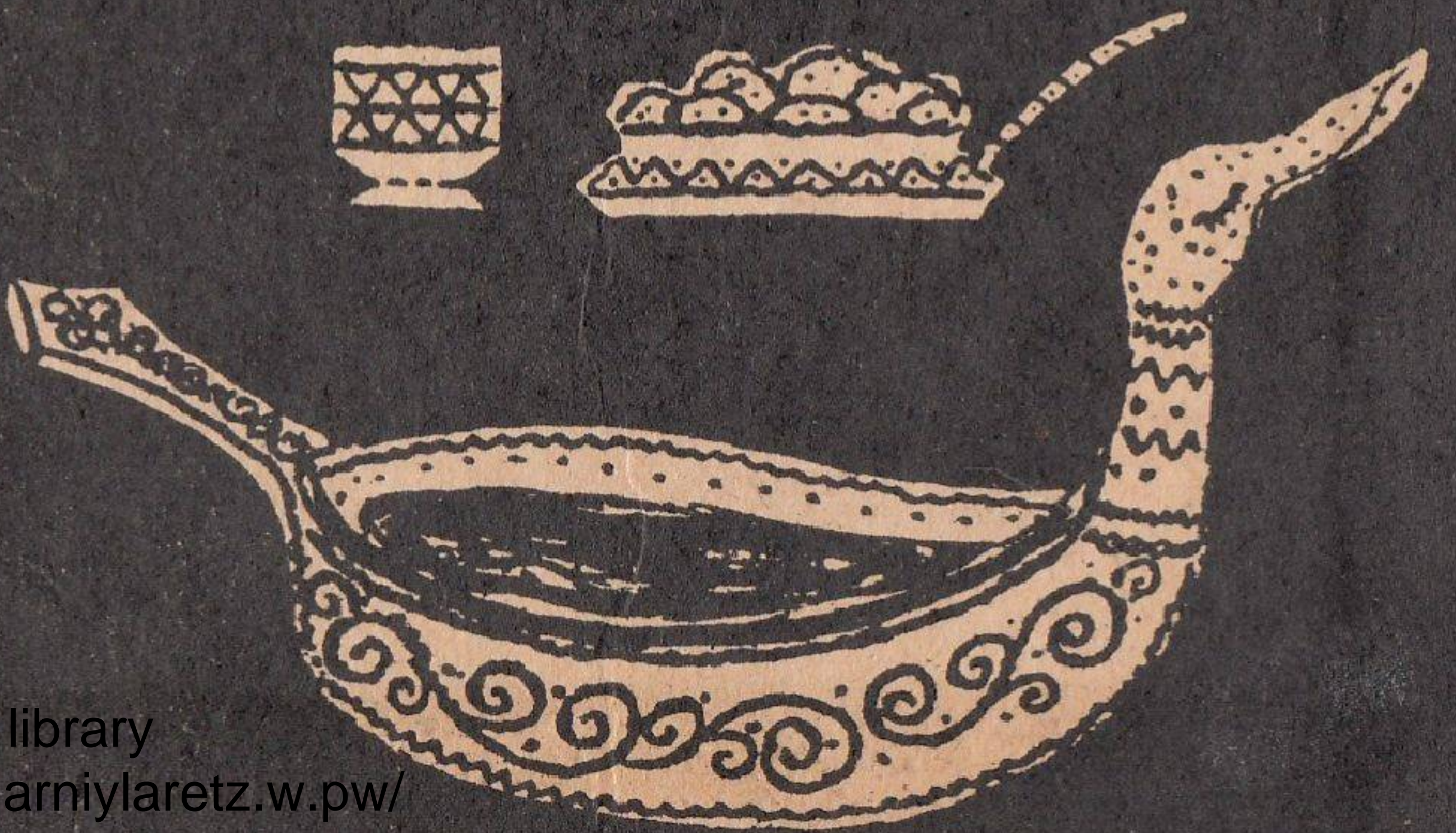
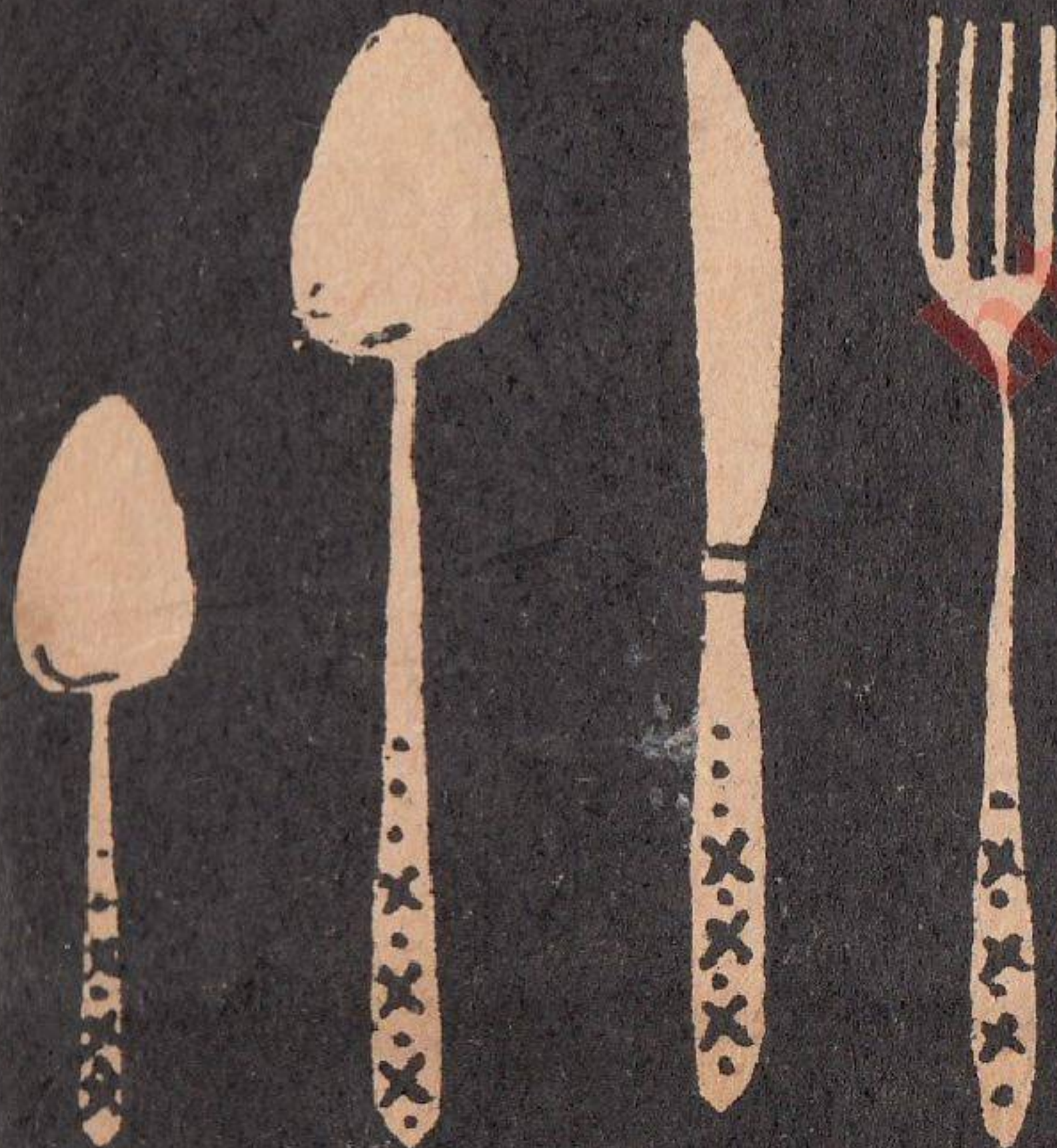
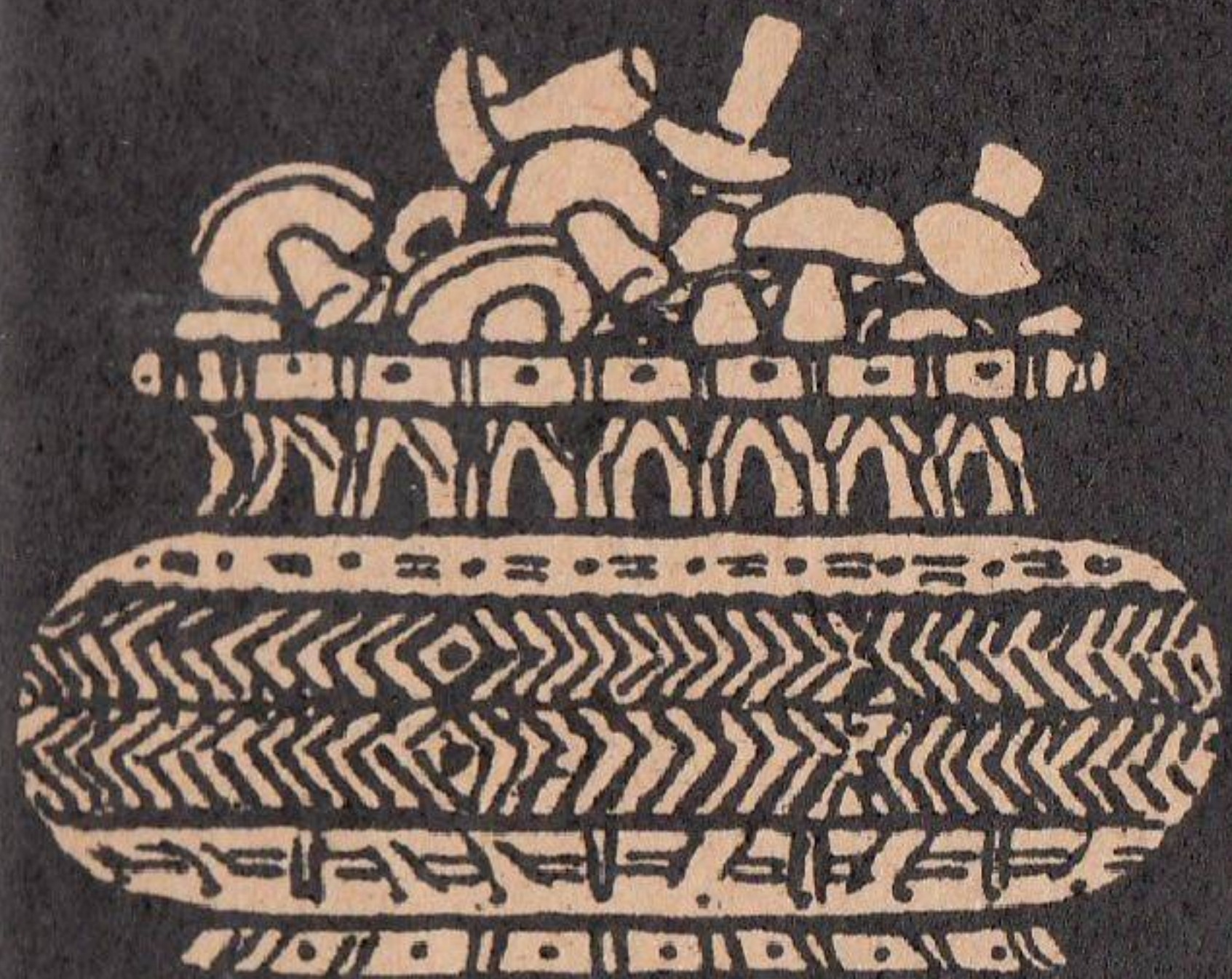


ПРИКАМСКАЯ КУХНЯ

Library
<http://kulinarniy.laretz.w.pw/>

ПРИКАМСКАЯ КУХНЯ



ПРИКАМСКАЯ КУХНЯ



ПЕРМСКОЕ КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО

1967

library

<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>

Library
<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

СОСТАВИТЕЛЬ Т. П. ЧЕРНОВА

3-17-1

library
<http://kulinarniylaretz.w.pw/>
<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>

В «Повести временных лет» есть два северных рассказа про диво дивное...

«...Есть горы, упирающиеся в луку морскую, высотой до неба... Путь же к тем горам непроходим из-за пропастей, снега и леса...».

«...Живы еще те люди,— пишет летопись,— которые сами видели, как спустится туча и из тучи той выпадут белки молоденькие, будто только родившиеся, и выросши расходятся по земле, а в другой раз выпадет другая туча, и из нее выпадают оленцы маленькие и выросши расходятся по земле...»

Горы, упирающиеся в луку морскую,— это, конечно, Урал, край земли, до которого в те годы могли добраться только самые отчаянные новгородские ушкуйники. Но шли в суровый далекий край и другие русские люди—крестьяне, бежавшие от непосильных княжеских оброков на свободные, вольные земли. Здесь, в глухих, еще не обжитых лесах, ставили они добротные избы из кондового леса и начинали житье-бытье. Землю приходилось отвоевывать у леса, а мяса, рыбы, грибов и ягод было предостаточно.

Но и до прихода русских, несколько веков назад, на месте сегодняшнего Коми-края жили родановские племена — предки коми-пермяков, коренных жителей Перми Великой. Родановцы жили в деревянных постройкиках и занимались земледелием: сеяли ячмень, рожь, овес, сажали корнеплоды. Продукты скотоводства и охоты дополняли «стол» родановцев.

Что же ели наши предки? Сажали репу — она была вместо картофеля вторым хлебом. Пекли лепешки из ячменя. Варили каши из толстых круп. Ели в больших количествах лук, грибы, ягоды. Ловили рыбу. Зимой жарили строганину: мерзлое мясо можно было только строгать маленькими ку-

сочками. Одним из самых дорогих продуктов была в нашем соляном крае — соль. За маленькое ведерко соли пармаэки отдавали сорок соболей. И хотя пермяки сами сеяли и выращивали хлеб — его все равно не хватало: уж больно суров был край. Частые неурожаи вынуждали сельчан уходить в леса на охоту, запасать на холодные зимы клюкву, бруснику, сушить грибы.

С появлением в крае Строгановых стал богаче рынок. Товар, в том числе и хлеб, привозили строгановские посланцы, а взамен увозили из Перми Великой в Россию соболей да соль камскую.

Развиваются и растут города, в которых рядом живут русские и коми-пермяки. Примером может служить Кергедан — по-комипермяцки «город в устье реки», по-русски «орел-городок».

На усадьбе коми-пермяцкого ремесленника, жителя Кергедана, были изба, баня, сарай, хлев. В хлеву жил домашний скот. Во дворе кудахтали куры. Горожанин заготавливал на зиму квашеную капусту. По-прежнему любили пермяки рыбу — ели стерлядь, сома, язя, леща и особенно много ели щуки.

В Прикамье всегда любили принимать гостей. Угощали всевозможными пирогами, кашами, рыбой жареной, подавали «пельняни» (пельмени) из грибов, капусты, редьки и мяса. Варили «сур» — пиво: для мужчин — покрепче, а послабее — для женщин. В семьях побогаче подавали на стол гостям вареные языки.

