать в нем 2—3 суток.

Маринованное мясо обжарить, сложить в глубокую посуду залить до половины бульоном, сваренным из мясных костей, влить сухое красное вино, добавить нарезанный дольками лук и тушить до готовности. В бульон, в котором тушилось мясо, добавить подсушенную пшеничную муку, прокипятить в течение 15—20 минут, посолить и процедить. Мясо нарезать широкими ломтями поперек волокон и залить соусом. На гарнир подать жареный картофель, тушеную капусту, фасоль или макароны.

Состав: мясо – 700 г, маринад – 400 г, свиное топленое сало – 50 г, вино – 150 г, морковь – 1 шт., корень петрушки и сельдерея – 2 шт., лук – 2 шт., мука – 1 ст. ложка, соль.

### **Мясо кабана в сметане**

Мясо очистить от пленок и жил, нашпиговать копченым салом. На жире поджарить мелко нарезанный лук, овощи, добавить уксус и горячую воду. Положить в смесь мясо, добавить лавровый лист, черный и душистый перец, посолить, закрыть посуду и тушить в печи, подливая горячую воду и поливая мясо собственным соком. Тушеное мясо подрумянить и нарезать ломтями. В сок добавить размешанную с мукой сметану, горчицу, сахар и лимонный сок. Соус протереть и вылить на нарезанное мясо. Подавать с любым гарниром, овощными салатами, брусникой.

Состав: мясо – 500 г, копченое сало – 40 г, жир – 40 г, лук – 0,5 шт., корнеплоды (морковь, петрушка, сельдерей) – 80 г, уксус — 1 ч. ложка, лавровый лист, черный и душистый перец, соль, сметана – 0,25 л, мука мягкого помола – 10 г, горчица – 1 ч. ложка, сахар, лимонный сок.

### **Кабанье мясо под соусом**

Мясо вымыть, обтереть салфеткой, со всех сторон обжарить на раскаленном жире. Добавить сахар, томатную пасту, посолить, подлить горячей воды, закрыть посуду и тушить. Готовое мясо вынуть и нарезать ломтями. Сок заправить мукой, долить бульоном и поварить. Готовый соус протереть, положить в него нарезанное мясо. Подавать с рисом или макаронными изделиями.

Состав: мясо – 500 г, жир – 50 г, сахар – 10 г.

### **Тушеная кабанья корейка**

Мясо вымыть, нарезать на порции, отбить, посолить, приправить молотым черным перцем, тмином и посыпать мукой. Подготовленное мясо быстро обжарить в кипящем жире, вынуть. Потом на этом же жире обжарить мелко нарезанный лук, положить мясо, подлить воды, красного вина, добавить томат-пасту и тушить до готовности. Подавать с картошкой.

Состав: корейка – 600 г, молотый черный перец, тмин, мука – 50 г, жир – 60 г, лук – 1 шт., соль, томат-паста – 1 ст. ложка, мука – 10 г, красное вино – 100 г, соль.

### **Жареная кабанья грудинка**

Хорошо вымытое, нашпигованное нарезанным чесноком мясо посолить, посыпать тмином и оставить на ночь отлежаться. Потом, подливая воду, постепенно зажарить. Жареную грудинку разрезать и подавать с картошкой или с капустным гарниром.

Состав: грудинка – 600 г, чеснок – 5 зубчиков, тмин, соль.

### **Жареное филе кабана**

Филе мариновать в течение 2—3 дней, затем хорошо обсушить. Подготовленное мясо обложить тонкими ломтиками сала и обвязать. Жарить на решетке. Перед подачей развязать и разложить на подогретом блюде. Отдельно в соуснике подать соус.

Состав: филе – 1 кг, сало – 100 г, перец, соль.

### **Тушеное мясо дикого барана**

Мясо очистить, разрезать на куски и отбить. Чеснок растереть с солью и натереть им куски мяса. На масле поджарить мелко нарезанный лук, на нем – мясо. Посыпать его молотым тмином, подлить горячей воды, закрыть и тушить до готовности. Подавать с картошкой.

Состав: мясо со спины – 600 г, чеснок – 2 зубчика, масло – 80 г, лук – 1 шт., молотый тмин, соль.

### **Жареное мясо дикого барана**

Мясо очистить от пленок и жил, удалить жир и замочить на ночь в простокваше. Потом мясо вынуть, обтереть салфеткой и нашпиговать копченым салом и чесноком (2зубчика). Еще 2 зубчика чеснока растереть с солью и натереть мясо. На жире поджарить мелко нарезанный лук, положить подготовленное мясо, подлить бульон, закрыть и поджарить в печи. Потом мясо открыть и подрумянить, нарезать ломтиками. Сок заправить мукой, подлить бульон, протереть и положить туда мясо. Подавать с картошкой.

Состав: мясо со спины молодого барана – 600 г, простокваша – 0,5 л, копченое сало – 60 г, чеснок – 4 зубчика, жир – 60 г, лук – 1 шт., мука – 10 г, говяжий бульон, соль.

### **Зяец по-домашнему**

Подготовленную тушку положить в посуду с маринадом (если не поместится целиком, разрубить на куски) и оставить на 2 часа. Затем обмыть ее холодной водой. Жарить в кипящем жире куски мяса с мелко нарезанными головками репчатого лука, нарезанной кубиками морковью и корнем сельдерея. Добавить томат-пасту, муку, сухое вино, лавровый лист, черный перец, немного чабреца, предварительно ошпаренные маслины. Все хорошенько перемешать и залить горячей водой или бульоном так, чтобы вода покрыла мясо. Накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности.

Состав: заяц – 1 шт., жир – 1,25 стакана, лук – 7—8 шт., морковь – 4—5 шт., томат-паста – 0,5 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, сухое вино – 1 стакан, маслины – 1 стакан, перец, чабрец, соль.

### **Зяец с овощами**

Зайца замариновать, обсушить полотенцем, нарубить кусками, обжарить до золотистого цвета. Поджаренные куски зайца переложить в кастрюлю, добавить жареный лук, морковь, петрушку и сельдерей, нарезанные кружочками, влить немного бульона, полстакана сухого красного вина. Добавить красные помидоры, лавровый лист, душистый перец и тушить 35—40 минут.

В конце тушения зайца заправить сахаром, солью, чесноком, уксусом и дать вскипеть. При подаче на стол мясо положить на тарелку, сбоку уложить нарезанные и обжаренные картофель, кабачки и баклажаны, залить соусом, в котором тушился заяц, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Состав: заяц – 1 шт., масло – 4 ст. ложки, картофель – 4—5 шт., кабачок – 1 шт., баклажан – 1 шт., помидоры – 2 шт., красное вино – 100 г, морковь – 1 шт., корень

петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 0,5 шт., лук – 4 шт., перец, чеснок, зелень, соль.

### **Зяец по-охотничьи**

Заднюю часть или спинку молодого зайца замариновать в течение 12 часов в масле с солью, перцем, лавровым листом, петрушкой и лимонным соком. Вынуть, дать стечь и перерубить хребет, не разделяя совсем на части. Припустить в масле несколько ломтиков свиной грудинки, прибавить спинку зайца и поджарить все вместе. Когда мясо зарумянится со всех сторон, смочить его вином и бульоном, поставить на тихий огонь. За 10 минут до подачи влить сок маринада, вынув лавровый лист и петрушку. Подавать горячим с подливкой.

Состав: задняя часть или спинка зайца – 1 шт., масло – 1 ст. ложка, грудинка – 50 г, лимон – 0,5 шт., вино – 100 г, бульон – 100 г, лавровый лист, петрушка, перец, соль.

### **Заячья спинка, тушенная с томатами**

Спинку вымыть, нашпиговать кусочками копченого сала, посолить и жарить на распущенном масле. Когда мясо станет мягче, добавить томат-пасту, лимонный сок, вино и немного сахара и тушить до готовности.

Подается с отварным рисом.

Состав: заячья спинка – 1 шт., копченое сало – 60 г, масло – 80 г, томат-паста – 100 г, лимонный сок, вино – 100 г, сахар, соль.

### **Зяец в сметане**

Подготовленную тушку разрубить на две части и положить в холодную воду на 3—5 часов. Затем воду слить, залить зайца маринадом и поставить в холодное место. Куски зайца вынуть из маринада, вытереть насухо полотенцем, нашпиговать салом, посолить, положить на противень и слегка обжарить с жиром в жарочной печи. Затем залить сметаной и жарить, пока мясо не будет готово, а сметана не станет густой, как соус. Разрубить на порционные куски, положить в кастрюлю и залить процеженной сметаной, в которой жарилось мясо. При подаче на блюдо или тарелку положить куски зайца и жареный картофель или тушеную свеклу и посыпать зеленью.

Состав: заяц – 1 шт., маргарин – 400 г, сало – 100 г, сметана – 1 стакан, топленое сало – 1 ст. ложка, специи, зелень, соль.