Но если в городах жизнь улучшалась, то в деревнях крестьяне нищали. Приходилось к хлебу примешивать лебеду и кору. Главной едой в деревне становились капуста, картошка да лук. Капусту ели «вхолостую», из картошки варили студень — вроде пюре, только с добавлением хрена. Ели

много гороха — варили горошницу или кисель гороховый. Но самым употребимым блюдом пермяков была тертая редька с квасом, луком или просто с водой. Весной варили из полевых хвощей (в народе их называют пестиками) селянку или стряпали пироги. Еще Радищев, проезжая через Прикамье в 1797 году, обратил внимание на употребление пестиков.

Летом готовили похлебку из грибов — губницу. Любили каши из ячменной крупы. Варили щи постные, ушно — похлебку из ливера. На базарах продавался с возов дежень — напиток из молока с толокном. Кроме того, толокно густо замешивали на простокваше — это кушание называлось сухомес. Любили простоквашу.

Из теста делали очень много кушаний. Пироги, согнутые вдвое, — сгибни — с картошкой, капустой, грибами, луком, свеклой. Пекли ярушники — ячменный хлеб в виде булок: на ржаной сочень накладывалось кислое ячменное тесто. Так же пекли гречушники — из гречи, хлопанцы — из гороха. Делали шаньги с наливкой из гороха, муки, картошки, творога.

На скорую руку готовили заварухи — горячее тесто из ячменной муки с маслом. Еще были колобки — пшеничные и конопляные, сваренные в молоке. Получалось что-то вроде молочной лапши. Любили пить чай с листьями малины, земляники, а также сушеной свеклой и морковью.

Трудно сказать, какие именно блюда исконно пермяцкие, какие привезены сюда русскими и другими народами, проходившими по нашей земле и оставившими здесь свой след. Однако бесспорно, что климат края, суровые условия жизни и сама лесная сторона с ягодами и грибами не могли не сказаться на нашей кухне.

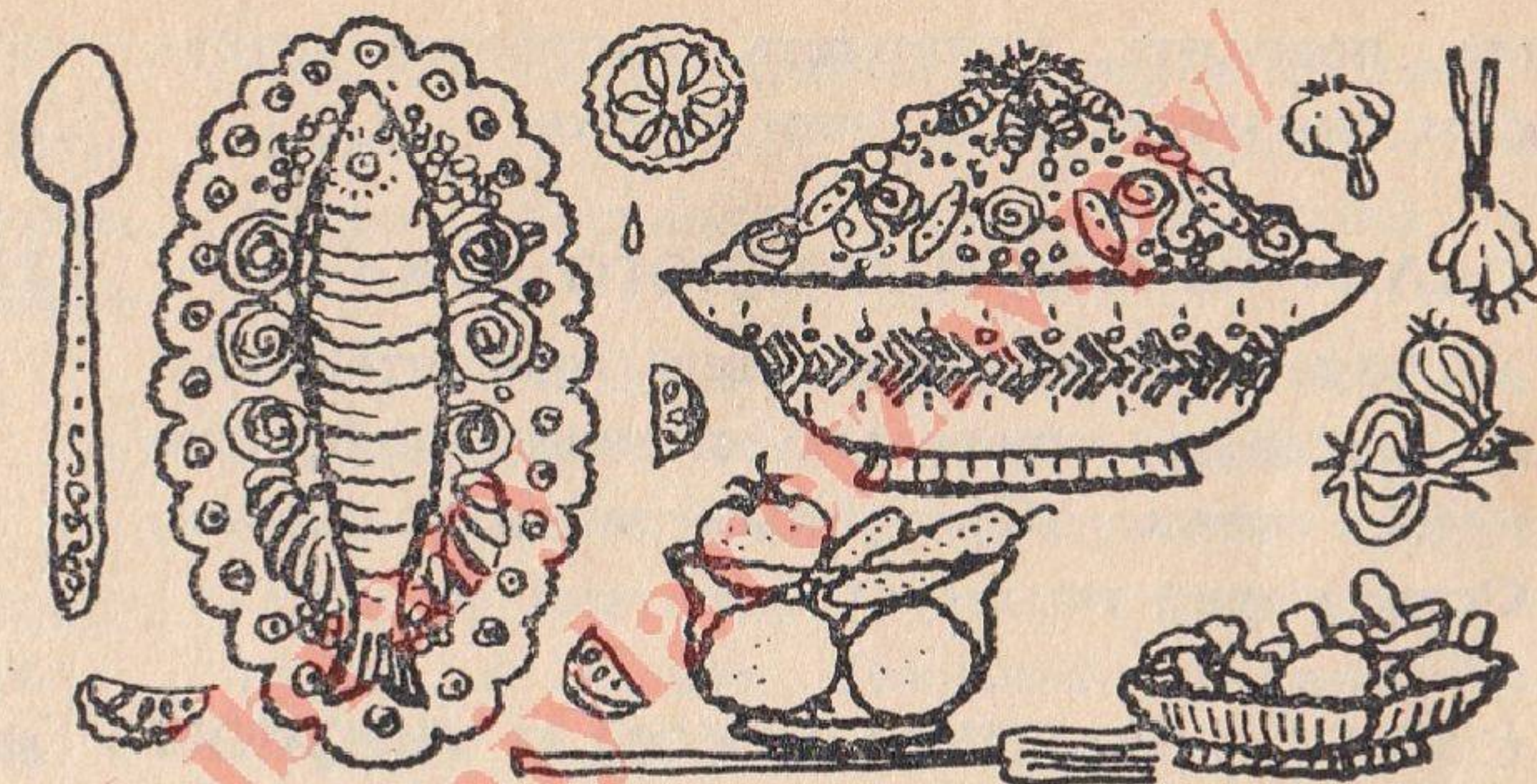
Многое изменилось за последние пятьдесят лет. Ушли в прошлое заварухи и толкуши, никто теперь не ест редьку с водой. Но по-прежнему в

Прикамье любят и умеют варить каши, стряпать пироги, шаньги, едят много редьки и хрена — теперь в качестве закусок и приправ — и по-прежнему редкий праздничный стол в доме обходится без пельменей. Правда, незаслуженно забыты пельмени из редьки и рыбы, грибов и капусты: люди живут хорошо, с достатком и стряпают поэтому чаще мясные пельмени.

В сборнике «Прикамская кухня» мы попытались напомним некоторые из старых рецептов, полезных, на наш взгляд, и сегодня. В то же время в него вошли и новые кушанья, появившиеся в наши дни.

Будем рады, если предложенные в этой книге блюда появятся на вашем столе.

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ



Лук, редька, морковь и капуста, горох и репа — уральские овощи. Из лука и редьки на Урале делают и салаты, и закуски, и пироги, и пельмени.

Советуем и современным хозяйкам не пренебрегать луком и редькой. Вот несколько рецептов.

САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЛУКА

Луку зеленого 150 г, сметаны 20 г,
 $\frac{1}{4}$ яйца. Укроп и соль по вкусу*.

Очищенный и промытый зеленый лук нарезать, посолить, добавить сметану. Сверху посыпать измельченным крутым яйцом.

* Здесь и в дальнейшем расход продуктов дан из расчета на одну порцию.

ЛУКОСОВ (коми-пермяцкое блюдо)

Готовят из зеленого лука, который надо мелко нарезать, круто посолить, потолочь, залить водой. Есть с черным хлебом.

В русских деревнях лук заливают квасом, реже — растительным маслом.

ЛУК С УКСУСОМ

Лук (лучше синий) нарезать кружочка- 9

ми, посолить, поперчить, заправить уксусом, посыпать сахарным песком.

САЛАТ ИЗ ЯИЦ И ЗЕЛЕНОГО ЛУКА

Сваренные вкрутую яйца очистить, мелко нарезать, тщательно смешать со сметаной и мелко нарезанным зеленым луком. Соль, перец по вкусу.

САЛАТ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ И УКРОПОМ

Салату 200 г, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана; зеленый лук, укроп, соль, уксус, сахар.

Салат промыть, дать стечь воде, листочки разрезать на крупные части. Полить заправкой, состоящей из сметаны, соли, уксуса, сахара; посыпать зеленым луком и укропом.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ СО СМЕТАНОЙ

Редьки 90 г, зеленого луку 30 г, сметаны 20 г; укроп, соль.

Очищенную и промытую редьку натереть на терке, добавить мелко нарезанный зеленый лук; все смешать, посолить. Заправить сметаной. Вместо сметаны некоторые

хозяйки с успехом используют майонез. Тоже вкусно!

РЕДЬКА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ

Редьки 100 г, зеленого луку 20 г, масла растительного 20 г; уксус, соль, сахар.

Очищенную и промытую редьку нарезать ломтиками, посолить, положить по вкусу сахар, уксус. Заправить конопляным или подсолнечным маслом. Можно добавить зеленый лук или лук-репку.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И ЛУКА

Редьки 100 г, зеленого луку 25 г, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана, помидоров 1 шт. (или салату 25 г), соль.

Первый способ. Редьку тщательно промыть, очистить, натереть на крупной терке, слегка отжать и посолить. Мелко нарезать лук, смешать с редькой. Заправить салат сметаной и украсить дольками помидора.

Второй способ. Готовую редьку заправить сметаной, засыпать зеленью петрушки, украсить листьями салата.

РЕДЬКА С МОРКОВЬЮ

Вымыть овощи. Редьку и морковь натереть на крупной терке. Редьку отжать, смешать с морковью. Посолить. Заправить майонезом или сметаной.

РЕДЬКА С МАЙОНЕЗОМ

Редьку помыть, натереть, отжать, посолить, заправить майонезом.

МОРКОВЬ ТЕРТАЯ

Первый способ. Вымытую и вычищенную морковь натереть на терке. Посыпать сахарным песком и заправить сметаной. Можно кушать и просто с сахарным песком.

Второй способ. Морковь готовится так же, но сверху украшается зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ХРЕНА

Хрену 60 г, сахару 10 г (или яблок 50 г), масла растительного или оливкового 10 г, уксус, соль.

Измельченный на терке хрен залить 1—2 ст. ложками кипятку. Прибавить са-

хар или измельченные на терке яблоки. Заправить по вкусу уксусом, растительным маслом, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И ХРЕНА

Морковь, яблоки, хрен тщательно вымыть, очистить, натереть на терке. Перемешать со сметаной. Заправить по вкусу сахаром и солью. Посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ХРЕНА И ЯИЦ СО СМЕТАНОЙ

Хрену 60 г, одно яйцо, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана; сахар, уксус, соль.

Хрен промыть и натереть. Сваренное вкрутую яйцо мелко порубить, затем растереть со сметаной и смешать с хреном. Заправить по вкусу сахаром, уксусом и солью. Этот салат можно использовать для приготовления бутербродов с колбасными изделиями.

САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С РЕДИСКОЙ

Салату 100 г, огурцов 50 г, редису 25 г, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана; зеленый лук, сахар, уксус, соль.

Салат промыть, нарезать на крупные ча-

сти. Нарезанные огурцы и редиску добавить к салату, заправить сметаной, смешанной с уксусом, солью и сахаром. Сверху салат посыпать зеленым луком.

САЛАТ ИЗ РЕДИСКИ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ

Редису 100 г, одно яйцо; сметана, соль.

Сваренное вкрутую яйцо охладить, мелко нарезать. У вымытой редиски обрезать хвостики, а затем натереть ее на крупной терке и смешать с яйцом и сметаной. Для остроты и декоративности можно прибавить несколько листьев молодой редиски. Соль по вкусу.

САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ

Первый способ. Салат перебрать, вымыть, нарезать крупными кусочками. Посолить по вкусу. Залить сметаной и осторожно перемешать. Перед подачей на стол посыпать укропом или зеленым луком.

Второй способ. Салат приготовить так же, украсив вареными яйцами, нарезанными кружочками.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ

Огурцов 200 г; сметана, соль, укроп, перец.

Вымытые и очищенные огурцы нарезать тонкими ломтиками. Посыпать солью, перцем, полить сметаной, смешанной с уксусом и солью. Сверху посыпать салат укропом.

Подают к мясным и рыбным блюдам, жареному мясу и рыбе и как отдельное блюдо.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

Из помидоров можно приготовить множество вкуснейших закусок. И хотя этот овощ не является исконно уральским, сейчас он получил в Прикамье постоянную прописку.

Едят помидоры чаще всего в салатах.

Помидоров 100 г, огурцов 250 г, 1 головку луку, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана. Петрушка, укроп, соль по вкусу.

Первый способ. Вымытые овощи — помидоры, свежие огурцы, а также лук — нарезать кружочками. Залить сметаной, посолить, украсить петрушкой, укропом. Вме-

сто лука репчатого можно использовать зеленый.

Второй способ. Салат готовится так же, но заправляется растительным маслом и уксусом.

Третий способ. 200 г помидоров и нарезанный лук заправить сметаной или заправкой из растительного масла и уксуса.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

Капусты 120 г, уксусу 5 г, растительного масла 5 г; перец, соль.

Обыкновенную капусту нашинковать, посыпать солью и перетирать до выделения сока. Отжать. Заправить растительным маслом и уксусом. Любители острого посыпают салат молотым красным перцем. Можно добавить нарезанный свежий помидор или яблоко.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Квашеную капусту подсластить сахаром, добавить в нее клюквы или брусники, заправить растительным маслом. Можно добавить нарезанные ломтиками свежие или моченые яблоки.

САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ

Одно небольшое яблоко, один помидор, огурец, морковка и репка; лук, уксус, соль, сметана, хрен.

Яблоки с кожурой натереть на терке и перемешать с мелко нарезанным луком, тертым хреном, ломтиками помидора и стурца, мелко нарезанными репой и морковью. Заправить уксусом и сметаной. Украсить зеленью.

Можно исключить хрен и лук, заменив их дыней.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

Свеклы 150 г, сахару 10 г; уксус, масло растительное, соль.

Вареную свеклу очистить, нарезать ломтиками. Заправить сахаром, уксусом, маслом. Сверху посыпать укропом или зеленью петрушки.

К этому салату можно добавить вареный картофель или яблоки. Можно то и другое.

САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (зимний)

Одна морковка небольшая, редька, две вареные картофелины в кожуре,

головка луку, долька чесноку; соль, сахар, масло растительное.

Натереть на терке морковь, редьку и лук. Вареный картофель очистить, нарезать и перемешать с толченым чесноком. Заправить растительным маслом и уксусом.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ

Вареный картофель очистить. Нарезать тонкими ломтиками, прибавить мелко нарезанный (нарубленный) репчатый или зеленый лук. Салат заправить солью, перцем, уксусом, растительным маслом. Украсить зеленью петрушки.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ

Картофеля 100 г, луку 2 головки, огурцов 100 г; масло, уксус, горчица.

Вареный картофель очистить. Нарезать тонкими ломтиками. Нарезать кружочками лук. Добавить нарезанные соленые или маринованные огурцы. Все это залить заправкой из смеси растительного масла, горчицы, уксуса. Салат посолить слегка и украсить зеленью (луком, укропом или петрушкой).

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ ДЕРЕВЕНСКИЙ

Вареный холодный картофель очистить от кожуры, посыпать укропом, петрушкой, зеленым луком. Залить картофель салатной заправкой: 2 ложки растительного или горчичного масла, 2 ложки сливок, 2 ложки уксусу, перец молотый черный.

ЗУРИНСКИЙ САЛАТ

(из удмуртской кухни)

Редьки 50 г, картофеля 1 шт., огурцов 30 г, луку зеленого 20 г, салату зеленого 10 г, сметаны 20 г, студня 20 г; соль, уксус.