### **Зяец в сметане с картофельными крокетами и салатом из красной капусты**

Заднюю часть зайца, очищенную от пленок, положить на несколько часов в холодную воду часто ее меняя, а потом на ночь положить в маринад, приготовленный из двух частей

воды и одной части уксуса, щепотки перца, лаврового листа, зелени петрушки и укропа и 2 луковиц. Маринад должен покрывать все мясо. После маринования вынуть мясо из маринада, нашпиговать кусочками шпика, посыпать перцем и мукой и обжарить в жарочной печи, хорошо подрумянив. Затем разрубить зайца на порционные куски, сложить в кастрюлю и залить сметанным соусом, приготовленным на той же сковороде, где жарился заяц. Для этого надо растереть муку с оставшимся после жаренья жиром, разбавить бульоном так, чтобы не было комков, прокипятить, добавить сметану, вылить в кастрюлю с мясом, накрыть крышкой и поставить в жарочную печь. Часто поливать соусом. Мягкое жареное мясо залить еще раз 3/4 стакана сметаны, вскипятить и выложить жаркое на блюдо, обложив крокетами. В отдельной посуде подать салат из красной капусты.

Приготовление крокетов. Горячий отварной картофель протереть через дуршлаг, добавить картофельную муку и желтки, хорошо вымесить. Сформировать колбаску, порезать на одинаковые кусочки, обвалить в разболтанных яйцах и сухарях, обжарить в кипящем фритюре до золотистого цвета.

Приготовление салата из красной капусты.

Капусту тонко шинковать и опустить в кипяток на 20 мин. Откинуть на дуршлаг, обсушить, сложить в посуду, посолить, посыпать сахаром и залить смесью из растительного масла и уксуса.

Состав: задняя часть зайца – 1 шт., свиной шпик – 150 г, масло для жаренья – 100 г, бульон – 3 стакана, сметана – 200 г, мука – 1 ст. ложка, картофель – 10 шт., желтки – 3 шт., картофельная мука – 1 ст. ложка, яйца для панировки – 2 шт., панировочные сухари – 3 ст. ложки, фритюр для жаренья — 1,5 стакана, капуста красная – 1 кочан, оливковое или кукурузное масло – 2 ст. ложки, перец, зелень петрушки и укропа – по 1 ст. ложке, лавровый лист, лук – 2 шт., уксус – 2 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, соль.

### **Панированная зайчатина**

Тушку зайца выдержать 2—3 дня в маринаде, затем насухо обтереть чистым полотенцем. Из задней части и филе вырезать шницели. Мясо посолить, обвалить в муке, яйце, а потом в панировочных сухарях. Жарить на разогретом жире, от этого они будут более румяными. Готовые шницели выложить на блюдо, украсить кружками лимона и подать с салатом.

Состав: задняя часть и филе зайца – 1 шт., жир – 1 ст. ложка, яйцо – 1 шт., мука – 1 ст. ложка, сухари, соль.

### **Заяц под чесночным соусом**

Сало, лук, чеснок и печень зайца мелко нарезать и положить в посуду. Добавить уксус, соль, черный перец, мускатный орех, чабрец или майоран. Поставить на слабый огонь и варить 2 часа. Следить, чтобы не пригорело. Если необходимо, добавить немного красного вина или уксуса, чтобы соус оставался жидким. Через 1 час после того, как начал



вариться соус, поставить жарить зайца, опустив его в жаровню с большим количеством свиного жира. Когда заяц будет готов (примерно через час), выложить его в глубокое блюдо и сверху полить приготовленным соусом.

Состав: заяц – 1 шт., сало – 200—300 г, чеснок – 2 шт., лук – 1 шт., винный уксус – 0,5 стакана, соль — 1 ч. ложка, молотый черный перец – 0,5 ч. ложки, мускатный орех, чабрец или майоран.

### **Жареный кролик**

Подготовленную тушку порезать на порции, посолить, обвалить в муке, во взбитых с молоком яйцах и в панировочных сухарях. В горячем жире мясо поджарить на медленном огне до подрумянивания. Подавать с картофельным пюре.

Состав: молодой кролик – 1 шт., мука – 1 ст. ложка, яйца – 2 шт., молоко – 1 стакан, панировочные сухари, жир – 2 ст. ложки, соль.

### **Жареный кролик в сметане**

Молодого кролика посолить изнутри и снаружи, нашпиговать копченым салом. В противне растопить масло и поджарить в нем кролика со всех сторон. Потом поставить в жаровню и, поливая сметаной, зажарить до готовности. Тушку разрезать на порции, сок процедить и подавать с картошкой, рисом или тушеной капустой.

Состав: кролик – 1 шт., копченое сало – 100 г, масло – 80 г, сметана – 200 г, соль.

### **Кролик, тушеный с овощами**

Тушку ошпарить кипятком и нарезать небольшими порциями. Распустить нарезанное мелкими кубиками копченое сало и поджарить на нем нашинкованный лук. Добавить красный перец, положить мясо и посолить. Потом добавить нарезанные овощи, зеленый перец, очищенные томаты и все вместе тушить до готовности. В сметане размешать муку, смесью залить готовое мясо и прокипятить. Подавать с отварными макаронными изделиями.

Состав: кролик – 1 шт., копченое сало – 80 г, лук – 80 г, сладкий красный перец — 1 ч. ложка, корнеплоды – 150 г, зеленый перец – 2 стручка, спелые помидоры – 2 шт., сметана – 0,25л, мука – 30 г, соль.

### **Кролик, тушеный с чесноком и картошкой**

Тушку разрезать на куски, нашпиговать их нарезанным чесноком. Мясо посолить, приправить молотым черным перцем и жарить на распущенном сале, поливая собственным соком и подливая горячую воду. К полуготовому мясу добавить очищенные луковицы и картошку и все вместе тушить до готовности.

Состав: кролик – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, молотый черный перец, копченое сало – 100 г, лук – 10 шт., мелкий картофель – 400 г, соль.

### **Рагу из зайчатины**

Зайца вымочить в воде и использовать переднюю часть. Мясо очистить от сухожилий и пленок. На 2 часа положить в молоко. Разрубить на небольшие куски, посолить, обжарить в топленом масле на сковороде. После зарумянивания посыпать пшеничной мукой. Обжаренное мясо переложить в кастрюлю, прибавить 2 столовые ложки томат-пюре, мелко нарезанный несоленый свиной шпик. В кастрюлю налить 2 стакана горячей воды, можно бульона, накрыть и поставить тушить на небольшой огонь в течение часа. Затем зайчатину переложить в другую кастрюлю. Добавить масло, сало, лук, морковь, петрушку, лавровый лист, перец горошком и 0,5 кг картофеля дольками. Обсыпать поджаренными кореньями и залить процеженным соусом, получившимся при тушении. Поставить на огонь и тушить полчаса. Приготовленное рагу выложить на блюдо, посыпать зеленью и подать на стол.

Состав: передняя часть зайца – 1 шт., молоко – 0,5л, мука – 1 ст. ложка, масло – 1 ст. ложка, картофель – 0,5 кг, лук – 1 шт., морковь – 2 шт., зелень, специи, соль.

### **Жаркое с грибами**

Грудинку кабана, лося, оленя или косули нарезать кусками, обжарить в жире, посолить и посыпать черным перцем. На дно посуды положить ломтики сала, на них обжаренное мясо, а сверху свежие грибы. Мелкие грибы уложить целыми, а крупные разрезать на части. В посуду залить 0,5 стакана горячей воды, добавить черный перец, соль и дожарить на слабом огне около часа под крышкой. Приготовленное мясо вместе с грибами выложить на блюдо, украсить грибами. Соус процедить и залить им мясо.

Состав: грудинка – 2 кг, жир – 100 г, сало – 50 г, грибы – 1 кг, перец, соль.

### **Жаркое из оленины со сметаной**

Вскипятить воду с луком и приправами, остудить и добавить уксус. Вымытое мясо положить в подходящую по размеру посуду, залить холодным маринадом и поставить в холодное место на 5 дней, каждый день переворачивая его. Через 5 дней вынуть мясо из маринада, очистить от сухожилий, обсушить полотенцем, нашпиговать салом, посолить, посыпать мукой (1 столовая ложка) и на раскаленном жире обжарить со всех сторон,

после чего переложить его в кастрюлю. На сковородку, в которой жарилось мясо, вылить 1 стакан воды. Дать вскипеть и вылить в кастрюлю; добавить лук и специи из маринада, закрыть крышкой и на небольшом огне тушить мясо до готовности, часто поливая соком. Готовое мясо нарезать поперек волокон, положить на блюдо, придав форму целого куска. В оставшийся от тушения соус добавить столовую ложку муки, вскипятить, добавить сметану, снова вскипятить, процедить через дуршлаг и залить этим соусом нарезанное мясо.

Состав: мясо оленины без костей от бедренной части – 1,5 кг, сало свиное несоленое – 150 г, сметана – 400 г, сливочное масло – 1 ст. ложка, мука – 2 ст. ложки, уксус – 1,5 стакана, вода – 1 л, лук – 2 шт., лавровый лист – 3 шт., перец – 8—10 горошин, соль.

### **Оленьи отбивные, тушеные с зеленым перцем**

Вымытое и очищенное от пленок и жил мясо обтереть салфеткой, нарезать кусками, отбить, нашпиговать кусочками сала и посолить. На оставшемся сале и жире поджарить мелко нарезанный лук, положить отбивные, закрыть и тушить, поливая бульоном или горячей водой. Томаты очистить, удалить зерна и порезать. Зеленый перец очистить, вымыть, потушить до готовности. Потом добавить сметану, прокипятить все вместе с тушеным мясом и подавать с макаронами.

Состав: мясо с окорока – 500 г, копченое сало – 50 г, жир – 50 г, лук – 80 г, спелые помидоры – 150 г, зеленый перец – 200 г, сметана – 250 г, говяжий бульон, соль.