Промытую и очищенную свежую редьку нарезать ломтиками и посолить. Отдельно нарезать соломкой вареный картофель и свежие огурцы, посолить. Все перемешать, заправить сметаной, добавив по вкусу сахар и уксус.

Готовый салат уложить в салатницу горкой, украсить зеленым салатом или петрушкой, полить сметаной, по краям положить нарезанный зеленый лук и студень.

ИЖЕВСКИЙ САЛАТ

Мяса курицы или кролика 100 г, огурцов свежих или соленых 30 г, половина яйца, одна картофелина, салату 20 г, майонезу 20 г, сметаны 10 г, соуса «Южный» 5 г, грибов маринованных 25 г, помидоров 1 шт., зеленого горошку 2 ст. ложки. Перец черный, соль по вкусу.

Сваренный и очищенный картофель нарезать кубиками, маринованные грибы, свежие или соленые огурцы (по сезону) и крутое яйцо нарезать тоже кубиками, добавить салат и лук зеленый. Посолить, поперчить, положить сметану, майонез и соус «Южный». Осторожно перемешать.

На низ салатника положить листья салата, затем приготовленную смесь посыпать зеленью, с боков украсить ломтиками вареного мяса курицы или кролика и крутым яйцом. Сверху положить нарезанные помидоры и зеленый горошек.

САЛАТ «КАПРИЗ»

Вареный язык, ветчину, кусочки вареного цыпленка и маринованные грибы наре-

зать соломкой или лапшой. Заправить черным перцем и уксусом, смешанным с растительным маслом, горчицей и солью.

ЛЕСНОЙ САЛАТ

Его готовят из даров уральского леса — грибов и клюквы. Маринованные или соленые грузди, рыжики, белые грибы и вареный очищенный картофель нарезать. Добавить мелко нарезанный зеленый лук (или репчатый кружочками). Все перемешать. Заправить обычной салатной заправкой или растительным маслом. Посыпать зеленью, украсить мелкими целыми грибочками и клюквой.

УРАЛЬСКОЕ АССОРТИ

В одно блюдо сложите красные помидоры, рядом — соленые огурчики, капусту соленую (пластами). Украсьте блюдо клюквой или брусникой. Уральское ассорти готово.

Это яркое и вкусное блюдо — украшение любого праздничного стола.

САЛАТ «УРАЛ» (фирменное блюдо пермского ресторана «Урал»)

Говядины 40 г, колбасы вареной 25 г, ветчины вареной 25 г, картофеля 50 г, огурцов соленых 30 г, зеленого горошку 20 г, одно яйцо, 2 ст. ложки соуса «Южный», майонезу или сметаны 40 г.

Вареное мясо, ветчину, колбасу нарезать широкими ломтиками толщиной в 2 мм. Вареный картофель тоже нарезать ломтиками. Соленые огурцы очистить от кожицы и удалить семена, а потом нарезать ромбиками. Подготовленные овощи вместе с зеленым горошком заправить майонезом и соусом «Южный».

Уложить горкой. Мясные продукты свернуть трубочкой и уложить вокруг горки попеременно с кусочками вареного яйца, нарезанного полумесяцем. Блюдо украсить листьями салата.

САЛАТ «ДРУЖБА» (фирменное блюдо пермского кафе «Дружба»)

Куры 125 г, картофеля 15 г, огурцов 15 г, зеленого горошку 10 г, морко-

ви 1 шт., сливы консервированной 20 г, одно яйцо, соуса «Южный» 2 ст. ложки, майонезу 30 г.

Овощи режут тонкими ломтиками. Часть овощей заправляют соусом «Южный», майонезом и укладывают горкой вместе с кусочками отварной курицы. Для оформления используют консервированную сливу и яйцо, натертое на мелкой терке. Вокруг основной салатной горки укладывают букеты из остальных овощей и сливы.

САЛАТ «СПУТНИК» (фирменное блюдо пермского кафе «Спутник»)

Куры 125 г, картофеля 30 г, огурцов свежих 30 г, одно яйцо, майонезу 50 г, зеленого горошку 20 г, зелень.

Овощи нарезать кубиками, смешать с вареным яйцом и майонезом. Куриное мясо пропустить через мясорубку, сделать фрикадельки и отварить. Затем готовые фрикадельки смешать с овощами. Салат выложить горкой, украсить яйцом, зеленым горошком и зеленью (по сезону).

ЗАКУСКИ

СТУДЕНЬ

Можно приготовить из свиных, говяжьих, бараньих ног, губ, голов. Продукты — ноги, губы, головы — обдать кипятком, тщательно промыть, залить холодной водой (на 1 кг — 1,5 л воды). Варить 6—8 часов, чтобы мякоть отделялась от костей. При варке добавлять петрушку, морковь, соль, лук, черный перец.

Мякоть пропустить через мясорубку или изрубить. Прокипятить еще раз. Затем при помешивании разлить в формы, добавив чеснок.

К студню подаются уксус, хрен, горчица.

ИКРА ГРИБНАЯ

Грибов сушеных белых 20 г, соленых 70 г, масла растительного 15 г, головка луку, луку зеленого 20 г. Перец, чеснок, уксус, соль по вкусу.

Сушеные грибы сварить, мелко нарубить или пропустить через мясорубку. Репчатый лук обжарить на растительном масле, затем положить грибы и тушить 10—15 минут. Заправить икру уксусом, перцем, со-

лью, посыпать сверху зеленым луком.

Можно добавить в икру часть соленых грибов (мелко нашинковать, смешать с сушеными — и далее по рецепту). Можно готовить икру только из соленых грибов.

Любители острого могут добавлять в икру толченый чеснок.

ГРИБЫ СОЛЕННЫЕ

Грибы соленые (рыжики, грузди) подаются в салатнице. Можно заправить их сметаной или подсолнечным маслом. В эту закуску добавляют лук, нарезанный кружочками.

ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ

Грибы маринованные хорошо подать в простой деревянной чашке. К грибам подать отдельно отварной горячий картофель, посыпанный петрушкой, растительное масло.

ИКРА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ

Икра судака, щуки, сига, масло растительное. Лук, перец, соль по вкусу.

Икру из свежей частиковой рыбы освободить от пленок, залить кипятком, минут через 10 воду слить. Уложить икру в фарфоровую посуду, заправить солью, уксусом, молотым перцем, мелко нарезанным луком и растительным маслом.

Икру готовить за час до еды, перед подачей на стол посыпать зеленым луком.

РУБЛЕНАЯ ЗЕЛЕНЬ

Укроп, шпинат, петрушки 100 г, луку зеленого 150 г, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана, соль.

Молодую зелень — укроп, шпинат, зеленый лук, петрушку — тщательно промыть, дать стечь воде, затем мелко нарезать. Смешать со сметаной, добавить соль по вкусу.

Зелень можно подавать к мясным блюдам, сырникам, вареной картошке и просто как холодную закуску.

ЯЗЫК ОТВАРНОЙ С ХРЕНОМ

Язык свежий хорошо промыть, залить холодной водой и варить до готовности. В бульон можно положить морковь, лук-репку и перец горошком. Когда язык будет готов, минут на 5 опустить в холодную воду,

затем достать и быстро снять кожу. Очищенный язык охладить и нарезать ломтиками. На гарнир подать огурцы, помидоры, ломтики отварного картофеля. Блюдо с языком украсить зеленью: листьями салата, петрушки или веточками укропа (что есть под руками). Отдельно подать хрен, майонез или сметану с чесноком.

ИКРА ИЗ ОГУРЦОВ

Огурцов 100 г, 2—3 головки луку, моркови 3—4 шт., растительного масла 2 ст. ложки; соль, перец, зелень.

Репчатый или зеленый лук мелко нарезать и поджарить на растительном масле, смешать с тертой сырой морковью. Добавить очищенные и мелко нарезанные огурцы. Посолить по вкусу и тушить.

Массу охладить, заправить уксусом, зеленью петрушки и укропом.

ЧЕСНОЧНОЕ МАСЛО

На 50 г. сливочного масла 100 г чеснока.

Чеснок обдать кипятком, очистить и растолочь. Смешать с маслом и протереть сквозь сито. Посолить.

МАСЛО С ХРЕНОМ

На 90 г масла 20 г хрену.

Хрен измельчить на терке, смешать со сливочным маслом. Посолить по вкусу.

ВЕСЕННЕЕ МАСЛО

Масло можно окрасить в зеленый цвет, смешав 100 г масла с 5 г петрушки и 10 г шпинату, мелко нарубленными и доведенными до густоты пюре (без жидкости).

Можно также добавить в масло свежую морковь и свежий горошек.

БРУСНИКА МОЧЕНАЯ

На столе рядом с вином и мясом ставят блюдо красных ягод. Это моченая брусника — закуска и лакомство. Сок моченой брусники — изумительный напиток.

ЯЙЦО С МАЙОНЕЗОМ

Сваренные вкрутую яйца остудить и очистить. Мелко нарезать, сложить в салатник, заправить майонезом.

Можно украсить веточкой зелени, доль-

ками крабов или тонко нарезанной колбасой.

ПЕЧЕНЬ ТРЕСКИ С ЯЙЦОМ

Взять консервы «Печень трески», мелко нарубить. Сварить два-три яйца вкрутую, тоже мелко нарубить. Смешать печень с яйцом, сверху украсить зеленым луком и укропом.

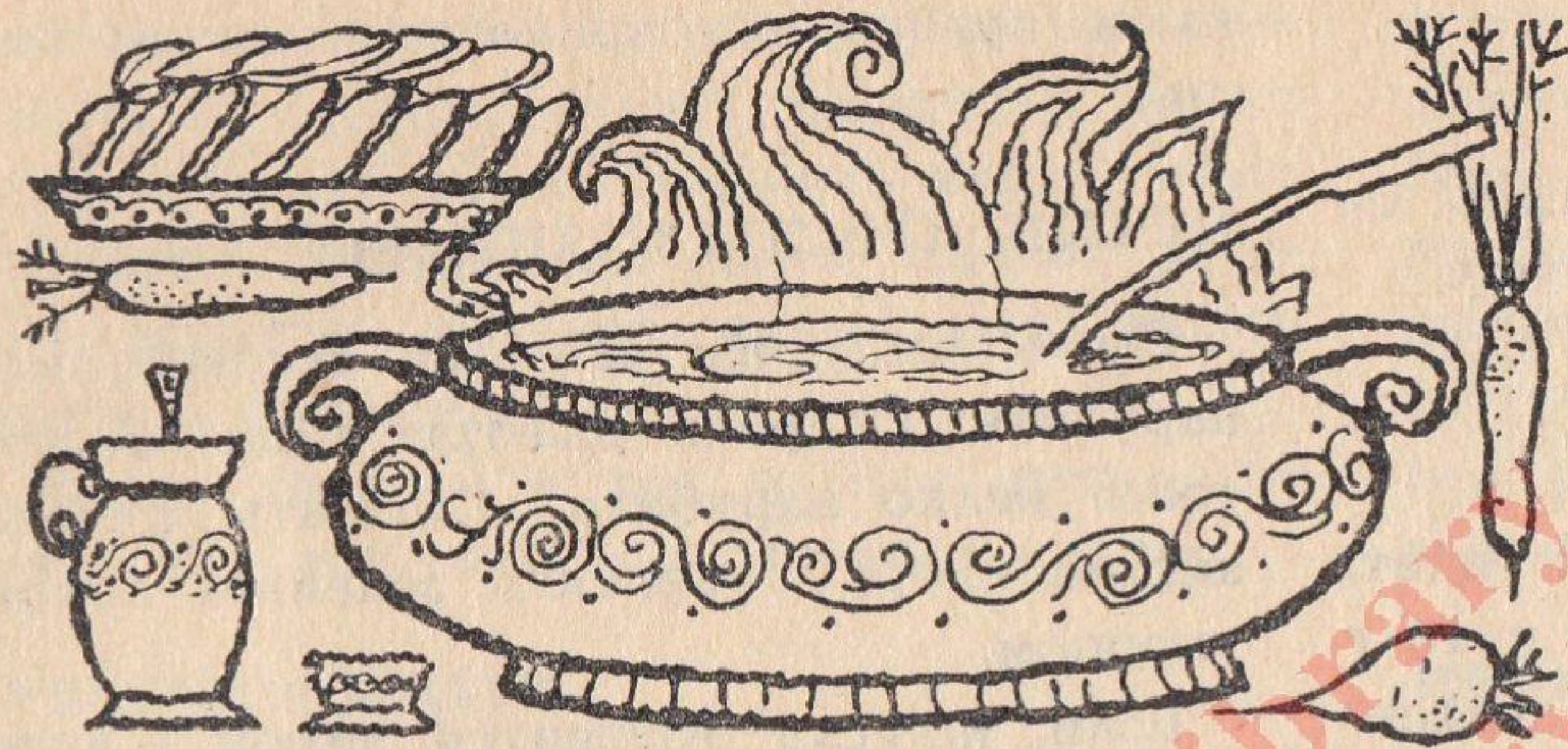
Если закуска готовится зимой, — используйте лук-репку.

БАКЛАЖАНЫ С ЛУКОМ

Всю баночку баклажанной или кабачковой икры выложить горкой в салатницу, сверху нарезать кружочками лук, полить растительным маслом — и закуска готова.

КИЛЬКА СО СМЕТАНОЙ

У кильки острый вкус. Чтобы немного смягчить его, можно сделать так. Кильку вычистить, разложить на блюде или тарелке рядами, а сверху залить сметаной. По бокам уложить вареный картофель (холодный). Килька в сметане — нежная закуска.



СУПЫ

Из супов у нас на Урале больше всего любят щи. В старину их варили такими густыми, что ложка стояла. Собираясь в путь-дорогу, щи замораживали и возили с собой.

Особым расположением пользовались щи из кислой капусты. Экономные хозяйки мясо из супа подавали на второе с кашей. Густые наваристые щи — пища сытная и калорийная.

ЩИ ИЗ КИСЛОЙ КАПУСТЫ СУТОЧНЫЕ

Говядины 150 г, капусты квашеной 120 г, одна морковка, $\frac{1}{2}$ головки лука, сметаны 1 ст. ложка, одна картофелина; соль, перец, лавровый лист, петрушка.

Для щей самое подходящее мясо — грудинка. Сначала следует сварить ее (но не до конца, а на $\frac{2}{3}$ готовности). Капусту пе-

реbrать, помыть и тушить минуты 3, сначала на сильном, потом на слабом огне, помешивая, чтобы не пригорела. В кипящий бульон заложить капусту, овощи и варить еще около часа. В последние 30 минут положить картофель и специи, посолить. Любители острого могут добавить свежий или соленый помидор или тушить капусту с небольшим количеством пасты-томата.

В деревнях щи заправляют крупой (перловой или ячневой).

К щам подают сметану. Щи можно посыпать свежей или сушеной зеленью.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

Сварить бульон из говядины (лучше использовать грудинку) с луком и специями. Нашинковать свежую капусту, посолить, отжать и положить в кипящий на медленном огне бульон. Снова варить, а минут за 20 до готовности положить картофель.

К щам хорошо подать сметану, посыпать их зеленым луком и укропом.

Щи можно кушать без мяса, а на второе к мясу подать гречневую, перловую или ячневую кашу или жареный картофель.

Некоторые хозяйки добавляют в щи жареный лук с мучной заправкой.

ЩИ ПОСТНЫЕ

Капусты 160 г, одна картофелина, репка, морковка, помидор, 1—2 головки луку, сметаны 2 ст. ложки; петрушка, лук зеленый, соль, перец, мука, маргарин, специи.

В кипящую воду положить капусту, об-

жаренные кусочки репы, моркови, коренья петрушки; варить минут 30. Незадолго до конца приготовления положить картофель и букет специй.

Можно добавить помидоры или пасту-томат.

К щам из свежей капусты подают сметану и пирожки с мясом или кулебяку из гречневой или перловой каши.

ЩИ С ГРИБАМИ

Несколько белых грибов (сушеных) варить до мягкости, затем мелко нарезать. Капусту с луком потушить; можно добавить томат, муку. Капусту смешать с грибами и залить грибным отваром. Заправить специями.

В старину в такой суп добавляли обжаренную свеклу.

Щи с грибами подают со сметаной.

ЩИ СБОРНЫЕ (фирменное блюдо пермского ресторана «Урал»)

Квашеной капусты 120 г, одна морковка, 1—2 головки луку, томата-пюре 3 ст. ложки, муки пшеничной 2 ст. ложки, жиру 15 г, сметаны 2 ст.

ложки, ветчины вареной 26 г, говядины 50 г, колбасы жареной 20 г; зелень, специи.

Готовят суточные щи из квашеной капусты — как бы полуфабрикат для щей сборных.

Мясные продукты (мясо вареное, ветчину, колбасу) режут тонкими ломтиками, для аромата слегка поджаривают с добавлением жира.

Приготовленный набор кладут в щи, заправляют пассированными кореньями. Кипятят 2—3 минуты, подают со сметаной и посыпают зеленью.

ЩИ ИЗ КРАПИВЫ

Крапивы 160 г, щавеля 50 г, одна небольшая морковь, 2—3 головки лука, петрушки 5 г, луку зеленого 15 г, муки 1 ст. ложка, маргарину 10 г, сметаны 2—3 ст. ложки, одно яйцо; лавровый лист, перец, соль.

Молодые листья крапивы вымочить, затем опустить на 2—3 минуты в кипящую воду. Откинуть крапиву на сито, отжать, пропустить сквозь мясорубку или протереть

через сито. Тушить с жиром 10—15 минут, затем обжарить мелко нарезанный лук, морковь и коренья петрушки. В кипящий бульон или воду сложить вначале картофель, а затем крапиву и овощи, лавровый лист, соль, перец.

Можно добавить несколько листочков молодого щавеля и заправить суп белым соусом.

Щи из крапивы подают к столу со сметаной и яйцом, сваренным вкрутую.

Белый соус готовят так: муку нагревают до 110—120° (с жиром или без), но при этом не допускают изменения ее цвета. Горячую пассировку разводят горячим бульоном, помешивая, чтобы не образовались комки. Варят соус минут 40, все время следя, чтобы не пригорел. Готовый соус лучше процедить, и только затем влить в суп.

ЗЕЛЕННЫЕ ЩИ

Зелени 150 г (щавель, крапива, шпинат), 1—2 картофелины, 1 головка лука, яйцо, сметаны 2 ст. ложки, муки 1—2 ст. ложки, специи, лук зеленый.

Молодую зелень (щавель, крапиву, шпинат)

перебрать, промыть и нарезать. Картофель сварить отдельно в подсоленной воде. Затем опустить зелень. Отдельно обжарить коренья (морковь, петрушку, лук), смешать с пассированной мукой и заправить щи.

К зеленым щам подают сметану и сваренное вкрутую яйцо.

Зеленые щи можно подавать и холодными.

ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ

Перебранный и промытый щавель (50% нормы) припустить в небольшом количестве воды, пропустить через мясорубку или (лучше) протереть через сито.

Протертый щавель сложить в кипящий бульон, добавить обжаренные овощи и лук. Варить 15—20 минут. За 10 минут до конца варки сложить оставшиеся листочки щавеля, разрезанные на 2—3 части, соль, перец, лавровый лист.

Готовые щи можно заправить смесью яичных желтков и молока. Подают с гренками из белого хлеба, крутым яйцом и сметаной.

Приготовление смеси: сырые яичные

желтки (4 желтка на 1 л молока) смешать с молоком и проварить на слабом огне, все время помешивая, пока не загустеют, но не доводить до кипения. Соус процедить, а затем влить в щи.

БОРЩ

Две небольшие свеклы, капуста 50—60 г, одна морковка, петрушки 5 г, 1—2 головки луку, 1 ст. ложка муки, сметаны 2 ст. ложки, одна картофелина; маргарин, сахар, уксус, соль, специи.

Первый способ. Нарезанную свеклу тушить с уксусом до полуготовности. В кипящую воду или бульон положить капусту, свеклу, картофель, пассированные коренья, лук, соль, специи и варить до готовности.

Второй способ. Вычищенную свеклу сварить в воде, добавив немного уксусу. В отвар, смешанный с водой или бульоном, сложить капусту, картофель и пассированные коренья, нарезанную свеклу, специи, соль, сахар по вкусу.

Третий способ. Вычистить свеклу, 23

натереть ее на терке, залить горячим бульоном или водой. В бульон сложить капусту, картофель и пассированные коренья. Добавить по вкусу соль, сахар, уксус.

Такой борщ можно кушать холодным и горячим.

В борщ можно добавить помидоры, нарезанные кружочками, или томат-пасту.

Некоторые хозяйки предпочитают обжаривать коренья и свеклу на растопленном свином сале, а для остроты в борщ кладут растертый чеснок. Можно после обжарки коренья смешать с небольшим количеством муки.

Кулинария — искусство, и подготовка подобного борща доказывает это: здесь каждый может проявить талант и изменить рецепт по своему вкусу.

ОКРОШКА МЯСНАЯ

Квасу хлебного $\frac{1}{3}$ л, вареной говядины 40 г, одна картофелина, луку зеленого 30 г, один огурец, $\frac{1}{4}$ стакана сметаны, половина яйца; соль, сахар, горчица.

24 Для окрошки берут холодное вареное мясо, свежие огурцы, вареный картофель,

вареные вкрутую яйца — все это мелко режут. Мелко нарезанный зеленый лук посолить и растереть. Овощи соединяют вместе, перемешивают и заливают квасом. Кладут сметану, солят. В готовую окрошку непременно кладут укроп.

Для остроты можно добавить горчицу или тертый хрен.

ОКРОШКА РЫБНАЯ

Готовят так же, как и мясную, только вместо отварного мяса используют отварную рыбу. В этом случае допустимы и соленые огурцы вместо свежих.

ОКРОШКА ГРИБНАЯ

Готовят из соленых грибов, вареного картофеля, зеленого лука. Все эти продукты режут, заливают квасом. В окрошку добавляют тертый хрен, заправляют сметаной.

ОКРОШКА ИЗ РЕДЬКИ

Квасу хлебного $\frac{1}{3}$ л, 2 картофелины, одна морковка, редька небольшая, 30 г луку зеленого, один свежий огурец, капуста квашеная, сметаны 30 г, половина яйца; сахар, горчица, укроп, соль.

Редьку вымыть, очистить от кожицы и натереть на мелкой терке. Вместо свежих огурцов можно взять соленые. Продукты нарезать, залить квасом, заправить сметаной.

Окрошку из редьки можно приготовить весной, когда нет свежих овощей.

ОКРОШКА... ИЗ СУШЕНОЙ РЫБЫ

Редьки 100 г, рыбы 200 г, 1/3 л квасу, луку зеленого 200 г; сметана, укроп, соль по вкусу.

Редьку очистить, вымыть и натереть на терке. Сушеную рыбу истолочь и просеять сквозь сито. Зеленый лук промыть, мелко нарезать, посолить и помять деревянной ложкой. Все это залить холодным хлебным квасом.

Можно добавить вареного картофеля.

Заправить укропом и сметаной.

УХА

Ершей или окуней 150 г, налима или судака 100 г, 2—3 картофелины, 1—2 головки луку; петрушка, перец, соль, лавровый лист.

Самая лучшая уха получается из мелкой

рыбы: ершей и окуней. Важно правильно сварить бульон, чтобы он был светлым.

Очищенную рыбу залить холодной водой и, постепенно нагревая, довести до кипения. Снять пену, положить лук, петрушку, специи и варить 40 минут на медленном огне. Готовый бульон процедить, а если требуется — осветлить оттяжкой из икры (икру тщательно растереть, постепенно смешивая с водой так, чтобы получить однородную массу). Разведенную водой массу влить в бульон, хорошо размешать, закрыть бульон крышкой и довести до кипения. Варить на слабом огне еще минут 20, затем дать бульону отстояться (оттяжка сядет на дно).

Бульон готов; но чтобы приготовить уху, необходимо бульон вновь довести до кипения, положить картофель, затем разделанную рыбу (налима, щуку, судака, сома или язя). Варить на медленном огне, все время снимая пену. За 10 минут до готовности в уху положить лавровый лист, перец.

Подавать уху с кусочками рыбы, отдельно можно предложить зеленый лук, лимон, пироги с вязигой.

В некоторых селах Прикамья на порцию готовой ухи «для крепости» добавляют чайную ложку водки.

БОТВИНЯ

Осетрины или другой рыбы 90 г, $\frac{1}{3}$ л хлебного квасу, зелени (щавель, шпинат) 70 г, салату 25 г, луку зеленого 20 г, один огурец; хрен, сахар, зелень.

Рыбу сварить и охладить. Отдельно сварить щавель и протереть его. Нарезать огурец и лук, натереть хрен, соединить с пюре из щавеля, добавить соль, сахар, уксус или лимонную кислоту, развести квасом, положить рыбу.

Отдельно можно подать кусочки льда.

СУП ГРИБНОЙ

Свежих грибов 150 г, 1—2 головки луку, одна картофелина, масла сливочного 2 ст. ложки, сметаны 1—2 ст. ложки. Укроп, лук зеленый, соль, специи по вкусу.

Для приготовления грибного супа идут свежие белые грибы, а также подосиновики и подберезовики.

Грибы перебрать, очистить, промыть в холодной воде и нарезать ломтиками. В кипящую воду положить нарезанные грибы и варить 10—15 минут. Затем сложить обжаренный репчатый лук, картофель, перец, лавровый лист, соль и варить до готовности. В конце варки заправить мелко нарезанным зеленым луком и укропом. Готовый суп заправить сливочным маслом или сметаной.

Грибной суп можно приготовить из сушеных грибов. Для этого грибы надо замочить в холодной воде на 3—4 часа. Вынув грибы, воду осторожно, не взбалтывая, процедить через чистую марлю и снова опустить в нее грибы, предварительно обжарив на сковороде с маслом и луком.

Для приготовления супа из сушеных грибов потребуется всего 20 г грибов, одна картофелина, морковь, 1—2 головки луку репчатого, 15 г жиру; укроп, соль и специи.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Картофеля 3—4 шт., одна морковь, 1—2 головки луку, маргарину 1 ст.

ложка. Для фрикаделек говядины, баранины или свинины 60 г, 1 яйцо, перец.

Этот суп, как впрочем и многие другие, имеет множество вариантов. Одни варят суп с фрикадельками на мясном бульоне, другие просто на воде. Некоторые заправляют суп пастой-томатом, другие обходятся без этого.

Экономные хозяйки делают еще так: сварят в супе много фрикаделек, но после варки часть достают, заправляют жареным луком и томатным соусом — и второе блюдо или горячий ужин готов. Можно таким же путем приготовить суп и с рыбными фрикадельками.

Сначала суп заправляют картофелем, а затем опускают фрикадельки.

Как приготовить фрикадельки? Мясо с луком пропустить на мясорубке дважды, можно в фарш добавить уже пассированный лук. Смешать фарш с размягченным сливочным маслом, сырыми яйцами, солью, перцем. Добавить чуточку холодной воды. Разделать фрикадельки в форме шариков по 8—10 г и варить 5—6 минут.

СУП С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ

Этот суп можно приготовить из курицы, куриных потрохов или из грибов.

Сначала несколько слов о лапше. Если вы с избытком приготовили теста для пельменей, то на следующий день вам не надо ломать голову над тем, что приготовить на обед. Используйте оставшееся тесто для лапши. Но если лапшу надо делать — возьмите 40 г муки, одно яйцо (можно даже половину) и немного воды. Готовое тесто оставьте на 30 минут, а затем раскатайте на большие тонкие сочни, нарежьте полосками шириной в 3—4 мм и высушите.

Для приготовления супа из лапши с курицей можно дать лишь один совет: сначала в бульон положите обжаренные коренья и лук, а затем лапшу. Чтобы суп был прозрачным, лапшу опустите на минуту в горячую воду, откиньте на дуршлаг, а затем сложите в суп и варите 10—15 минут.

Сваренные грибы нужно нашинковать, обжарить с луком и сложить в бульон, а затем заправить лапшой.

Для супа из потрохов можно взять потроха (кроме печени) любой домашней пти-

цы. Печенку сварить отдельно. Бульон процедить и только тогда заправить овощами и лапшой.

Прежде чем подавать лапшу, достаньте потроха и нарежьте их на кусочки. Посыпьте суп зеленью.

Суп из лапши следует варить только на один день. Если лапшу оставить на завтра, она загустеет и будет невкусной.

СУП ГОРОХОВЫЙ

Гороху 40 г, 2—3 картофелины, 1—2 головки луку, 2 ст. ложки жиру, луку зеленого 10 г. Укроп, специи по вкусу.

Горох перебрать, замочить в холодной воде на 1—2 часа. Затем воду слить. Горох залит кипящим бульоном. Варить на медленном огне; минут за 20 до окончания варки положить нарезанный картофель, лук (можно обжаренный), соль, перец, специи.

В старину в гороховой суп добавляли кусочки-два свинины; современные хозяйки отлично используют для этого копченую грудинку или обрезки от ветчины. Но помните, что лучше мясо варить отдельно

и соединить с супом в самый последний момент. Делается это из-за капризного гороха, который от соли становится жестким.

НУГЫЛИ (удмуртское блюдо)

Муки ржаной или пшеничной 1 ст. ложка, $\frac{1}{3}$ стакана гороху, 1—2 картофелины, 1 морковь, 2—3 ст. ложки масла топленого, костей 150 г, баранины 50 г; соль, перец, лавровый лист.

Горох перебрать, промыть и замочить. Вымоченный горох всыпать в готовый мясной бульон и варить до готовности. Когда горох еще не совсем готов, вложить в суп картофель; а как закипит, опустить нугыли, а затем положить обжаренные коренья.

Нугыли готовятся так: в простое кислое тесто добавить яйцо и сливочное масло, замесить, разделить тесто на кусочки, каждый кусочек раскатать на тоненькие жгуты длиной до 7 и шириной до 5 мм.

ТЫКМАЧ (удмуртское блюдо)

Муки овсяной 25 г, 3—4 картофелины, 1 головка луку, 2—3 ст. ложки масла сливочного, одно яйцо, 3—4 ст.

ложки сметаны, одна морковка, специи.