### **Антрекот**

Межреберную часть мяса лося или оленя разрезать на тонкие куски, очищенные от сухожилий и излишнего жира, слегка отбить, посыпать солью и перцем. Жарить 5—7 минут перед самой подачей к столу на сковороде с кипящим жиром. Это способствует быстрому образованию румяной корочки с обеих сторон и сохранению сочности мяса. Готовое блюдо поливать мясным соком, образовавшимся при жаренье, и, кроме того, положить кусочки сливочного масла.

Состав: мясо – 1 кг, жир – 80 г, сливочное масло – 200 г, перец, соль.

### **Бифштекс из оленины**

Отлежавшееся мясо очистить от пленок и жил, вымыть, обтереть салфеткой и разрезать на порции. Отбить, посолить и посыпать молотыми можжевельновыми ягодами (молотым черным перцем). Натереть растительным маслом, уложить стопкой и дать полежать. Вместе с жиром распустить нарезанное кубиками сало, выбрать шкварки и поджарить с обеих сторон мясо. Подавать с жареным картофелем и другим гарниром.

Состав: мясо с окорока – 600 г, можжевельные ягоды – 6 шт., растительное масло – 2 ст. ложки, копченое сало – 40 г, жир – 60 г, соль.

### **Бифштекс из вырезки**

Вырезку освободить от сухожилий (пленок), нарезать поперек мускульных волокон на куски толщиной около 3 см, весом около 150 г, слегка отбить и посыпать солью и перцем. Можно использовать и самые мягкие мускулы с внутренней поверхности бедра. Затем жарить на смазанной жиром раскаленной сковороде 15 минут. Для любителей бифштекса с кровью его жарить лишь 8—10 минут так, чтобы в толще куска сохранился розоватый сок. Подать с тертым хреном, зеленым горошком, жареным картофелем.

Состав: мясо – 600 г, жир – 1 ст. ложка, перец, соль.

### **Рулет из рубленого мяса**

Вымытое мясо дичи вместе с копченым салом пропустить через мясорубку. Фарш посолить, посыпать молотым черным и душистым перцем, добавить тертый лук и чеснок, яйца, замоченную в молоке и отжатую булку и все хорошо перемешать. На посыпанной мукой доске из приготовленной массы сделать продолговатый валик, положить его в смазанный жиром противень, обложить ломтиками сала и запечь в жарочной печи, смазывая взбитым яйцом и поливая собственным соком. Остывший рулет нарезать ломтиками и подавать с картошкой.

Состав: мясо – 400 г, копченое сало – 100 г, молотый черный перец, лук – 1 шт., чеснок – 2 дольки, молоко, яйца – 3 шт., жир – 0,5 ст. ложки, копченое сало – 30 г, молотый душистый перец, булка – 100 г, соль.

### **Ростбиф**

Филе дикого кабана, лося или оленя вымыть, очистить от пленок и жилок, отбить с обеих сторон мокрой деревянной тяткой, посолить, поперчить и сложить в фаянсовую или фарфоровую миску. Мясо облить (или залить) растительным маслом и выдержать сутки на холоде. Приготовить гусятницу или иную посуду, в которой будет жариться мясо, и положить в нее свиное сало (можно кусочками). Филе вынуть из масла и жарить на сале в жарочной печи, часто поворачивая. К концу жаренья подлить в гусятницу воды или бульона. Когда ростбиф будет готов (середина его должна остаться розоватой), разрезать его на ломтики (как ветчину), выложить на блюдо и облить соком, в котором он жарился. Подавать с маринованной свеклой или другими овощами.

Состав: филе – 1 кг, растительное масло – 50 г, сало – 50 г, перец, соль.

## **Седло косули, запеченное в тесте**

Седлом называют поясничную часть от последнего ребра до тазовых костей. Седло рекомендуется предварительно мариновать около суток. Следует приготовить дрожжевое тесто (лучше из ржаной муки) такой же консистенции, как для выпечки пирогов. Им обмазать натертое солью и нашпигованное салом седло. Можно использовать для обмазки и пресное тесто, замесив его более жидко, чем для лапши. Затем седло поместить на противне в жарочную печь. Тесто запекается и образует прочную оболочку. Мясо, приготовленное таким образом, получается более сочным и вкусным. Не рекомендуется завертывать седло в фольгу (в ней лучше всего готовить мясо без костей, так как в процессе приготовления они не прорвут фольгу и сок не вытечет). Седло запекать около 1,5 часа, после чего, дав мясу немного остыть, разрубить на порции. Корочка из теста тоже съедобна. Чтобы она не было пересушенной, в жарочную печь следует поставить чашку с водой.

## **Бефстроганов**

Это блюдо может быть приготовлено из вырезки, а также мякоти задней части. Мясо разрезать ножом поперек волокон на тонкие ломтики (0,5 см), отбить, нарезать узкими полосками наподобие домашней лапши и обжаривать 5–7 минут в масле. Отдельно поджарить на сливочном масле нарезанный колечками лук, положить мясо и жарить еще около 7 мин, затем вынуть его с соком из сковороды, добавить туда подсушенную белую муку сметану размешать, вновь положить мясо, а также сок со сковороды, где оно жарилось, и дать покипеть еще 2—3 минуты.

Состав: мясо – 500 г, масло – 60 г, мука – 20 г, сметана – 150 г, лук – 2 шт., соль.

## **Азу**

Нарезать небольшие ломтики (толщиной около 1 см и длиной 3—4 см) из мякоти задней или спинно-поясничной части лося, оленя, косули или кабана. Отбить, посолить и жарить на сковороде вначале с маслом, добавив муку, потом с помидорами и солеными огурцами. Отдельно обжарить картофель с толченым чесноком, добавить его к мясу и тушить еще 10 минут, в конце тушения положить зелень.

Состав: мясо – 500 г, картофель – 300 г, масло – 2—3 ст. ложки, белая мука – 2—3 ст. ложки, помидоры – 1—2 шт., соленый огурец – 1 шт., чеснок, соль.

## **Гуляш из мяса косули**

Мясо вымыть, нарезать кубиками или ломтиками. На жире поджарить мелко нарезанный лук, добавить красный перец, положить мясо, посолить и тушить, подливая горячую воду. Очистить томаты и удалить зерна, порезать и вместе с нарезанным зеленым

перцем добавить к полутушеному мясу. Тушить до готовности. Подавать с картошкой.

Состав: мясо – 500 г, жир – 60 г, лук – 1 шт., красный перец – 1 ч. ложка, спелые помидоры – 4 шт., зеленый перец – 4 стручка, соль.

### **Гуляш из зайца**

Порезать на куски переднюю часть зайца. Распустить вместе с жиром нарезанное кубиками копченое сало и подрумянить на нем нарезанный лук. Положить мясо, посолить, посыпать черным и красным перцем и тушить в собственном соку. Когда сок выпарится, заправить мукой, обжарить, подлить костный бульон (или горячую воду) и тушить до готовности. Подается с картошкой, макаронными изделиями.

Состав: передняя часть зайца – 1 шт., копченое сало – 80 г, жир – 20 г, лук – 100 г, молотый черный перец, красный перец, мука мелкого помола – 10 г, костный бульон, соль.

### **Шницель, фаршированный печенью**

Мясо разрезать на 10—12 ломтиков, отбить и посолить. Мелко нарезанную печень обжарить с луком в масле, добавить соль, острые приправы и толченые ягоды можжевельника. Эту начинку равномерно разложить на половине ломтиков мяса, сверху положить остальные ломтики и края отбить молоточком, чтобы они закрепились. Подготовленные шницели обваливать в муке и зажарить.

Состав: мясо дичи – 750 г, печень – 150 г, лук – 1 шт., ягоды можжевельника – 4 шт., острые приправы, жир – 100 г, соль.

### **Вырезка, запеченная в фольге**

Вырезку копытных животных очистить от пленок, нашпиговать тонкими брусочками свиного сала, натереть солью, завернуть в фольгу и запечь.

Состав: вырезка – 1 кг, сало – 50 г, соль.

### **Заячьи потроха в сметане**

Мелко нарезанное сало обжарить с мелко нарезанным луком, положить небольшими кусочками заячьи потроха, шейную часть, лопатки, ребрышки и продолжать обжаривание. Затем все переложить в сотейник (утятницу), влить немного кипятка, довести до кипения. Добавить томат-пасту, перец, лавровый лист, ягоды можжевельника и тушить при умеренной температуре до готовности. Обжарить муку, развести сметаной и влить в

сотейник за 12—13 минут до полной готовности.

Состав: потроха зайца – 1 шт., сало – 100 г, лук – 3 шт., томат-паста – 3 ст. ложки, пшеничная мука – 1 ст. ложка, сметана – 3 ст. ложки, ягоды можжевельника, перец, лавровый лист, зелень укропа, соль.

### **Легкие косули в сметане**

Вымытые легкие положить в воду, посолить, добавить нарезанные корнеплоды, чеснок, лук, лавровый лист, несколько горошин черного и душистого перца, уксус, вино и варить. Отваренные легкие нарезать тонкими ломтиками. Из жира и муки сделать светлую заправку, залить бульоном из легких, добавить протертые корнеплоды, мелко рубленый укроп, горчицу и все прокипятить. Долить размешанную сметану, положить нарезанные легкие и немного поварить. Полить лимонным соком, подсластить и подавать с макаронными изделиями. Таким же способом можно приготовить сердце, печень и почки.