Замесить пресное тесто с добавлением яйца, соли и воды. Раскатать и разрезать на небольшие квадраты. В готовый бульон заложить сначала нарезанный кубиками картофель, а как закипит — положить тыкмач. Уже в самом конце в суп положить пассированные коренья, специи.

Тыкмач подается со сметаной.

СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ

Пшеница 20 г, 1 стакан молока; сахарный песок, масло и соль по вкусу.

Пшеницу промыть в теплой воде, засыпать на 2—3 минуты в кипящую воду, откинуть на сито, положить в горячее молоко, добавить соль, сахар и варить на слабом огне 20 минут.

Подать с кусочком сливочного масла.

Так же варят и молочный суп из перловой крупы. Разница только в том, что перловую крупу надо предварительно варить на слабом огне 40—45 минут.

СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛУКОМ

4—5 картофелин, 1 стакан молока,

1—2 головки луку; сахар, соль, масло сливочное.

Лук обжарить, положить в очищенный картофель, залить водой и варить до готовности. Затем протереть картофель и развести горячим молоком, посолить и варить минут 5—8, помешивая, чтоб не пригорело.

Заправить маслом и сахаром.

СУП МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ

200 г моркови, 1 чайная ложка сахарного песка, 2—3 ст. ложки муки, стакан молока, стакан воды; соль, масло.

Морковь очистить, промыть, положить в кастрюлю, добавить сахар, масло, соль; залить горячей водой и тушить до готовности. Затем морковь протереть, обжарить муку и осторожно залить ее горячим молоком. Добавить протертую морковь. Варить 8—10 минут.

СУП МОЛОЧНЫЙ С КАПУСТОЙ

Стакан молока, $\frac{3}{4}$ стакана воды, капуста 160 г, 2—3 картофелины, одна морковка, головка луку, 1 ст. ложка

масла сливочного, одно-полтора яйца;
соль по вкусу.

В кастрюлю с кипящей водой положить свежую белокочанную капусту, картофель, нарезанный кубиками, а через 6—7 минут сложить слегка обжаренные дольки моркови и лука; кастрюлю закрыть и варить еще 15—20 минут. За 5 минут до окончания приготовления добавить горячее кипяченое молоко. Заправить суп сливочным маслом или смесью яйца и молока. Посолить по вкусу.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ

100 г ячневой крупы, $1\frac{1}{4}$ стакана бульону, 20 г сливок, половина яйца, 2—3 ст. ложки масла, кусочек (граммов 30) хлеба.

Специально обработанные зерна ячменя варить в воде, бульоне или молоке. Протереть через сито. Полученный суп-пюре заправить кипячеными сливками, маслом.

Отдельно подать гренки из белого хлеба.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ

Хлопьев 40 г, $1\frac{1}{4}$ стакана бульону.

Овсяные хлопья залить бульоном или

молоком и варить 15—20 минут, помешивая. Затем хлопья протереть сквозь сито. Суп заправить сливками, молоком или сливочным маслом. Подавать с гренками.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ

Сливок 1,5—2 стакана, 3—4 ст. ложки масла, тыквы 150 г, 1—2 ст. ложки сахара.

Первый способ. Очищенную и нарезанную кусочками тыкву потушить до мягкости в небольшом количестве воды. Заправить солью, сливками или сливочным маслом.

Можно добавить манную крупу, уменьшив при этом дозу тыквы.

Второй способ. Тыкву и картофель нарезать, пассировать вместе с луком, залить водой, варить до мягкости. Протереть, затем в пюре добавить щавель, сваренный в подсоленной воде и пассированный на масле.

Заправить сливками.

К супу подать небольшие ломтики пшеничного хлеба, подрумяненные и посыпанные тертым сыром.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Масла 50 г, головка луку, картофелина, 4—5 ст. ложек сливок, половина яйца, кусочек (граммов 60) хлеба.

Зеленый лук или лук-репку мелко нарезать и обжарить вместе с мелко нарезанным картофелем. Залить бульоном или разбавленным молоком (3 части воды и 1 часть молока). Варить до мягкости картофеля. Протереть через сито вместе с отваром. Положить сливочное масло. Заправить сливками и яичным желтком.

Подать с гренками.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ЩАВЕЛЯ

В суп-пюре из картофеля добавить щавель, нарезанный соломкой и пропущенный в масле.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И РЕПЫ

Картофельное пюре и пюре из белой сладкой репы припустить вместе, протереть. Заправить смесью яичных желтков, молока и масла.

Подавать горячим.

СУП ВЕСЕННИЙ

Свежей капусты 200 г, моркови 2 шт., одна небольшая репка, луковица, сухих грибов 10 г, сливочное масло. На 1 стакан воды 0,5 стакана молока. Сметана, соль по вкусу.

Промыть молодую капусту, репу, морковь, сухие грибы; все это нарезать и залить водой, добавить лук и кипятить в течение часа. Затем влить в суп молоко и дать вскипеть.

Готовый суп заправить сметаной. Грибы можно сначала отварить, затем обжарить на сливочном масле.

ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ СУП

100 г белокочанной капусты или свекловичной ботвы, 1—2 картофелины, морковь, 1 головка луку, красный свежий помидор, $\frac{3}{4}$ стакана свежих бобов или гороху, 2—3 ст. ложки жиру, яйцо, 3—4 ст. ложки сметаны. Соль, специи по вкусу.

Свежую капусту (обычно молодые листочки) нашинковать. Картофель, помидоры нарезать дольками. Морковь и лук обжарить. В кипящий бульон положить капу-

сту (или нарезанную молодую свекольную ботву). Затем, через 5—10 минут, сложить обжаренные овощи, картофель, помидоры, свежие грибы или горох, лавровый лист, соль и варить до готовности всех продуктов. Суп заправить взбитым яйцом.

Подать со сметаной.

СУП ИЗ КРАПИВЫ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

200 г молодой крапивы, одна головка лука, 2—3 ст. ложки пшеничной муки, столько же рису; молоко, сметана, яйцо, специи.

Перебранную и вымытую в холодной воде крапиву на 2—3 минуты опустить в кипяток. Потом ее нарезать на мелкие кусочки, залить теплой водой, посолить, прибавить мелко нарезанный лук, варить 25—30 минут. Прибавить разведенную в холодной воде муку. Как только закипит, взбить венчиком, чтобы получилось жидкое пюре.

Можно добавить немного отваренного рису. Заправить молоком и яйцом.

СУП ИЗ ЧЕРНИКИ

Стакан свежей черники (или 60 г су-

шеной), 4—5 ст. ложек сахару, 2—3 ст. ложки крахмалу, 3—4 ст. ложки сливок или сметаны.

Свежую чернику перебрать, вымыть, залить водой, сварить, протереть через сито, добавить сахар и снова варить 5—6 минут. Затем ввести разведенный крахмал, вновь нагреть суп до кипения и охладить.

Кушать суп можно со сметаной или сливками.

Если варить суп из сушеной черники, то подготовленные ягоды следует залить холодной водой и варить минут 30.

К супу подают сухари или клецки.

СУП ИЗ КЛЮКВЫ

$\frac{1}{2}$ стакана клюквы, $\frac{1}{3}$ стакана сахару, 2—3 ст. ложки крахмалу, 3—4 ст. ложки сметаны или сливок и немножечко (0,5 г) корицы.

Клюкву перебрать, промыть и отжать из нее сок. Выжимки клюквы залить водой и варить. Отвар процедить, добавить в него сахар и немного воды (можно положить корицу). Нагреть до кипения и влить разведенный холодной водой крахмал, дать

снова закипеть, после чего соединить с клюквенным соком.

Так же можно приготовить сладкие супы из земляники, малины, клубники, черной смородины.

Подавать суп со сметаной и сливками.

СУП ИЗ БРУСНИКИ

Два стакана перебранной и промытой брусники залить горячей водой, прибавив два яблока, нарезанные дольками. Варить 1 час. Сваренную массу протереть, заправить двумя стаканами сметаны, тремя столовыми ложками сахарного песка.

Перед подачей на стол влить $\frac{1}{2}$ стакана яблочного или рюмку любого другого вина.

К супу подают отварной картофель. Летом его кушают холодным.

СУП СЛАДКИЙ С КАЛИНОЙ

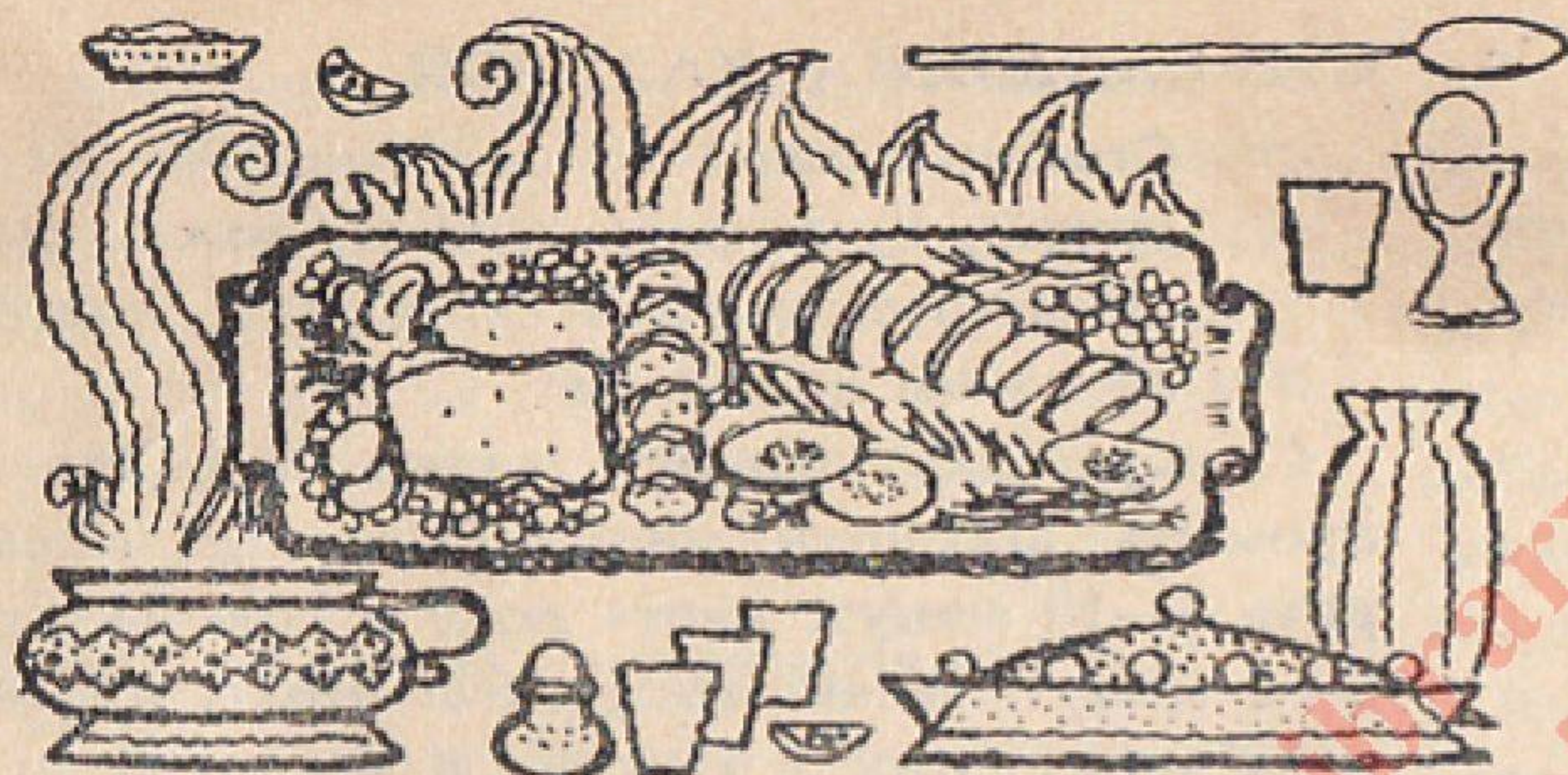
Стакан свежей калины (или 30—40 г сухой), $\frac{1}{2}$ л воды, 2—3 ст. ложки меда или сахару, 1 ст. ложка картофельного крахмалу.

Свежую или сушеную калину перебрать, промыть, добавить мед (или сахар) и варить 5—10 минут; влить воду и еще варить 5—6 минут, затем процедить. Ягоды протереть через сито, а кожуру и косточки выбросить. (Некоторые хозяйки их оставляют в сиропе.)

Полученный сироп из калины доводят до кипения и вливают в него разведенный в остывшей воде крахмал. Эту смесь снова нагревают до кипения и снимают с огня.

Суп подают в теплом и в холодном виде.

К супу можно подать отдельно ватрушку, кусочек сладкого пирога или сухарики, печенье.



БЛЮДА ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И РЫБЫ

МЯСНЫЕ БЛЮДА

ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ

Говядины 150 г, картофеля 3—4 шт., одна морковка, головка луку, небольшая репка; соль, перец, петрушка, лавровый лист, сельдерей, хрен.

Мясо целым куском положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы только закрыть мясо. Когда закипит, снять пену и продолжать варить 2 часа. За 30 минут до окончания варки добавить морковь, репу, лук, специи. Когда мясо и овощи готовы, бульон надо слить, чтобы приготовить из него соус с хреном.

Картофель к мясу можно отварить тоже в этом бульоне. Готовое мясо нарезать, уложить с овощами, посыпать зеленью. Отдельно подать картофель и соус.

ЯЗЫК ОТВАРНОЙ

Язык говяжий, морковка, головка луку, петрушка, соль, перец. Для соуса 1 ст. ложка масла и столько же муки.

Хорошо вымытый свежий язык залить горячей водой, добавить лук, коренья, специи, посолить и варить 2—3 часа. Готовый

язык обмыть холодной водой и немедленно снять кожу.

На бульоне приготовить соус. Для этого столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести бульоном. Варить минут 10. В соус можно добавить мелко нарезанные соленые огурцы.

К языку подать отварной картофель, консервированный зеленый горошек и майонез.

БАРАНЬЯ ЗАДНЯЯ НОГА С ХРЕНОМ

Баранью заднюю ногу залить холодной водой и варить на медленном огне, снимая пену. Прибавить лук, морковь, сельдерей, корни пастернака, лавровый лист, соль.

Отварить для гарнира картофель, а затем залить его бульоном, в котором варились мясо. Вареное мясо нарезать ломтиками.

Подать с отварными овощами. Отдельно подать тертый хрен.

Таким же способом можно приготовить говядину.

Говядины 125 г, сала говяжьего 12 г, хлебного квасу $\frac{3}{4}$ стакана, картофеля 1—2 шт., морковь, головка луку,

кусочек репки, петрушка, томата-пюре 2—3 ст. ложки; мука, соль, перец, зелень.

Куски говядины (боковую наружную часть задней ноги, лопатку) обжарить в жире, а затем тушить с добавлением хлебного кваса и томата-пюре. На бульоне, в котором тушилось мясо, приготовить красный соус.

Картофель, морковь, петрушку, репу и лук нарезать небольшими дольками и обжарить в жире каждый вид овощей отдельно. Обжаренные овощи сложить вместе, залить красным соусом и тушить при слабом кипении до готовности. Готовое мясо полить соусом и посыпать зеленью или зеленым луком.

Подать с овощами.

ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ

Говядины 125 г, 2—3 ст. ложки маргарину, муки столько же, томата-пюре 2—3 ст. ложки, головка луку, $\frac{1}{2}$ морковки, петрушка, сахару 2 ст. ложки, уксусу винного 1 ст. ложка,

кусочек хлеба заварного или бородинского; лавровый лист, соль, перец.

От верхней, боковой, внутренней части задней ноги нарезать поперек волокон куски мяса, слегка отбить, посыпать солью, обвалять в пшеничной муке и обжарить в жире.

Обжаренные куски мяса залить бульоном или водой, чтобы мясо было только покрыто, тушить почти до готовности. Затем добавить нарезанную и обжаренную морковь, положить петрушку или сельдерей, репчатый лук, лавровый лист, перец горошком, несколько ржаных сухарей, томат-пюре, винный уксус и сахар. После этого продолжать тушение до готовности.

Подать мясо с соусом, в котором оно тушилось, посыпать зеленью.

На гарнир можно приготовить фасоль, макароны, картофель отварной или жареный.

ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ ПО-РУССКИ

Говядины 125 г, две головки луку,
1—2 морковки, сельдерей, хлеба
ржаного 10 г, шпик 15 г, масла топ-

леного 1 ст. ложка, бульону $\frac{1}{2}$ стакана, сметаны 2 ст. ложки, гарниру 100 г; соль, перец горошком, лавровый лист, зелень.

Крупные куски задней ноги или лопатки нарезать кусочками, обвалять в муке, обжарить в жире с обеих сторон до образования корочки.

Дно сотейника покрыть тонкими ломтиками шпика, уложить на него кусочки обжаренного мяса, засыпать их репчатым луком, морковью и сельдереем, нарезанными соломкой; посолить, добавить нарезанный мелкими кубиками ржаной хлеб, лавровый лист и крупнодробленый черный перец. На овощи уложить другой слой обжаренного мяса, который в свою очередь так же, как и первый, покрыть овощами с хлебом и специями. Все это залить коричневым бульоном, чтобы он только покрыл верхний слой мяса.

Сотейник с мясом сначала поставить на плиту, а когда бульон закипит, поместить на 2—2,5 часа в духовку. За 25—30 минут до окончания тушения добавить к мясу сметану.

Готовое мясо подавать вместе с овощами, шпиком и образовавшимся во время тушения соусом.

Гарнир — отварной картофель.

Это блюдо можно готовить также отдельными порциями, уложив куски обжаренного мяса вместе с другими продуктами в глиняные горшочки (которые поставить в духовку). Картофель подать в этом случае отдельно, а мясо в горшочках.

ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С ГРИБАМИ

Говядины 100 г, грудинки свиной 25 г, 1 головка луку, жиру 12 г, томат-пюре 15 г, 1 ст. ложка муки, грибов 50 г, гарниру 150 г; лавровый лист, соль, перец.

Мясо задней ноги нарезать кусками, а нежирную копченую свиную грудинку — мелкими кубиками. Все это обжарить вместе с репчатым луком, залить коричневым бульоном, добавить томат-пюре, пряности, закрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности.

На бульоне, в котором тушилось мясо, приготовить соус с добавлением тонко на-

резанных свежих грибов (белых или шампиньонов), предварительно поджаренных.

В соус положить готовое мясо и прокипятить.

Подать говядину тушеную с грибами, с отварными макаронами, рисовой рассыпчатой кашей, картофелем отварным или жареным, картофельным пюре.

Тушеное мясо с грибами можно приготовить также и без грудинки, соответственно увеличив при этом норму мяса.

ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЛУКОМ

Говядины 125 г, 4—5 головок луку, жиру 15 г, уксусу или вина 10 г, 1 чайная ложка муки; укроп, соль, перец.

Говядину нарезать на порционные куски, посыпать солью, перцем и обвалять в муке. Затем обжарить до образования коричневой корочки. В глубокий сотейник положить нарезанный репчатый лук слоем 8—10 мм, на него — куски обжаренного мяса, а затем — снова слой лука. Таким образом уложить все мясо в два-три ряда, залить коричневым бульоном, добавить

лавровый лист, перец горошком и тушить в духовке.

С готового мяса слить часть сока, в который добавить винный уксус или сухое виноградное вино; поджаренную муку, смешанную с бульоном, помешивая, нагреть до кипения. Полученный соус вылить в посуду с говядиной и аккуратно перемешать, чтобы не помять куски мяса. Подавать мясо, покрытое луком и посыпанное укропом.

Гарнир — картофель отварной.

БАРАНИНА ПО-КАМСКИ

Баранины 165 г, 2 головки луку, бараньего сала 15 г, соусу томатного 50 г, крупы ячневой 50 г, зелень петрушки.

Окорок баранины без костей нарезать мелкими кусками, слегка отбить, положить в глиняный горшочек или сотейник с добавлением репчатого лука, держать 3—4 часа. Затем мясо вынуть и положить на раскаленную сковороду с жиром, добавив репчатый лук, нарезанный кольцами. Когда все прожарится, сложить в сотейник и добавить томатный соус, поставить на плиту и довести до готовности.

Подавать баранину с ячневой или овсяной кашей, посыпав зеленой петрушкой.

СВИНИНА С ГРИБАМИ В СОУСЕ

Свинины 100 г, сала топленого 15 г, головка луку, шампиньонов свежих или грибов белых 45 г, соусу $\frac{1}{3}$ стакана; соль, перец, зелень.

Мякоть нежирной свинины нарезать, как на беф-строганов, небольшими кусочками, посыпать солью, перцем и обжарить.

К обжаренному мясу прибавить обжаренный лук, свежие отваренные шампиньоны, нарезанные тонкими ломтиками, или поджаренные свежие белые грибы и соус сметанный. Затем все это, помешивая, кипятить на слабом огне в течение 8—10 минут. При подаче посыпать зеленью.

Гарнировать жареным или отварным картофелем либо рассыпчатой кашей (гречневой, рисовой, пшеничной).

ЗАЯЦ, ТУШЕННЫЙ В СМЕТАНЕ

Зайца 135 г, маринаду 75 г, шпикку 20 г, сметаны 30 г, бульону $\frac{1}{2}$ стакана, муки 1 ст. ложка, сала свиного 4 г; соль, перец.

Снять с зайца шкурку, удалить внутренности и промыть, затем очистить мясо от сухожилий и пленок. Отделить задние ножки и спинку и вымочить их в холодной воде в течение 3—5 часов, потом воду слить, залить мясо маринадом и поставить в холодное место.

Мясо молодых зайцев выдерживать в маринаде 12, а старых 24 часа. Затем вынуть из маринада, вытереть насухо полотенцем, нашпиговать свиным салом, посыпать солью и перцем, смазать сметаной и обжарить в жарочном шкафу до полуготовности. Разделать на кусочки, положить в сотейник и залить бульоном, сваренным из мясных обжаренных костей, добавив сметану, сок, полученный при обжарке. Закрывать посуду крышкой и тушить при слабом кипении.

С готового мяса слить бульон со сметаной в другую посуду, добавить в него поджаренную, как для соусов, пшеничную муку, прокипятить, процедить и залить мясо этим соусом. Мясо в соусе прокипятить и держать до подачи закрытым или на краю плиты.

Подать зайца с жареным картофелем, тушеной свеклой, отварной фасолью или клецками из манной крупы.

ЛОСИНА ЖАРЕНАЯ

Мяса 150 г, маринаду 75 г, шпик 20 г, сала свиного для жарки 5 г, соусу 50 г, варенья 30 г; соль, перец.

Спинку, крупные части окорока или лопатки, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом и жарить в жарочном шкафу так же, как баранину и свинину. Готовое мясо нарезать поперек широкими ломтями (по 1—2 на порцию), залить крепким мясным соком и хранить до подачи на краю плиты.

Подать с жареным картофелем, отварной фасолью, маринованным виноградом, сливами или салатом из красной капусты. К мясу можно также подать варенье брусничное или черносмородиновое.

ТЕЛЯТИНА, ЖАРЕННАЯ КРУПНЫМИ КУСКАМИ

Телятины 125 г, сала говяжьего 3 г, соль.

Подготовленные куски телятины посы-

пать солью, положить на противень наружной стороной вверх, полить жиром и жарить в духовке, поливая через каждые 10—15 минут мясо жиром, в котором оно жарится. После того как на поверхности кусков мяса образуется поджаристая корочка, температуру снизить или переставить мясо на другую полочку духовки.

Куски телятины должны быть хорошо прожарены. Продолжительность жарки зависит от величины кусков мяса. Для определения готовности куски прокалывают поварской иглой. Если мясо готово, игла входит в него легко, а вытекающий сок прозрачен.

Жир и сок, оставшиеся на противне после жарения мяса, взять для подливки. Жаренные куски мяса положить в один ряд, предварительно вынув у грудинки ребра, а с рулета (лопатки) удалить шпигат.

Мясо нарезать по 2 куска на порцию. Подать с гарниром из овощей или с жареным картофелем.

ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЬИЙ

40

Поросенка 145 г, жиру 10 г, сметаны

2 ст. ложки, готовой гречневой каши
150 г, $\frac{1}{4}$ яйца, головка луку.

Поросенка лучше жарить целиком. Для этого у тушки весом до 4 кг перед жаркой надрубить позвоночник вдоль с внутренней стороны между лопатками, как наиболее толстую часть тушки, а также и тазовую кость до позвоночника. Этим достигается равномерное прожаривание тушки. Перед жарением тушку посолить снаружи и внутри и распластать ее. Тушку весом более 4 кг перед жарением разрубить вдоль на половинки, а более 6 кг — на 4—6 частей. Положить поросенка на противень с жиром кожей вверх, смазать кожу сметаной и жарить в жарочном шкафу, периодически смазывая кожу жиром, но не поливая соком, выделяющимся из мяса, и не переворачивать на другую сторону (надо, чтобы кожа жареного поросенка получилась хрустящей). Определить готовность мяса можно, проколов заднюю ножку и в самом толстом месте до кости иглой или вилкой: если выделяющийся при этом сок бесцветный, мясо прожарилось.

Готовую тушку переложить в другую по-

суду, а на противень налить бульон, сваренный из обжаренных мясных костей, прокипятить, посолить и процедить.

Перед подачей у тушки отрезать голову, разрубить вдоль пополам, затем каждую половину тушки разрубить поперек на куски. Уложить куски на блюдо с гречневой кашей и полить жиром.

Отдельно в соуснике подать мясной сок, полученный при жарении. Можно подать также поросенка отдельными порциями с кашей, полив жиром и мясным соком.

Гречневую рассыпчатую кашу перед подачей заправить маслом и смешать с рублеными крутыми яйцами. В кашу можно добавить мелко изрубленный обжаренный репчатый лук.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ С ГРИБАМИ

Цыпленка 145 г, муки 1 ст. ложка, масла сливочного 2 ст. ложки, грибов белых 75 г, соусу 75 г; соль, зелень.

Поджарить подготовленные куски цыпленка до румяной корочки, добавить нарезанные ломтиками вареные грибы или мел-

кие шляпки грибов и закрыть крышкой. За 5—10 минут до готовности добавить в сотейник сметанный соус, прокипятить.

Подать цыпленка, полив его соусом с грибами, посыпать зеленью.

Гарнир — молодой отварной картофель или жареная рассыпчатая рисовая каша.

УТКА, ЖАРЕННАЯ С РЕПОЙ

Утки 150 г, жиру птицы или маргарину животного 1 ст. ложка, масла сливочного 2 ст. ложки; репа, головка луку, букет сельдерея со специями, соль.

Хорошо обжаренную тушку утки нарезать на порции, куски положить в сотейник, окружить репой, нарезанной дольками, и головками лука, обжаренными в жире. Залить соком, полученным после жарения утки, добавить букет из зелени сельдерея со специями; закрыть посуду крышкой и поставить на маленький огонь, припустить до готовности.

Перед подачей удалить букет со специями. Утку с овощами и соком положить на блюдо или тарелку, полить маслом и посыпать зеленью.

ПЫЖЕМ ЗАЗЕГ (гусь жареный)

Гусятины 200 г, шпик 7 г, репка, морковка, кусочек брюквы, картофеля 1—2 шт., помидор красный, Лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Обработанного, тщательно промытого гуся нарубить по одному кусочку на порцию, обжарить вместе с овощами. Шпик нарезать кубиками, все вместе обжарить и добавить муку, тщательно перемешивая. В кастрюлю или в глиняный горшок положить слой очищенных, нарезанных дольками овощей (репу, морковь, брюкву, картофель, лук) и слой гусятины. Так повторить несколько раз. Сверху положить дольки нарезанного помидора. Затем поперчить, посолить и залить бульоном (до поверхности), плотно закрыть, поставить в печь или духовой шкаф и тушить до готовности. За 10 минут до снятия с огня положить лавровый лист. Вкус должен быть острым, ароматным.

Подать с отварными овощами.

БЕФ-СТРОГАНОВ

Говядины 100 г, маргарину столового 10 г, муки 1 ст. ложка, сметаны $\frac{1}{4}$

стакана, соуса «Южный» — 1 ст. ложка, томата-пюре 15 г, головка лука; соль, перец, зелень.

Говядину разрезать на широкие ломти толщиной 10—15 мм, отбить; разрезать их на брусочки длиной 30—40 мм, посыпать солью, перцем, положить ровным слоем на сильно нагретую с жиром сковороду и, помешивая, обжарить мясо. Поджаренное мясо залить сметанным соусом, добавить соус «Южный», пассированное томат-пюре, нашинкованный пассированный лук и все это, помешивая, прогреть до кипения. Соус должен быть острым, ароматичным и достаточно густым.

Посыпать блюдо зеленью петрушки или укропом. Гарнир — жареный или отварной картофель.

Беф-строганов можно приготовить без соуса «Южный» или без томата. Но тогда нужно увеличить количество сметаны.

СВИНИНА ПО-СТРОГАНОВСКИ

Свинины 110 г, жиру 7 г, головка лука, томата-пюре 15 г, муки пшеничной 1 ст. ложка, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана, соуса «Южный» 10 г, соль.

Мякоть задней ноги или лопатки нежирной свинины нарезать на брусочки длиной 3—4 см, весом по 3—5 г, и готовить как беф-строганов. Подать с жареным или отварным картофелем, клецками из манной крупы, с рассыпчатой пшеничной или гречневой кашей.

КОТЛЕТЫ ИЗ ЛОСИНЫ

Лосины 100 г, хлеба пшеничного 18 г, сухарей панировочных 10 г, небольшая головка луку, сала 15 г, соусу $\frac{1}{4}$ стакана; соль, перец.

Лосиное мясо считается грубым, поэтому в большинстве случаев оно идет для приготовления котлет.

Промытое мясо разрезать на куски, добавить соль, перец, лук репчатый и замоченную в молоке пшеничную булку. Все это 2—3 раза пропустить через мясорубку, после чего тщательно взбить. Котлетную массу разделить, обвалять в сухарях и придать форму котлет. На раскаленную сковороду с жирами положить котлеты, обжарить с обеих сторон и поставить в духовку на 3—5 минут.

Готовые котлеты подать с красным соусом.

На гарнир можно приготовить любую кашу, картофельное пюре, жареный картофель с помидорами или огурцами.