Состав: легкие косули – 1 шт., корнеплоды – 100 г, лук – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, лавровый лист, черный перец горошком, душистый перец, уксус – 50 г, красное вино – 250 г, жир – 40 г, мука – 40 г, веточка укропа, горчица – 1 ч. ложка, сметана – 250 г, лимонный сок, сахар, соль.

### **Тушеное оленье сердце**

Сердце положить в холодную воду и некоторое время варить. Вынуть из воды, нарезать ломтиками. Поджарить мелко нарезанный лук, добавить красный перец, положить ломтики нарезанного сердца, лавровый лист, приправить черным молотым перцем, посолить и тушить до готовности. Потом заправить мукой, долить воды и потушить еще некоторое время. В готовое блюдо добавить лимонный сок и мелко нарезанную зелень петрушки. Подавать с картофелем и овощами.

Состав: сердце – 1 шт., жир – 60 г, лук – 60 г, красный перец —1 ч. ложка, молотый черный перец, лавровый лист, мука – 10 г, лимонный сок, зелень петрушки, соль.

### **Вареный олений язык**

Язык положить в воду, посолить, добавить несколько горошин черного и душистого перца, лавровый лист, несколько стебельков чабреца и базилика. Овощи, лук, чеснок очистить, порезать и добавить к языку. Варить, пока не сварится язык. Потом его вынуть, опустить на некоторое время в холодную воду, очистить, нарезать мелкими ломтиками и подавать с тертым хреном, маринованными огурцами, маринованной красной капустой, консервированным зеленым горошком.

Состав: язык – 1 шт., черный перец горошком, душистый перец, лавровый лист, чабрец,

базилик, морковь, петрушка (корень) – 100 г, лук – 1 шт., чеснок – 1 головка, соль.

### **Лосиная губа по-охотничьи**

Губу опалить, промыть, нарезать на порционные куски и залить маринадом на 12 часов. Для маринада в кастрюлю холодной воды добавить сок лимона (лимонную кислоту или уксус), посолить, поперчить, добавить лавровый лист и лук, нарезанный полукольцами. После этого губу прямо в маринаде варить 2 часа. Когда она сварится, вынуть куски из маринада, дать ему стечь и обжарить на разогретой с жиром сковороде вместе с репчатым луком. Затем выложить в кастрюлю и залить смесью майонеза или сметаны с томатом, влить немного бульона (чтобы покрыть куски губы) и тушить еще 2 часа при закрытой крышке. За час до готовности добавить клюквенный сок, сахар, яблочный уксус, лавровый лист.

Состав: губы лося – 500 г, лук – 2—3 шт., жир – 50 г, майонез (сметана) – 100 г, лимон – 1 шт. или лимонная кислота – 100 г, клюквенный сок – 0,5 стакана, соль.

### **Мозги жареные**

Мозги вымочить в холодной воде в течение часа. Затем снять пленку и опустить на 5—7 минут в кипящую соленую воду, добавив туда немного уксуса, лавровый лист, 4—5 горошин черного перца. Мозги вынуть, остудить и разрезать, обвалить в сухарях и обжарить. К столу подать в горячем виде с гречневой кашей или картофелем.

Состав: мозги одного зверя, уксус – 1 ст. ложка, сухари – 0,5 стакана, лавровый лист, перец, жир – 2 ст. ложки, соль.

### **Печень лося (и других копытных) жареная**

Освобожденную от желчных протоков и хорошо промытую печень нарезать кусочками не толще 2 см и жарить в течение 10 минут в разогретом до 150 °С жире. В конце жарки печень посолить. При подаче печень полить маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или обжаренным репчатым луком.

Состав: печень – 1 кг, масло сливочное или топленое или маргарин – 150 г, зелень петрушки – 100 г или лук репчатый – 500 г, соль.

### **Печень кабана с вином**

Печень очистить от пленок и жил, вымыть, нашпиговать кусочками копченого сала и на жиру обжарить со всех сторон. Добавить колечками нарезанный лук, лавровый лист, молотый черный перец, подлить горячей воды, закрыть посуду и тушить. Незадолго до



готовности посолить, подлить красное вино, добавить уксус и сахар. Порезать и подавать с рисом.

Состав:печень кабана – 1 шт., копченое сало – 60 г, жир – 50 г, лук – 1 шт., лавровый лист, молотый черный перец, красное вино – 100 г, уксус, сахар, соль.

### **Жареная заячья печень**

Хорошо промытую заячью печень обвалить в специях, слегка посолить, обвалить в муке. Распустить масло на сковороде и поджарить на нем печень. Подается с картошкой и зеленью петрушки или других трав.

Состав: заячья печень, мука мягкого помола, масло, зелень петрушки и другие травы, специи, соль.

### **Печень закусочная**

Вымоченную сырую печень кабана, лося или другой дичи вместе с салом и луком пропустить через мясорубку. Добавить соль, молоко, яйца, соду и перемешать. Полученную массу выложить на смазанный противень и запечь в жарочной печи. Готовую печень смазать чесноком, растертым с солью.

Состав: печень – 0,5 кг, молоко – 0,5 стакана, яйца – 2 шт., мука – 20 г, чеснок – 3 дольки, сало – 50 г, лук – 3 шт., сода – 0,5 ч. ложки, перец, соль.

### **Печень в кляре**

Нарезать печень на порционные куски, посолить, поперчить и отбить. Приготовить кляр: яйцо, муку, молоко перемешать до полугустой консистенции. Обмакнув кусок печени в кляр, надо немедленно положить его на сковороду с большим количеством жира. Жарить на небольшом огне.

Состав: печень – 1 кг, кляр – 300—350 г, жир – 100 г, перец, соль.

### **Жареная печень косули**

Печень очистить от пленок и жил, нарезать кусками, посолить, обвалить в муке, во взбитых яйцах, в панировочных сухарях и зажарить в кипящем жире. Готовое блюдо украсить кружочками лимона и подавать с картофельным пюре.

Состав: печень косули – 1 шт., мука – 40 г, яйца – 2 шт., панировочные сухари, жир – 50 г, лимон – 1 шт., соль.

### **Печень тушеная**

Печень вымочить, обжарить и положить в кастрюлю. Лук запассеровать вместе с жиром и соком, который остался на сковороде, и слить в ту же кастрюлю. Добавить воду и тушить 30—40 минут. В кастрюлю положить сметану дать один раз вскипеть. На стол подать с гречневой кашей или картофелем.

Состав: печень – 1 кг, лук – 2 шт., сметана – 0,5 ст. ложки, жир – 0,5 ст. ложки, соль.

### **Жареная оленья печень**

Печень на час замочить в молоке. Потом вынуть, обтереть салфеткой и нарезать ломтиками. Слегка отбить, посолить, посыпать молотым черным и душистым перцем, обвалить в муке, во взбитых яйцах, панировочных сухарях и поджарить в горячем жире с обеих сторон. Подавать с картошкой.

Состав: печень – 1 шт., молоко – 0,5л, мука – 100 г, яйца – 2 шт., молотый черный и душистый перец, панировочные сухари, жир – 80 г, соль.

### **Тушеная оленья печень**

Печень очистить, удалить пленки и жилы, нарезать ломтиками. На распущенном масле поджарить мелко нарезанный лук, положить в него печень, посыпать мукой и обжарить. Подлить бульона или горячей воды и тушить до готовности. Потом добавить уксус, горчицу и соль. Еще немного потушить и подать с рисом или картофелем.

Состав: печень – 1 шт., масло – 80 г, лук – 80 г, мука – 100 г, говяжий бульон или вода, молотый черный и душистый перец, уксус, сахар, горчица – 1 ч. ложка, соль.

### **Бекасы жареные**

Бекасов только очистить от перьев, потрошить не надо, вымыть, посолить, обложить ломтиками тонко нарезанного шпика, обернуть бумагой, обмотать крепкими нитками, жарить на вертеле. Когда будут готовы, снять бумагу, выложить на блюдо. Можно жарить и в кастрюле на плите в 2—3 ложках масла. Бекасы жарятся 15—20 минут.

Подать к ним любой салат.

### **Вина и закуски**

Лучшими напитками к перечисленным выше блюдам являются натуральные столовые вина. Они утоляют жажду способствуют повышению аппетита, улучшают пищеварение,

создают повышенное настроение. Чтобы несколько смягчить остроту пищи и напитков, столовое вино рекомендуется наполовину развести охлажденной водой. Это не только полезно, но и вкусно, особенно в жаркие летние дни.

На костре можно приготовить алкогольные напитки и самим. Это глинтвейн, грог, пунш и т. д. Глинтвейн готовят из красного столового вина с пряностями: корицей, гвоздикой, мускатным орехом, лимонной корочкой, с добавлением сахара, лимона и коньяка. К глинтвейну и другим горячим смешанным напиткам можно подать маленькие бутерброды с сыром.

На десерт можно предложить фрукты, дыню, арбуз, а если позволяют условия, то после жареных блюд неплохо устроить «час коктейля», употребив для смешивания фруктовые соки, шампанское или натуральное столовое вино и газированную воду.

Что касается овощей, то можно приготовить из них салаты, либо разрезать их на довольно крупные куски или оставить целыми, чтобы их можно было брать руками.

### **Глинтвейн**

Вино с водой, сахаром, корицей и гвоздикой нагреть до первого кипения, дать отстояться 10—15 минут. Процедить, добавить коньяк и разлить в предварительно подогретые бокалы или в стаканы с подстаканниками. Опустить в каждый бокал по кусочку лимона. Подавать горячим (75—80 °С). Глинтвейн можно приготовить на чистом вине без воды и без коньяка, в этом случае его подогревать лишь до 80—90 °С.

Состав: красное столовое вино – 1 бутылка, вода – 400 мл, сахар – 100 г, коньяк – 100 мл, корица – 5 г, гвоздика, лимонная цедра с одного лимона, лимон – 1 шт.

### **Глинтвейн по-болгарски**

Смесь вина, сахара, нарезанных кубиками яблок, перца, гвоздики и корицы довести до кипения, снять с огня и дать настояться 10—15 минут. Затем процедить, разлить по бокалам, в каждый бокал положить по кусочку лимона и несколько кубиков яблок. Подать при температуре 75—80 °С.

Состав: столовое красное вино – 1 бутылка (0,75 л), сахар – 200 г, яблоки – 200 г, черный перец – 15—20 горошин, корица – 20 г, гвоздика, лимон – 1 шт.

### **Грог**

В крепкий чай (1 стакан) добавить 2 столовые ложки рома или коньяка (можно по ложке того и другого). Подать лимон в сахарной пудре.

### **Пунш**

Приятный согревающий напиток, напоминающий грог, но он приготавливается из более слабых напитков, например, из белого столового вина. Для пунша берется коньяка, рома и виски на треть меньше, чем для грога. В пунш также добавляют лимонный или гренадиновый сок, корицу и гвоздику. Подается пунш в высоких, предварительно подогретых бокалах, более горячий пунш (75—80 °С) – в чайных чашках.

### **Бутерброды с ветчиной**

Нарезать ломтиками хлеб, придать им любую форму и смазать сливочным маслом со столовой горчицей. Сверху положить тонкий ломтик ветчины такой же формы и размера, как и хлеб.

В таком же порядке можно готовить бутерброды и с колбасой.

Состав: белый хлеб – 350 г, сливочное масло – 80 г, горчица – 30 г, ветчина или колбаса – 250 г.

### **Бутерброд с мясом птицы**

Хлеб нарезать ломтиками, смазать маслом. На хлеб с маслом поместить ломтики вареной птицы. Сверху птицы положить каперсы.

Состав: белый хлеб – 350 г, сливочное масло – 80 г, мясо птицы – 200 г, каперсы – 10 г.

### **Бутерброд с языком**

Нарезать хлеб ломтиками и смазать его смесью масла с горчицей. Отварной язык (говяжий, телячий) освободить от кожи, нарезать ломтиками и положить его на смазанный хлеб, гарнировать кружочком огурца или каперса.

Состав: хлеб – 350 г, масло – 50 г, язык – 300 г, огурцы – 40 г, горчица – 10 г.

### **Бутерброд с жареной сельдью и маринованным луком**

Разделанную на филе сельдь (без кожи и костей) посолить, обвалить в муке и обжарить на растительном или оливковом масле, охладить. На ломтики хлеба поместить маринованный репчатый лук, сверху – сельдь, а на нее – опять маринованный лук и посыпать зеленью.

Состав: хлеб – 3 ломтика, сельдь – 3 порции, мука – 1 ст. ложка, масло – 2 ст. ложки, маринованный лук – 2 ст. ложки, зелень – 1 ч. ложка, соль.

### **Бутерброды с солеными грибами**

Грибы отцедить и дважды пропустить через мясорубку. Ломтики хлеба намазать сливочным маслом, а затем положить сверху грибную массу. На бутерброды положить шпроты или копченую кильку. Украсить мелко нарезанной зеленью.

Состав: соленые грибы – 50 г, сливочное масло – 1 ст. ложка, хлеб – 1 ломтик, шпроты или копченые кильки – 2—3 шт.

### **Бутерброд с сыром и яйцами**

Нарезанный ржаной хлеб смазать сливочным маслом, нарезать три вида сыра тонкими ломтиками и уложить на бутерброд, сверху украсить вареным яйцом, огурцом, зеленью петрушки.

Состав: хлеб – 2 ломтика, сливочное масло – 30 г, сыр – по 20 г каждого вида, вареное яйцо – 0,5 шт., огурец – 1/4 шт., зелень петрушки.

### **Бутерброд с сыром**

Сыр натереть на терке с мелкими отверстиями и соединить со сладким молотым красным перцем. Ломтик хлеба намазать маслом и посыпать сыром, смешанным с перцем.

Состав: сыр – 20 г, красный молотый перец, сливочное масло – 6 г, ржаной или пшеничный хлеб – 30 г.

### **Бутерброд с огурцами и сыром**

Хлеб намазать маслом, уложить на него сыр, а сверху поместить тонкие ломтики свежих огурцов. Огурцы можно посолить и посыпать перцем. Бутерброд украсить зеленью.

Состав: свежие огурцы – 15 г, сыр – 8 г, сливочное масло – 5 г, зелень, пшеничный хлеб – 30 г.

### **Бутерброды с помидорами**

На ломтики хлеба, смазанные с обеих сторон маслом, положить кружочки нарезанных и поперченных помидоров, сверху покрыть тертым на крупной терке сыром (или тонкими ломтиками сыра) и запечь в жарочной печи. Перед подачей посыпать рубленой зеленью.

Состав: батон – 1 шт., сливочное масло – 100 г, помидоры – 6—7 шт., сыр – 150 г, молотый перец, зелень.

### **Помидоры по-провансальски**

Ровные свежие спелые помидоры промыть в проточной воде, срезать верхушку, чайной ложкой вынуть часть мякоти, посолить внутри. Петрушку перебрать, вымыть, нарезать и перетереть с мелко нарезанным чесноком и оливковым маслом, посолить. Заполнить помидоры полученной массой, поставить в холодильник на 1—2 часа.

При подаче полить их майонезом.

Состав: помидоры – 500 г, зелень петрушки – 300 г, чеснок – 2 дольки, оливковое масло – 30 г, майонез, соль.

### **Огурцы фаршированные**

Ровные огурцы очистить от кожицы, нарезать поперек кружочками толщиной 1 см, вырезать семенную сердцевину и опустить на 8—10 секунд в кипящую подсоленную воду. Потом вынуть и охладить. Размягченное масло растереть с рыбными консервами до однородной массы и заполнить этой массой пустоты в кружочках огурцов.

Выложить в посуду, залить майонезом, украсить веточками петрушки и кружочком лимона.

Состав: свежие огурцы – 500 г, сливочное масло – 60 г, рыбные консервы (сайра, сардины, шпроты в собственном соку) – 100 г, майонез – 100 г, соль, лимон, зелень петрушки.

### **Морковь с зелеными помидорами**

На дно кастрюли положить мелко нарезанные репчатый лук и зелень петрушки, нарезанные кружочками морковь и зеленые помидоры (можно соленые), посолить, поперчить, залить растительным маслом, варить 20—30 минут. Затем добавить толченый чеснок (4 дольки). К столу подавать в холодном виде как закуску.

Состав: морковь – 4—5 шт., зеленые помидоры – 5 шт., лук – 2 шт., чеснок, растительное масло – 3 ст. ложки, соль, перец, петрушка.

### **Свекла с чесноком**

Свеклу сварить в кастрюле с добавлением уксуса, затем охладить ее, очистить и измельчить на терке. Чеснок очистить и тоже измельчить на терке, заправить майонезом, выложить в посуду и посыпать измельченными орехами.

Состав: свекла – 300 г, майонез – 60 г, орехи – 30 г, чеснок – 4 дольки, 3%-й уксус.

### **Картофель отварной с орехами**

Хорошо промытый картофель сварить в кожуре, очистить, нарезать кубиками. Очищенные грецкие орехи, чеснок (2 дольки), стручковый перец истолочь с солью, добавить по вкусу винный уксус и нашинковать репчатый лук. Перемешать с картофелем, уложить горкой на тарелку и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Состав: картофель – 5 шт., лук – 1 шт., грецкие орехи – 0,75 стакана, чеснок, зелень петрушки или укропа, винный уксус, стручковый перец, соль.

### **Редис с горячим картофелем**

Отобрать средние корнеплоды редиса, срезать плодоножки и хвостики, промыть холодной кипяченой водой и уложить в посуду.

Отдельно подать горячий отварной картофель, политый сливочным маслом, также отдельно можно подать сметану и зелень.

Состав: редис – 75 г, отварной картофель – 75 г, сливочное масло – 15 г, сметана – 15 г, зелень.

### **Редька с квасом или уксусом**

Очищенную редьку пропустить через терку, посолить, заправить растительным маслом, квасом или уксусом. Украсить зеленым луком.

Состав: редька – 120 г, растительное масло или квас – 20 г или 3%-й уксус – 10 г, зеленый лук – 15 г, соль по вкусу.

### **Салат из свежих помидоров**

Помидоры нарезать кружочками, уложить в посуду, заправить солью, перцем, сверху посыпать кольцами репчатого лука и полить сметаной либо заправкой: в растительное масло добавить лимонный сок, перец, соль, все это тщательно перемешать.

Состав: помидоры – 80 г, репчатый лук – 25 г, сметана – 20 г, соль, перец; для заправки: растительное масло, лимонный сок, перец, соль.