Если лосина низкой упитанности, можно добавить в котлеты свиной шпик, сливочное масло.

ИЖЕВСКИЕ КОТЛЕТЫ

Телятины 100 г, почек 7 г, белых грибов 20 г, масла топленого 20 г, муки 1 ст. ложка, сметаны 3 ст. ложки, панировочных сухарей 5 г, пшеничного хлеба 15 г, головка луку, соль, специи.

Телятину нарезать кусочками, добавить лук, перец, одновременно замочить пшеничный хлеб в молоке и вместе с мясом пропустить через мясорубку 2 раза, после чего взбить до получения однородной массы. Массу разделить на порции, придать форму котлет и обвалять в сухарях. Обжарить котлеты на раскаленной сковороде с обеих сторон.

Одновременно приготовить соус из теля-

чьих почек, для этого почки промыть и поставить варить.

Белые грибы варить отдельно (можно заменить маринованными грибами).

Когда почки и грибы отварятся, их мелко нарезать кубиками. Обжарить репчатый лук, добавить в него почки и грибы, все вместе потушить. Затем все перемешать со сметанным соусом, прокипятить и добавить красное вино.

Котлеты подать с гарниром. На гарнир можно подать отварную цветную капусту, картофель жареный с зеленым горошком.

КОТЛЕТА «УРАЛ» (фирменное блюдо пермского ресторана «Урал»)

Говядины 100 г, булки 18 г, жиру 12 г, муки высшего сорта 15 г, одно яйцо, зеленого горошку 7 г, зелени 5 г.

Для двух крутонов слоеных: муки высшего сорта 30 г, сахару $\frac{1}{2}$ чайной ложки, маргарину 15 г, меланжу 2—3 г, соль.

Из мяса приготовить котлетную массу, сделать котлеты, припустить их на пару.

44 Яичный белок взбить до пышности, ввести

муку, желток, соль, хорошо перемешать. Припущенную котлету при помощи вилки обмакнуть в пышное тесто, быстро перенести в раскаленный жир и жарить до образования румяной корочки.

Для крутонов замесить слоеное тесто и разделать в виде языков весом по 10 г, две штуки на порцию. Готовые котлеты уложить на слоеные крутоны, сбоку — жареный картофель, зеленый горошек, оформить зеленью.

В домашних условиях крутоны можно заменить ломтиками поджаренного на сливочном масле белого хлеба.

СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ

Свинины 175 г, 3 головки луку, шпик 15 г; один огурец маринованный.

Мякоть свинины от корейки или окорока нарезать по одному куску на порцию, слегка отбить, посолить, поперчить.

Отдельно слегка обжарить на раскаленной сковородке нарезанный брусочками шпик и полукольцами лук.

Свинину обжарить до румяной корочки с обеих сторон, снять со сковороды. Каж-

дый кусочек прорезать вдоль, в середину положить лук, поджаренный со шпиком. Вторично положить на сковородку и довести до готовности, подлив немного бульона.

Подать свинину с картофелем и огурцом.

БАРАШЕК ПО-УРАЛЬСКИ

Баранины 165 г, муки 1 ст. ложка, хлеба 35 г, жиру 1 ст. ложка; огурец соленый, хрен, соль.

Баранину нарезать кусками — один от корейки, второй от почечной части; отбить, надрубить сухожилия, посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить на плите, затем довести до готовности в духовом шкафу.

Из белого хлеба приготовить крутоны, обжарить на жирах.

На середину блюда уложить жаренный соломкой картофель, а по краям крутоны, на них кусочки баранины, огурец и строганный хрен.

ЗРАЗЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ

Говядины 275 г, головка луку, жиру $1\frac{1}{2}$ ст. ложки, огурцов маринованных 90 г, перец, соль.

Отбить два куска говядины, остальное

мясо и лук пропустить через мясорубку и приготовить фарш. Полученный фарш положить на отбитые куски мяса, сформовать в виде колбасок. Обжарить на сковороде, затем переложить в сотейник, залить небольшим количеством бульона и тушить до готовности.

Подать с жареным картофелем и маринованным огурцом.

КОТЛЕТЫ «КАМА» (фирменное блюдо пермского ресторана «Кама»)

Свинины 165 г, $\frac{1}{5}$ яйца, сухарей 15 г, столько же сала свиного, гренков 2 шт., горошек зеленый в соусе, масла сливочного 2 ст. ложки.

Отрезать два кусочка свинины (мякоти), тонко отбить, посолить, поперчить; на середину положить густой молочный соус и свернуть в виде колбаски, запанировать в яйце и сухарной крошке, затем обжарить на раскаленных жирах и довести до готовности в духовом шкафу. Готовые котлеты уложить на гренки, а в закусочную корзиночку — зеленый горошек, по бокам картофель, жаренный стружкой.

При подаче котлеты полить маслом.

КОТЛЕТЫ «ДРУЖБА» (фирменное блюдо пермского кафе «Дружба»)

Свинины 85 г, головка луку, печени 12 г, масла сливочного 2 ст. ложки, $\frac{1}{4}$ яйца, жиру 15 г, зеленого горошку 115 г, сухари.

Отбить кусок свинины. Зафаршировать рубленой печенью с яйцом, обвалить в яйце и белых сухарях, обжарить в топленом жире (фритюре).

На гарнир можно подать жареный картофель и зеленый горошек.

БИФШТЕКС ПО-УРАЛЬСКИ

Говядины (вырезки) 160 г, 1—2 головки луку, чесноку 4—5 долек, жиру 12 г, огурцов маринованных 90 г, маслин 10 г, соуса «Любительского» 40 г, сахару 25 г, спирт 20 г.

На слегка отбитую вырезку положить пассированный репчатый лук, края завернуть; посолить, поперчить и обжарить на сковороде. При подаче положить гарнир, на гарнир положить бифштекс, вокруг сделать украшение из маринованных огурцов, маслин.

Подается на огне, для чего на мелкую

тарелку положить 3 кусочка пиленого сахара, облить их спиртом, поставить на них блюдо с бифштексом, спирт поджечь. Отдельно подать соус «Любительский».

ПОДЖАРКА РУССКАЯ НА ОГНЕ

Говядины (вырезки) 190 г, 4—5 головок луку, муки 1 ст. ложка, томат-пюре 20 г, жиру 2—3 ст. ложки, один огурец соленый, водки для огня 25 г, хлеба для крутонов 100 г.

Вырезку отбить по 4 кусочка на порцию, обжарить на сковороде до полуготовности, заправить репчатым луком, томатом, мукой и довести до готовности.

Готовую поджарку поставить на другое блюдо, по бокам которого положить два крутона из хлеба, в середину сухую подогретую соль, которую сбрызнуть водкой и поджечь.

КОЛБАСКИ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ

Говядины 160 г, головка луку, жиру $1\frac{1}{2}$ ст. ложки.

Мясо пропустить через мелкую решетку, добавить мелко нарезанный репчатый лук, специи; перемешать и разделать в виде

колбасок, обжарить до полуготовности, залить сметанным или томатным соусом и довести до готовности.

Подают с картофельным пюре.

ШАШЛЫК «ПРИКАМЬЕ» (фирменное блюдо пермского ресторана «Прикамье»)
Баранины 220 г, грибов соленых 30 г,

жиру 2 ст. ложки, маслин 10 г, один огурец соленый, зелени 5 г.

Отбитые кусочки баранины надеть на шпажку попеременно с солеными или маринованными грибами, обжарить на раскаленной сковороде. Шашлык можно гарнировать рассыпчатым рисом, солеными огурцами, маслинами, грибами и зеленью.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

РЫБА ОТВАРНАЯ (сом или щука)

Рыбу очистить, выпотрошить, хорошо вымыть. Варить (целиком или кусками) со специями (лавровый лист, уксус, соль, морковь, лук и сельдерей).

Кушать отварную рыбу можно и горячей, и холодной. К горячей подать отварной картофель. К холодной — винегрет, маринованную свеклу, соленые огурцы. К холодной и горячей рыбе можно подать хрен с уксусом.

ЩУКА, СВАРЕННАЯ КОЛЬЦОМ

Очистить и выпотрошить щуку. Свернуть кольцом, чтобы хвост входил в пасть, на-

тереть солью, заколоть лучинкой. Залить рыбу процеженным огуречным рассолом (или сухим виноградным вином), добавить специи, лук, коренья. Через 7—10 минут, когда закипит, огонь сбавить.

К готовой рыбе подать нарезанные кружочками соленые огурцы. Отдельно — соус из хрена.

ЩУКА ОТВАРНАЯ ПОД ГОРЧИЧНЫМ СОУСОМ

Рыбы 200 г, уксусу $\frac{1}{3}$ стакана, муки 1 ст. ложка, масла сливочного 1 ст. ложка, $\frac{1}{2}$ желтка; лимонный сок, сахар, соль, специи.

Вначале сварить голову и плавники с кореньями. Рыбу посолить, сложить в керамическую посуду, залить горячим уксусом. Бульон процедить, добавить куски рыбы, варить на сильном огне 15—20 минут.

Растереть готовую горчицу с мукой и маслом, разбавить горячим бульоном, добавить по вкусу соль, лимонный сок, прокипятить. Соус вливать постепенно в растертый сырой желток, помешивая, чтобы он не свернулся.

Готовую рыбу полить соусом. Отдельно подать отварной картофель.

САЗАН, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЯЙЦОМ

Сазана 100 г, муки 2—3 ст. ложки, масла растительного 15 г, одно яйцо, 2 головки луку, молока $\frac{1}{2}$ стакана, картофеля жареного 150 г.

Куски рыбы с кожей и костями посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить. Обжаренную рыбу положить на смазанную жиром сковороду, кругом уложить обжаренный картофель, перемешанный с жареным репчатым луком. Сырое яйцо смешать с молоком, добавить пшенич-

ную муку, перемешать и полученной смесью залить рыбу, сверху посыпать молотыми сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу. Вместо молока можно использовать рыбный бульон.

Так же готовить карпа, леща, воблу, карася.

КАРП ЗЕРКАЛЬНЫЙ ЖАРЕННЫЙ

Карпа 120 г, сала или масла растительного $\frac{1}{2}$ чайной ложки, муки 1 ст. ложка, масла сливочного $1\frac{1}{2}$ ст. ложки.

Рыбу (разделанную с кожей и костями или с кожей без костей) нарезать на куски, надрезать в двух-трех местах кожу и перед самой жаркой посыпать солью, перцем, обвалять в муке. Положить на разогретую с жиром сковороду и жарить с обеих сторон до образования корочки, а затем поставить на 5—7 минут в жарочный шкаф.

Жареные куски карпа положить на подогретое блюдо, украсить зеленью, полить растопленным сливочным маслом. Вокруг рыбы уложить жареный картофель (из сы-

рого или отварного) или рассыпчатую гречневую кашу, заправленную маслом.

ЛЕЩ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

Леща 100 г, муки 1 ст. ложка, жиру 20 г.

Куски рыбы с кожей и костями посыпать солью, обвалять в муке и обжарить. Сазана и карпа часто запекают целиком. Готовый кусок рыбы положить на смазанную жиром сковороду, вокруг расположить кружочки или ломтики вареного картофеля. Все это залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу. При подаче посыпать зеленью.

Так же можно запечь и другую рыбу.

КАРАСЬ, ЖАРЕННЫЙ ЦЕЛИКОМ

Карася 120 г, муки 1 ст. ложка, жиров (сала, масла растительного и масла сливочного) 20 г.

На сковороде поджарить с обеих сторон целого карася, предварительно посоленного и обвалянного в муке. После этого поста-

вить рыбу в жарочный шкаф на 7—10 минут. Жареного целого карася подать на подогретом овальном блюде, по бокам рыбы уложить жареный картофель или гречневую кашу, заправленную маслом, в которую можно добавить рубленые крутые яйца.

Рыбу полить сливочным маслом и украсить зеленью.

КАРАСЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАНЕ С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

Карася 100 г, муки 1 ст. ложка, сыру 6 г, жиров (маргарина, сала) 20 г, соусу сметанного 125 г, каши гречневой 150 г.

Целого подготовленного карася посолить, обвалять в муке и обжарить. На смазанную жиром сковороду или блюдо уложить рассыпчатую гречневую кашу, заправленную маслом, в которую можно добавить мелко нарубленные крутые яйца. На кашу положить обжаренную рыбу и все залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу.

Так же можно запечь целиком или кусками сазана, зеркального карпа, леща.

РЫБНАЯ МЕЛОЧЬ ЖАРЕНАЯ

Рыбы 200 г, масла топленого или растительного 3 ст. ложки, муки 1 ст. ложка; лимон, соль по вкусу.

Мелкую рыбу выпотрошить, обсушить, посолить, обвалить в муке. Хорошо разогреть сковородку, налить масло и обжарить рыбу с двух сторон до хрустящей золотистой корочки, затем убавить огонь, чтобы довести рыбу до готовности. На готовую рыбу можно положить нарезанный лимон.

На гарнир — отварной картофель.

РЫБНАЯ МЕЛОЧЬ, ЖАРЕННАЯ С ЯЙЦОМ

Рыбы 200 г, масла 3 ст. ложки, яиц 2 штуки.

Мелкую рыбу обжарить, как сказано выше, а затем залить взбитыми яйцами. Посыпать сверху зеленым луком.

ХРУСТЯЩИЕ ПЕСКАРИКИ

Пескарей 200 г, растительного масла 30—40 г, $\frac{1}{3}$ яйца, головка луку, мука, соль.

Рыбу промыть, обсушить, обвалить в муке. Нарезать лук, сложить на сильно разогретую сковородку, обжарить в растительном масле, затем тут же обжарить рыбу (лук лучше убрать).

Подать рыбу с луком.

На гарнир — отварной картофель или салат из квашеной капусты.

Так можно приготовить свежую кильку, салаку. Вместо лука можно на готовую рыбу уложить дольки лимона. Хрустящая рыба хороша и холодной.

РЫБНАЯ МЕЛОЧЬ ТУШЕНАЯ

Рыбы 200 г, головка луку, чеснок, соль, перец, уксус, масла подсолнечного 30 г.

Подготовить рыбу. Нарезать репчатый лук и петрушку. Растереть чеснок с солью. Выложить все это вместе с рыбой в посуду, добавить специи. Залить маслом, уксусом, добавить воды. Тушить около часа.

На гарнир — отварной картофель.

Мелочь особенно вкусна, когда ее тушат в глиняном горшке так, чтобы жидкость почти вся испарилась.