### **Салат из помидоров с сыром и луком**

Свежие помидоры нарезать ломтиками. Лук репчатый нашинковать соломкой. Твердый сыр натереть на крупной терке. Продукты смешать, добавить соль, молотый перец, растительное масло, посыпать укропом.

Состав: свежие помидоры – 6 шт., лук – 1 шт., твердый сыр – 100 г, растительное масло

– 4 ст. ложки, рубленый укроп – 2 ст. ложки, соль, молотый перец.

### **Салат из помидоров с чесноком**

Помидоры нарезать дольками, смешать с нарезанным соломкой репчатым луком, рублеными чесноком и зеленью петрушки, добавить соль, молотый перец, залить взбитой смесью растительного масла с кефиром, украсить веточками петрушки.

Состав: помидоры свежие – 6 шт., чеснок – 4 дольки, лук – 2 шт., зелень, рубленая петрушка – 2 ст. ложки, растительное масло – 2 ст. ложки, кефир – 0,5 стакана, соль, молотый перец.

### **Салат из свежих помидоров с листьями одуванчика**

Помидоры помыть, удалить плодоножку, нарезать на дольки. Очищенную морковь нарезать соломкой. Помидоры и морковь смешать, заправить кефиром, посолить и сверху посыпать рублеными листьями одуванчика.

Состав: помидоры – 6 шт., морковь – 6 шт., кефир – 3 стакана, рубленые листья одуванчика – 1,5 стакана, соль.

### **Салат из огурцов и помидоров**

Огурцы, помидоры, яблоко тщательно вымыть. Очищенные огурцы нарезать брусочками. Очищенный лук вымыть, нарезать соломкой и перышками. Яблоки нарезать мелкими, а помидоры крупными кубиками. Все продукты перемешать с растительным маслом, заправить солью и сахаром по вкусу. Салат выложить на блюдо, на листья зеленого салата.

Состав: свежие огурцы – 250 г, помидоры – 200 г, яблоко – 1 шт., репчатый лук – 1 шт., нарезанный зеленый лук – 1 ст. ложка, растительное масло – 3 ст. ложки, соль, сахар.

### **Салат из огурцов**

Огурцы очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками, залить уксусом и дать настояться под крышкой в течение 30 минут. Затем добавить масло, соль, перец, осторожно перемешать и подавать на стол.

Состав: огурцы – 4 шт., растительное масло – 1 ст. ложка, 9%-й уксус – 0,5 стакана, соль, перец.

### **Соус из овощей с огурцами и яблоками**



Вареные картофель и морковь нарезать на мелкие кусочки, огурцы, помидоры и яблоки – тонкими ломтиками, лук изрубить или натереть. Все продукты смешать с соусом, посыпать зеленью. Салат подать на стол сразу после приготовления, иначе он станет водянистым. Лучше всего подходит творожный соус. Салат можно и не перемешивать.

Состав: свежие огурцы – 2 шт., морковь – 2–3 шт., картофель – 2—3 шт., помидоры – 2 шт., лук – 1 шт., кислые яблоки – 2 шт., соус – 1 стакан, листовой салат, зелень.

### **Салат из огурцов с подорожником**

Вымытые молодые листья подорожника сначала положить в подсоленную воду (1 чайная ложка соли на 1 л воды), затем откинуть на дуршлаг и порубить, смешать с огурцами, нарезанными соломкой, добавить рубленый репчатый лук и вареное яйцо, посолить, поперчить, полить майонезом, посыпать рубленым укропом.

Состав: огурцы – 5 шт., подорожник – 20 листьев, яйцо – 1 шт., лук – 1 шт., соус или майонез – 4 ст. ложки, укроп – 2 ст. ложки, соль, перец.

### **Салат из огурцов с медом**

Свежие огурцы очистить, нарезать тонкими кружочками, полить медом.

Состав: огурцы – 4 шт., мед – 60 г.

### **Салат картофельный с яблоками**

Картофель отварить. Когда остынет, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Нарезать яблоки. Перемешать, добавить зеленый горошек, заправить майонезом, посыпать рубленой зеленью петрушки, укропа, сельдерея. Дать постоять, чтобы картофель пропитался соусом.

Состав: картофель – 400 г, зеленый горошек – 80 г, яблоко – 2 шт., рубленая зелень – 6 ч. ложек, майонез – 1 банка.

### **Салат из картофеля с рыбой**

Картофель очистить, нарезать кубиками. Рыбу сварить или поджарить. Все мелко нарезать. Продукты горкой выложить на блюдо, залить соусом и украсить зеленью.

Состав: вареный картофель – 6—8 шт., вареная рыба – 400 г или жареная рыба – 200 г, соленые помидоры или огурцы – 2 шт., зеленый лук или листовой салат – 100 г, майонез –

1 банка, укроп.

### **Салат витаминный**

Капусту морковь, зеленый лук мелко нарезать, очищенные яблоки пошинковать соломкой, все заправить лимонным соком, растительным маслом, вином и сиропом. Овощи выложить в посуду, полить сметаной и украсить персиками или абрикосами.

Состав: капуста – 25 г, морковь – 20 г, зеленый лук – 5 г, яблоки – 25 г, персики или абрикосы – 20 г, лимонный сок – 5 г, сметана – 15 г, вино (мадера), сироп, растительное масло – 5 г.

### **Салат из капусты с огурцами**

Капусту тонко нашинковать, перетереть с солью до появления сока, перемешать с нарезанными огурцами и укропом. Добавить по вкусу уксус, растительное масло и сахар.

### **Салат из капусты с клюквой**

Очищенную и сполоснутую капусту мелко нашинковать, яблоки нарезать или натереть на терке. Вымытую клюкву протереть сквозь сито, прибавить к остальным продуктам. Перемешать все со сметаной, заправить по вкусу солью, сахаром и перцем.

Состав: капуста – 500 г, клюква – 50 г, яблоки – 100 г, сметана – 0,5 стакана, соль, сахар, молотый перец.

### **Салат из белокочанной капусты с яблоками**

Целые сладкие яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать ломтиками, промытый сельдерей нарезать соломкой, белокочанную капусту – тонкой соломкой. Все продукты перемешать, заправить сахаром и уксусом.

Этот салат можно подавать к жареным и отварным мясным блюдам, к жареной рыбе, хорош он и как самостоятельное блюдо.

Состав: капуста – 500 г, сельдерей – 1 стебель, яблоки – 2 шт., 3%-й уксус – 0,25 ст. ложки, сахарный песок – 2 ст. ложки.

### **Салат из белокочанной капусты с листьями шиповника**

Капусту зачистить от загрязненных участков, промыть и натереть на крупной терке. Морковь натереть на мелкой терке. Сыр нарезать кусочками. Овощи соединить, добавить сыр, рубленые листья шиповника и массу перемешать. При подаче полить растительным

маслом. Украсить салат листьями шиповника.

Состав: белокочанная капуста – 0,3 шт., морковь – 2 шт., плавленый сыр – 100 г, рубленые листья шиповника – 0,5 стакана, растительное масло – 4 ст. ложки.

### **Салат из цветной капусты с помидорами**

Цветную капусту помыть, мелко порубить. Морковь помыть и натереть на крупной терке, лук и помидоры мелко порубить. Подготовленные овощи смешать, добавить соль и перец, заправить майонезом и сверху посыпать рубленым укропом.

Состав: цветная капуста – 1 головка, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., помидор – 1 шт., сметана – 4 ст. ложки, рубленый укроп – 2 ст. ложки, соль, перец.

### **Салат из кольраби**

Кольраби отварить до мягкости в подсоленной воде, остудить и нарезать кубиками. Стручок свежего или консервированного красного перца и помидоры нарезать тонкими ломтиками, лук изрубить. Все продукты смешать с соусом. Салатницу украсить листьями салата, укропом и ломтиками лимона.

Для приготовления соуса столовую ложку муки слегка поджарить на масле, развести половиной стакана овощного бульона и стаканом простокваши. Прокипятить в течение 5 минут, добавить по вкусу соль и процедить.

Состав: кольраби – 2—3 шт., красный перец – 1 стручок, лук – 2 шт., помидоры – 3 шт., майонез или соус из простокваши – 1 стакан, листья салата, укроп, ломтики лимона.

### **Салат из моркови с огурцом**

Вымытую и очищенную морковь натереть на крупной терке, смешать с измельченным вместе с кожурой огурцом, добавить рубленый укроп и сметанный соус.

Состав: морковь – 3—4шт. или брюква – 0,5шт., огурцы – 1—2 шт., укроп – 2 ст. ложки, сметанный соус – 0,5 стакана.

### **Салат из моркови или брюквы с крыжовником**

Овощи натереть, слегка смешать с компотом, заправить сахаром. Можно посыпать зеленью.

Состав: морковь или брюква – 400 г, компот из крыжовника или ревеня – 1 стакан, сахар

или мед.

### **Салат из моркови с облепихой**

К моркови, натертой на крупной терке, добавить облепиху, сметану или майонез и перемешать. Сахар положить по вкусу. Салат готовить за 30 минут до подачи к столу.

Состав: морковь – 7 шт., облепиха – 250 г, сметана – 150 г или майонез – 100 г, сахар.

### **Салат из моркови с яблоками**

Натереть морковь на мелкой терке, яблоки нарезать соломкой, добавить распаренный изюм, сметану, можно добавить немного сахара.

Состав: морковь – 4 шт., яблоки – 3 шт., изюм – 0,5 стакана, сметана – 4 ст. ложки.

### **Салат из моркови с апельсином**

Морковь очистить, разрезать по длине и удалить сердцевину, помыть, дать стечь воде. Смешать соль, сахарную пудру и сок лимона. Натереть в этот сок морковь и хорошо все перемешать. Добавить очищенные и нарезанные ломтики апельсина. Подавать салат сильно охлажденным.

Состав: морковь – 500 г, апельсин – 2 шт., соль, сахарная пудра – 1 ст. ложка, лимон.

### **Салат из моркови с медом**

Мелко нарезанную морковь смешать с медом, можно добавить еще истолченные орехи.

Состав: морковь – 300 г, мед – 2 ст. ложки, грецкие орехи – 2 ст. ложки.

### **Салат из моркови и свеклы**

Очищенные морковь, свеклу нарезать соломкой, уложить в посуду, заправить майонезом и сверху посыпать зеленым рубленым луком.

Состав: свекла – 1 шт., морковь – 2 шт., зеленый рубленый лук – 1 ст. ложка, майонез – 3 ст. ложки.

### **Салат из сладкого перца с помидорами**

Перец запечь в жарочной печи до получения красивого коричневого цвета, очистить от кожицы, нарезать в виде лапши, смешать с ломтиками помидоров, нарезанным кольцами луком, толченым чесноком, посолить, заправить соком лимона и растительным маслом, посыпать зеленью петрушки.

Состав: сладкий перец – 250 г, помидоры – 300 г, репчатый лук – 2 шт., растительное масло – 3 ст. ложки, чеснок – 2 дольки, соль, лимонный сок – 1 ч. ложка, зелень петрушки.

### **Салат смешанный**

К подготовленным листьям салата добавить ломтики свежих огурцов, помидоров, зелень укропа, петрушки, лука, полить соком лимона или уксуса с растительным маслом. Соль и сахар – по вкусу.

Состав: листья салата – 300 г, огурцы – 1 шт., помидоры – 1 шт., заправка – 0,3 стакана, соль, сахар.

### **Салат сельдереевый**

Яблоки и промытый сельдерей натереть на терке. Из воды, сахара, соли, лимонного сока приготовить заправку. Залить ею яблоки и сельдерей, перемешать со взбитыми сливками и хреном.

Сверху посыпать грецкими орехами.

Состав: сельдерей (корень) – 20 г, яблоки – 120 г, вода – 25 г, взбитые сливки – 30 г, тертый хрен – 10 г, орехи – 15 г, лимонный сок, соль, сахарный песок.

### **Салат с редисом**

Редис, сыр, вареный сельдерей нарезать соломкой, добавить майонез, соль, перец, сахарный песок, лимонный сок и все перемешать.

Состав: твердый сыр – 100 г, редис – 60 г, вареный сельдерей – 80 г, майонез – 70 г, сахарный песок, соль, лимонный сок.

### **Салат из редиса**

Редис измельчить на грубой терке, залить смешанным с водой лимонным соком, приправить сахаром и солью. Салат сбрызнуть растительным маслом и оставить на некоторое время отстояться.

Состав: редис – 400 г, лимон – 1 шт., сахарный песок, растительное масло – 1 ст. ложка.

### **Салат освежающий с редькой**

Редьку морковь, яблоки тщательно вымыть щеткой, очистить, снова вымыть и натереть на мелкой терке, хорошо перемешать. Добавить измельченный чеснок и цедру лимона. Сок лимона выжать в салат, вновь перемешать, чуть-чуть посолить.

Состав: редька – 2 шт., морковь – 2 шт., яблоки (антоновка) – 2 шт., чеснок – 2 дольки, лимоны – 0,25 шт., тертая цедра лимона – 0,5 ч. ложки, соль.

### **Салат из тыквы, яблок и дыни**

Тыкву мелко порубить, смешать с медом. Яблоки и дыню нарезать кубиками, смешать с тыквой и полить соком лимона.

Состав: тыква – 125 г, дыня – 125 г, яблоки – 125 г, мед – 50 г, лимонный сок.

### **Салат из тыквы с корнионами**

Недозревшую тыкву вымыть, очистить, разрезать пополам, удалить семена и нарезать толстыми (около 1 см) кубиками. Нарезанную тыкву опустить в кипяток, посолить, добавить кислоту, вскипятить, процедить, охладить. Выложить салат на блюдо, посыпать очень мелко изрубленными корнионами, солью и сахаром, сбрызнуть кислотой и растительным маслом, обложить сливой, посыпать зеленью.

Состав: тыква – 600 г, нарезанная смесь зелени (укроп, петрушка, сельдерей, сердечник, эстрагон) – 3 ст. ложки, корнионы – 100 г, маринованные сливы или груши, растительное масло – 3 ст. ложки, винный уксус, соль, сахар.

### **Салат из тыквы с медом**

Сырую тыкву нарезать мелкими кубиками, смешать с медом и оставить на 35—40 минут. Яблоки без сердцевины, репу или брюкву нарезать мелкими кубиками, соединить с тыквой, хорошо перемешать.

Состав: тыква – 300 г, репа или брюква – 1 шт., яблоки – 2 шт., мед – 3—4 ст. ложки.

### **Салат из баклажанов и сельдерея**

Баклажаны испечь, очистить, порубить кусочками, перемешать с отварными брусочками сельдерея и полить салатной заправкой.

Состав: баклажаны – 2 шт., корень сельдерея – 1 шт., растительное масло – 3 ст. ложки, уксус – 3 ст. ложки, сахар – 0,5 ч. ложки, соль, перец.

### **Острый салат из патиссонов**

Маленькие патиссоны вымыть и натереть на крупной терке, добавить мелко натертый репчатый лук, хрен, перец, горчицу, майонез, все хорошо перемешать. Выложить в салатницу и посыпать мелко нарубленным зеленым луком. Вместо патиссонов можно использовать кабачки. Салат можно также залить пикантным томатным соусом.

Состав: патиссоны – 2—3 шт., репчатый лук – 1 шт., тертый хрен – 2 ст. ложки, майонез – 0,5 стакана, зелень петрушки или укропа – 2 ст. ложки, зеленый лук, столовая горчица, перец.

### **Луковый салат**

Нарезанный кружочками лук положить в кипящую воду, смешанную с уксусом (две трети воды и одна треть уксуса) и немного поварить – до тех пор, пока лук не потеряет острого привкуса. Затем переложить его в миску, сбрызнуть растительным маслом, посолить и по вкусу добавить уксус.

Состав: лук – 400 г, соль, уксус, растительное масло – 2 ст. ложки.

### **Салат из репчатого лука**

Очищенный и вымытый лук нарезать тонкими ломтиками, яблоки вымыть и нарезать мелкими кубиками. Перемешать все со сметаной, приправить по вкусу солью, сахаром и перцем. Выложить на маленькое продолговатое блюдо, посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Состав: репчатый лук – 300 г, яблоки – 200 г, нарезанный зеленый лук – 1 ст. ложка, сметана – 100 г, соль, сахар, молотый перец.

### **Салат из репчатого лука с брюквой**

Лук и сельдерей натереть на мелкой терке, брюкву нарезать соломкой или натереть на крупной терке, все продукты смешать с соусом и уложить в салатницу. Посыпать рубленой зеленью.

Состав: лук – 3 шт., брюква – 75 г, сельдерей – 1 шт., майонез, сметанный соус или соус

из растительного масла, укроп или зелень петрушки.

### **Салат из репы**

Репу очистить от кожицы, сварить в подсоленной воде, охладить и нарезать ломтиками. Лук и зелень мелко нарезать, перемешать и полить горчичной заправкой.

Состав: репа – 100 г, зеленый лук – 5 г, петрушка, укроп, горчичная заправка.

### **Салат «Вкусный»**

Абрикосы нарезать, перемешать с клубникой, сбрызнуть лимонным соком. Подавать в посуде со взбитыми с сахаром сливками и тертыми орехами.

### **Салат «Вечерний»**

Сладкие яблоки почистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой, мандарины почистить и разделить на дольки, все перемешать и заправить сиропом.

Подавать в посуде, посыпав тертым шоколадом.

Состав: яблоки – 2 шт., мандарины – 2 шт., шоколад – 50 г, сироп – 30 г.

### **Салат фруктово-овощной**

Подготовленные яблоки, морковь, капусту, сладкий красный перец и мякоть яблок нарезать соломкой, сливы (без косточек) – на четыре части, апельсины – ломтиками. Цедру измельчить на терке. Все смешать, слегка посолить и заправить сметаной или сливками.

При подаче на стол салат посыпать тертой цедрой, оформить ломтиками апельсинов.

Состав: апельсины, яблоки, сливы – по 150 г, морковь – 2 шт., белокочанная капуста – 100 г, сладкий перец – 100 г, сметана – 0,8 стакана, соль.

### **Салат из лимонов и яблок**

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать тонкими ломтиками. Лимоны очистить, удалить зерна, мякоть мелко нарезать. Яблоки и лимоны уложить слоями в салатницу, посыпав каждый лимонный слой сахаром. На 2—3 часа поставить в холодное место.

Состав: лимоны – 2 шт., яблоки – 4 шт., сахар – 150 г.



### **Салат праздничный**

Дыню и арбуз нарезать кубиками, ядра грецких орехов измельчить, лимон нарезать вместе с цедрой, удалив семена, все перемешать, добавив ягоды черного винограда. Для того чтобы оформить салат, следует взять целый арбуз (или дыню) и вырезать из него вазу в виде корзины с ручкой. Мякоть удалить и использовать для приготовления салата. Готовый салат поместить в корзину из арбузной корки, посыпать сахарной пудрой, заправить коньяком и поставить на 1 час в холодильник.

Состав: спелая желтая дыня – 300 г, спелый арбуз – 300 г, черный виноград – 1 гроздь, грецкие орехи – 100 г, лимон – 1 шт., сахарная пудра – 100 г, коньяк – 100 г.

### **Салат из персиков и груш**

Персики и груши, освобожденные от сердцевин, нарезать кубиками, лимон вместе с цедрой нарезать мелкими кусочками, удалив семена, все перемешать, посыпать сахарной пудрой либо шоколадом (20 г).

Состав: персики – 200 г, груши – 200 г, лимон – 1 шт., сахарная пудра – 50 г.

### **Салат из рябины**

Спелые, мягкие, неиспорченные ягоды рябины промыть, дать стечь воде, размять, добавить натертые на мелкой терке овощи и сахар, подержать 1 час в прохладном месте, чтобы сахар растаял. Для смягчения вкуса рябины ее можно ошпарить кипятком, добавить соус.

Состав: рябина – 2,5 стакана, сахар, свекла или репа – 1 шт., сельдерей – 0,5 шт., брюква – 1 ломтик, сметанный соус – 0,5 стакана.

### **Салат из дыни и слив**

Дыню очистить, нарезать тонкими ломтиками и положить на блюдо. Из слив удалить косточки, разрезать пополам и вместе с толчеными орехами уложить на кусочки дыни. Сбрызнуть соком, в который предварительно добавлен мед. При желании залить густым сладким сметанным соусом или взбитыми сливками с небольшим количеством сахара. Соус и сливки можно подать отдельно.

Состав: небольшая дыня – 1 шт., сливы – 1,5 стакана, толченые орехи – 2 ст. ложки, мед – 2—3 ст. ложки, кислый сок – 2 ст. ложки, сладкий сметанный соус или взбитые сливки – 0,5 стакана.

### **Салат из клюквы**

Клюкву промыть, размять деревянной ложкой, заправить сахаром. При желании добавить тертую морковь, брюкву, репу или сельдерей, немного уменьшив количество клюквы.

Состав: клюква – 2—3 стакана, сахар, морковь – 1—2 шт. или капуста – 100 г, брюква – 1 ломтик, репа – 1—2 шт., редька – 1 шт., сельдерей – 1 шт.

### **Салат из брусники**

Промытые и очищенные ягоды можно оставить целыми или размять, добавить сахар и держать 15—20 минут, чтобы сахар растаял. При желании добавить тертые овощи, несколько уменьшив количество брусники.

Состав: брусника – 2—3 стакана, сахар, морковь – 1—2 шт. или капуста – 100 г, брюква – 1 ломтик, репа – 1—2 шт., редька – 1 шт., сельдерей – 1 шт.

### **Салат из грейпфрутов**

Грейпфруты и апельсины очистить от кожуры, нарезать кружочками прямо в тарелке или салатнице, чтобы не вытек сок, посыпать сахаром. Сверху салат украсить взбитыми с сахарной пудрой белками.

Состав: грейпфруты – 2 шт., апельсины – 2 шт., яйцо (белок) – 1 шт., сахар — 1 ч. ложка, сахарная пудра.

### **Салат «Цветущий сад»**

Из слив вынуть косточки и нарезать дольками, яблоки и груши нарезать ломтиками, все перемешать, полить клубничным сиропом и выложить в креманку, сверху положить шапкой взбитые сливки с сахарной пудрой, посыпать тертыми орехами.

Состав: сливы – 100 г, яблоки – 75 г, груши – 75 г, орехи – 30 г, сахарная пудра, сливки – 50 г, сироп – 30 г.

### **Салат «Оранж»**

Сварить винный сироп. Для этого вино, сахарный песок, воду прокипятить и остудить. Апельсины, яблоки очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Все перемешать и залить приготовленным сиропом.

Подавать в креманках, посыпав сверху апельсиновой цедрой.

Состав: апельсины – 2 шт., яблоки – 2 шт., сахарный песок – 60 г, вино – 60 г, апельсиновая цедра – 20 г, вода – 30 г.

### **Десертный салат**

Яблоки вымыть, снять кожицу, вынуть сердцевину, нарезать тонкими ломтиками, добавить несколько долек апельсина или лимона, уложить в салатницу, посыпать сахарной пудрой и измельченными орехами. Вместо орехов можно заправить салат сырыми желтками, растертыми с сахарной пудрой.

Состав: яблоки – 5—6 шт., апельсин или лимон – 1 шт., сахарная пудра – 1 ст. ложка, орехи – 50 г или сырые желтки – 2 шт.

### **Салат из слив и яблок**

Сливы и яблоки взять в равной пропорции, нарезать некрупно, заправить сырым яичным желтком, растертым с сахаром.

Состав: фрукты – 200 г, желток – 1 шт., сахарный песок – 1 ст. ложка.

### **Салат из яблок, моркови и изюма**

Морковь натереть на мелкой терке, яблоки нарезать соломкой. Распарить изюм и добавить в салат. Все заправить сладкой сметаной и перемешать.

Состав: яблоки – 3 шт., морковь – 3—4 шт., изюм – 0,5 стакана, сметана – 0,5 стакана, сахар – 1 ч. ложка.

### **Салат из черной смородины и моркови**

Морковь, лучше каротель, натереть на крупной терке, добавить полстакана очищенной от плодоножек черной смородины, немного зелени петрушки, посолить, заправить сметаной.

Состав: морковь – 2 шт., черная смородина – 0,5 стакана, зелень петрушки – 1 ст. ложка, сметана – 1—2 ст. ложки, соль.

### **Салат из бананов со сливками**

Бананы и мандарины очистить, нарезать кусочками, смешать со сливками.

Состав: бананы – 600 г, сладкие сливки – 200 г, мандарины – 200 г.

### **Фруктовый салат «Солнечный»**

Абрикосы, сливы и черешню освободить от косточек, нарезать кусочками, смешать со смородиной и заправить майонезом, смешанным со сгущенным молоком.

Состав: абрикосы – 200 г, сливы – 200 г, желтая черешня – 200 г, смородина – 100 г, майонез – 200 г, сгущенное молоко – 100 г.

### **Салат из груш, вишни и слив**

Груши очистить, удалить из них сердцевину поварить в небольшом количестве воды с сахаром, охладить, нарезать кусочками, из вишни удалить косточки, сливы разрезать пополам, удалить косточки, все перемешать, добавить сахар и сливки.

Состав: груши – 300 г, вишня – 100 г, слива – 100 г, сахар – 100 г, сливки – 150 г.

### **Таблица перевода мер продуктов в граммы**

Как определить «на глазок» необходимое по рецепту количество того или иного продукта. Выход один – не взвешивать, а измерять объем!

	стакан (250 мл)	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.
Мука пшеничная	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Сухари молотые	125	15	5	—
Крупа гречневая	10	25	7	—
Крупа «Геркулес»	90	12	6	—
Крупа перловая	230	25	8	—
Крупа ячневая	180	20	8	—
Рис	230	25	9	—
Саго	180	20	7	—
Пшено	220	25	8	—
Фасоль	220	30	10	—
Горох нелущеный	200	—	—	—
Горох лущеный	230	25	10	—
Мак	155	15	5	—
Толченые орехи	120	20	6—7	—
Какао	—	20	10	—
Горчица	—	—	4	—
Перец душистый	—	—	4,5	—
Перец красный молотый	—	—	1	—
Перец черный	—	—	5	—
Гвоздика молотая	—	—	3	—
Гвоздика немолотая	—	—	4	—
Сахарный песок	200	30	12	—
Сахарная пудра	190	25	7—8	—
Соль	325	30	10	—
Уксус	250	15	5	—
Желатин (листик)	—	—	—	2,5
Желатин (порошок)	—	15	5	—
Масло животное топленое	245	20	5	—
Масло сливочное	210	40	15	—
Масло растительное	230	20	—	—
Мargarин топленый	—	14	—	—
Сало топленое	—	12	—	—
Смалец нерастопленный	230	60	—	—
Смалец растопленный	200	40	—	—
Молоко цельное	250	20	5	—
Молоко сгущенное	—	30	12	—
Сметана	250	25	10	—
Яйца	—	—	—	45—65
Яичный белок	—	—	—	30
Яичный желток	—	—	—	20

Примерное содержание пряностей в 1 грамме.

Лавровый лист (среднего размера)	7 шт.
Гвоздика	12 шт.
Перец горький	30 шт.
Перец душистый	15 шт.

Сведения о массе 1 штуки пищевых продуктов.

Картофель	100 г
Морковь	75 г
Томат	100 г
Огурец	100 г
Петрушка (корень)	50 г
Банан	70 г
Апельсин	100—150 г
Яблоко	100—120 г

**Автор:** Эдуард Алькаев

**Издательство:** Центрполиграф

**ISBN:** 5-227-01435-3

**Год:** 2001

**Страниц:** 320