РЫБНАЯ СОЛЯНКА НА СКОВОРОДКЕ

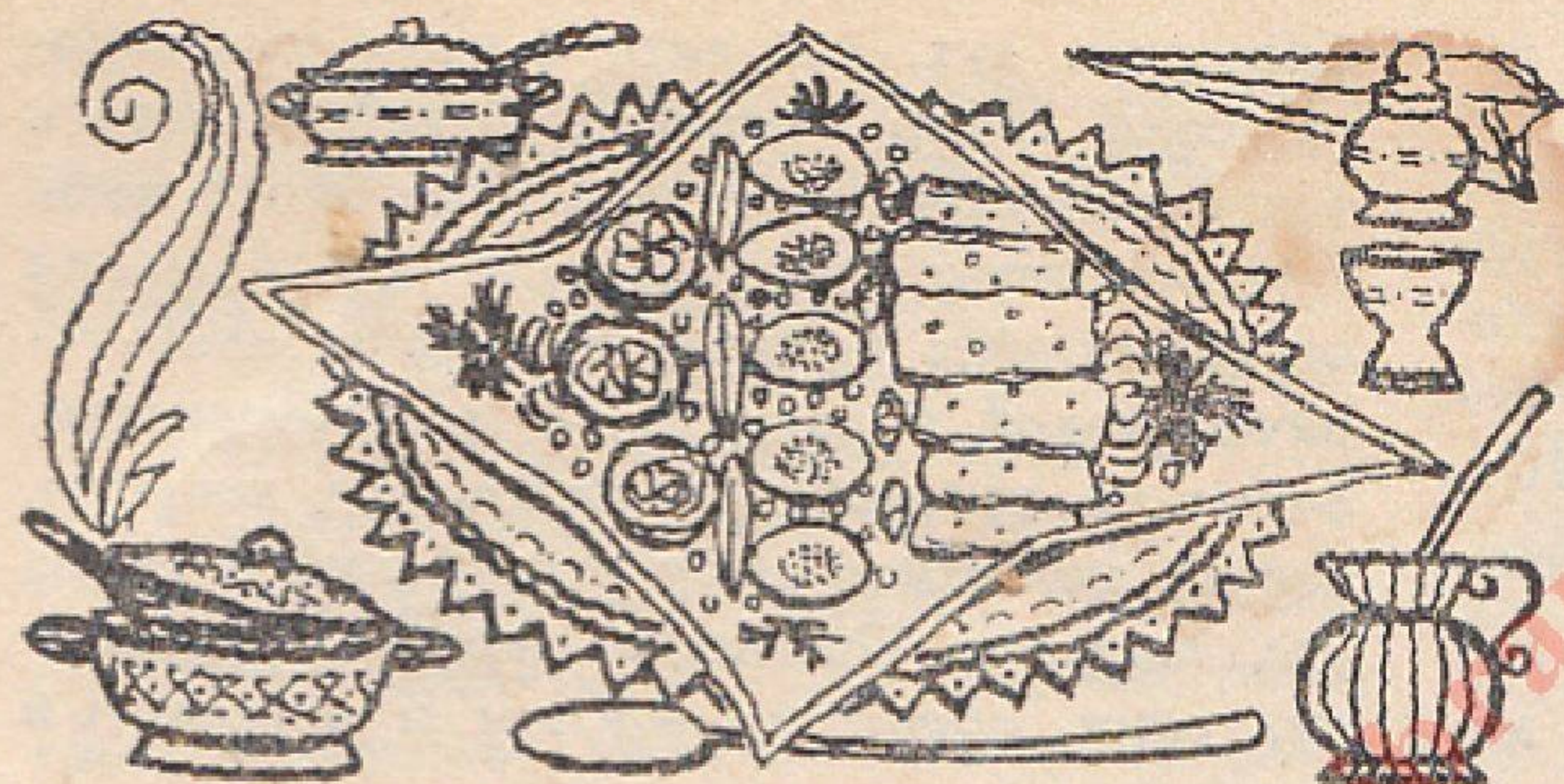
Рыбы 100 г, капусты 150 г, масла сливочного 1 ст. ложка, долька огурца соленого, сыру тертого 5 г, сухарей 5 г, полголовки луку, томат-пюре, уксус, мука, масла или сала 10 г, муки 2 ст. ложки, сахару 1 ст. ложка.

Нарезать капусту, залить чуть-чуть водой, положить специи, поставить тушить, сначала на сильном, потом на слабом огне.

Обжарить лук, добавить к нему томат-пюре, соль, сахар, посыпать мукой. Смешать все с капустой. И тушить еще около часа.

Нарезанную рыбу вместе с солеными огурцами (без кожицы и семян) залить горячей водой и сварить до полуготовности. Затем на сковороду уложить ряд капусты, сверху положить рыбу с огурцами и снова ряд капусты. Посыпать тертым сыром и сухарями, обрызгать маслом и поставить в духовку.

Готовую солянку украсить лимоном.



ВЗВАРЫ, ПОДЛИВКИ, ЗАПРАВКИ

ЛУКОВЫЙ ВЗВАР

300 г луку нарезать крупными ломтиками, влить 2 стакана воды, 2 ст. ложки уксуса, добавить $\frac{1}{2}$ ст. ложки меда или сахара, приправить перцем и уваривать пока не загустеет.

Этот взвар (как и описанные ниже) хорош к жареным курице, баранине и поросенку.

КАПУСТНЫЙ ВЗВАР

Отжать 500 г квашеной капусты, обжарить в масле и гусином сале, добавить 200 г нарезанного луку, все смешать. Когда из-

жарится, подлить уксус (по вкусу), подслащенный медом или сахаром. Разварить, приправить перцем.

Подается к мясным блюдам.

КЛЮКВЕННЫЙ ВЗВАР

Две ложки муки подсушить на сковороде до золотистого цвета и осторожно влить сок, отжатый из 500 г клюквы, добавить 100 г сахару или меду, все время помешивать.

Этот взвар особенно хорош к гусю и поросенку.

Подается к мясным блюдам.

ПОДЛИВКА ИЗ ЩАВЕЛЯ

Щавель перебрать, вымыть, можно нарезать, уварить до мягкости. Затем протереть, всыпать соль, сахар. Ложку муки растереть с ложкой сливочного масла, положить в щавель. Если получится густым, добавить сметаны.

Подается к мясным блюдам.

ПОДЛИВКА ИЗ ОГУРЦОВ

Свежие огурцы очистить, удалить зерна, нарезать и сварить в небольшом количестве бульона. Всыпать туда же муку, сахар, соль, перец, добавить уксус.

Можно влить воду и непременно 1—2 ложки сметаны.

Такой соус можно приготовить также из соленых огурцов.

Подается к мясным блюдам.

ПОДЛИВКА ИЗ ХРЕНА (горячая)

Одну чайную ложку разогретого топленого масла смешать с таким же количеством муки, всыпать туда 2 ст. ложки тертого хрена, добавить столовую ложку уксу-

су, чайную ложку сахара, развести горячим бульоном.

Подается к мясным блюдам.

ПОДЛИВКА ИЗ ХРЕНА (холодная)

Взять 4 ст. ложки хрену, 2 чайные ложки готовой горчицы, сахар, соль, 3 ст. ложки уксусу. Все это хорошо перемешать — и подливка готова. Можно добавить немного сметаны.

Подается к мясным блюдам.

ХРЕН С УКСУСОМ

Хрен натереть, залить уксусом так, чтобы был покрыт хрен, положить сахар (на 200 г хрена 1 ст. ложку), соль; хорошо все размешать и сложить в посуду, которую крепко закупорить, чтобы хрен не выдыхался.

Подается к мясным блюдам.

ХРЕН СО СМЕТАНОЙ

Тертый хрен слегка смочить уксусом, смешать со сметаной, посолить по вкусу.

КИСЛАЯ ПОДЛИВКА ИЗ ХРЕНА

Хрен измельчить на терке, смешать с тертым яблоком, прибавить немного бульона,

растительного масла, мелко нарезанной петрушки.

Кисловатой острой подливкой можно залить мясо и овощи.

Можно подавать отдельно.

СОУС-ХРЕН

В белый мясной соус (лук нарезать и спассировать на масле) влить бульон, размешать. Варить на слабом огне, добавить измельченный на терке хрен и масло топленое, припустить 15 минут.

Подавать к мясу.

ХРЕН С ЯБЛОКАМИ

Хрен протереть и смешать с протертыми яблоками. В массу влить бульон, уксус, растительное или оливковое масло. Добавить зелень петрушки.

Подавать к мясу и птице.

МОРКОВНЫЙ ХРЕН

Перемешать четыре протертые вареные морковки, 50 г тертого хрену, сахар, соль, уксус.

Подать к мясу.

ЯБЛОКИ С ХРЕНОМ

Два яблока и 40 г хрену; соль, сахар, уксус.

Вареные яблоки протереть и смешать с хреном, добавить специи.

ЯБЛОЧНАЯ СМЕСЬ С ХРЕНОМ

Два небольших свежих яблока, 2 морковки, 1 свекла, 100 г хрену, две гвоздички, соль, сахар, уксус.

Морковь и свеклу сварить отдельно. Яблоки, сваренные с сахаром и гвоздикой, протереть. Свеклу и морковь нарезать. Все смешать с тертым хреном. Подавать к мясу и яйцам.

СВЕКЛА С ХРЕНОМ

Две небольшие свеклы, 50 г хрену, сахар, соль, уксус, тмин и 100 г сметаны.

Вареную свеклу нарезать и смешать с тертым хреном, сметаной и т. д.

Подавать к мясу.

ПОДЛИВКА ДЛЯ ОВОЩНЫХ БЛЮД

Один желток, сметаны 200 г, 2 ст. ложки уксусу, сахару 10 г, соль, немножко горчицы, перец.

Желток крутого яйца растереть с горчицей и сметаной, добавить уксус, сахар, соль, молотый перец.

ПОДЛИВКИ СМЕТАННЫЕ С ХРЕНОМ

На стакан воды 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложку тертого хрену; перец горошком, сахар, уксус, соль.

Вскипятить воду с лавровым листом и перцем (минут 10). Добавить по вкусу соль, сахар, уксус, дать вскипеть. Горячий раствор процедить и залить им тертый хрен. Когда хрен набухнет, смешать все со сметаной.

Хрену 60 г, сливочного масла 1 чайная ложка, сахар, лавровый лист, 1 ст. ложка уксусу, сметанного соуса 150 г.

Очищенный и промытый хрен натереть, слегка подогреть со сливочным маслом, добавить перец, сахар, лавровый лист, уксус и дать прокипеть. Полученную массу соединить с горячим сметанным соусом и варить 5—7 минут.

Соус хорош к рыбе и мясу, а особенно — к заливному поросенку.

ПОДЛИВКА СМЕТАННАЯ С ХРЕНОМ И ЯБЛОКОМ

100 г хрену натирают на терке; добавляют к нему тертое яблоко (без кожицы), смешивают со стаканом сметаны и заправляют солью, сахаром, уксусом.

ПОДЛИВКА ИЗ СМЕТАНЫ, ХРЕНА И ГОРЧИЦЫ

Взять 100 г тертого хрену и стакан сметаны. Смешать все это. Добавить в массу по вкусу соль, сахар и горчицу.

ПОДЛИВКА СМЕТАННАЯ С ХРЕНОМ И ЯЙЦАМИ

Сваренные вкрутую два яйца очистить, мелко нарезать. 100 г хрену натереть и смешать с яйцами и стаканом сметаны. Заправить горчицей, солью, сахаром.

ПОДЛИВКА СМЕТАННАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

Сваренные вкрутую два яйца мелко нарезать. Мелко нарезать 50 г зеленого лука и соединить с яйцами и стаканом сметаны. Добавить соль, сахар, уксус, можно и горчицу.

ПОДЛИВКА СМЕТАННАЯ С УКРОПОМ

Столовую ложку пшеничной муки слегка поджарить в сливочном масле, развести стаканом сметаны и добавить нарезанный укроп и соль по вкусу. Нагреть до кипения на слабом огне.

Подливка хороша к мясу и рыбе.

ХРЕН СО СЛИВКАМИ

Топленого масла 60 г, муки 50 г, сливок 125 г, $\frac{1}{2}$ стакана молока; соль, сахар, уксус, хрен.

В заправку из масла и муки подлить бульон, вскипятить, добавить молоко. Процедить. Добавить сливки, сахар, тертый хрен, уксус; можно — мускатный орех.

Подавать к говядине и копченому мясу.

ХРЕН С ИЗЮМОМ

Готовить так же, как хрен со сливками, только вместо мускатного ореха добавить либо очищенный миндаль, либо целые изюминки.

ПОДЛИВКА ИЗ ХРЕНА И СВЕКЛЫ

Хрену 60 г, масла 20 г, кусочек сы-

рой свеклы (15—20 г); уксус, соль.

Натертый хрен заправить растительным маслом, солью, уксусом и хорошо растереть. Вместо сахара положить сырую протертую свеклу. Это вкуснее, чем с сахаром.

Подливка хороша к холодному картофелю и салатам.

ПОДЛИВКА ИЗ ВАРЕНОГО ХРЕНА

Бульону 100 г, хрену 60 г, головка лука, масла 20 г; сахар, уксус, соль.

Свежий хрен очистить, вымыть. На ночь положить в холодную воду. На другой день натереть на терке или провернуть через мясорубку, положить в кастрюлю и развести бульоном до густоты сметаны. Дать вскипеть, а потом заправить топленным маслом и луком, посолить, прибавить уксус и немного сахара.

Подавать к отварному картофелю.

ЧЕСНОК СО СМЕТАНОЙ

Хорош к отварному мясу. Готовится просто. Одну-две дольки чесноку (как вы любите остро) мелко нарезать и перемешать со сметаной.

ПОДЛИВКИ ЛУКОВЫЕ

4 луковицы средней величины, чайную ложку муки, 2 стакана молока, ложку масла.

Лук сварить до мягкости, изрубить, добавить соль, муку, масло, молоко. Вскипятить.

Луку 400 г, масла 15 г, муки 15 г, 1 стакан сливок.

Лук варить 15 минут, затем воду сменить, снова варить. Еще раз слить воду, варить в третий раз, посолить. Откинуть на дуршлаг. Изрубить. Развести масло с мукой, смешать с луком, влить сливки, поперчить. Мешать, грея на слабом огне, не давая закипеть.

БРУСНИЧНАЯ ПОДЛИВКА

Брусники 250 г, воды 0,5 л, сахару 125 г, вина (сухого) 50 г, крахмалу 5 г, корица.

Промытую бруснику залить холодной водой, сварить; отвар пока слить, а бруснику протереть. Брусничное пюре развести отваром, добавить сахар, корицу, влить сухое вино и дать прокипеть. Когда прокипит,

вливать разведенный холодной водой крахмал. Еще раз прокипятить.

Подают к птице, дичи, лосине, зайчатине.

БРУСНИКА МОЧЕНАЯ

Бруснику моченую или бруснику в собственном соку подают в деревянной чашке как приправу к птице, лосине, зайчатине.

ПОДЛИВКА ИЗ ШИПОВНИКА

Плоды шиповника перебрать, вымыть, залить крутым кипятком, закрыть крышкой и оставить на 30 минут. Затем настоем слить в другую посуду, а плоды размять деревянным пестиком. В пюре влить настой, добавить лимонную кислоту и кипятить 10—12 минут. Через 30 минут, когда отвар отстоится, процедить сквозь марлю, добавить сахар и снова прокипятить; затем влить разведенный в воде крахмал. Можно добавить цедру лимона, мандарина или апельсина.

Подается к блюдам из круп и макаронных изделий.

ЗАПРАВКА САЛАТНАЯ

Готовится из смеси растительного масла

и уксуса (в равных количествах); поперчить молотым черным перцем.

Использовать как заправку для всех овощных салатов.

ЗАПРАВКА ГОРЧИЧНАЯ ДЛЯ СЕЛЕДКИ

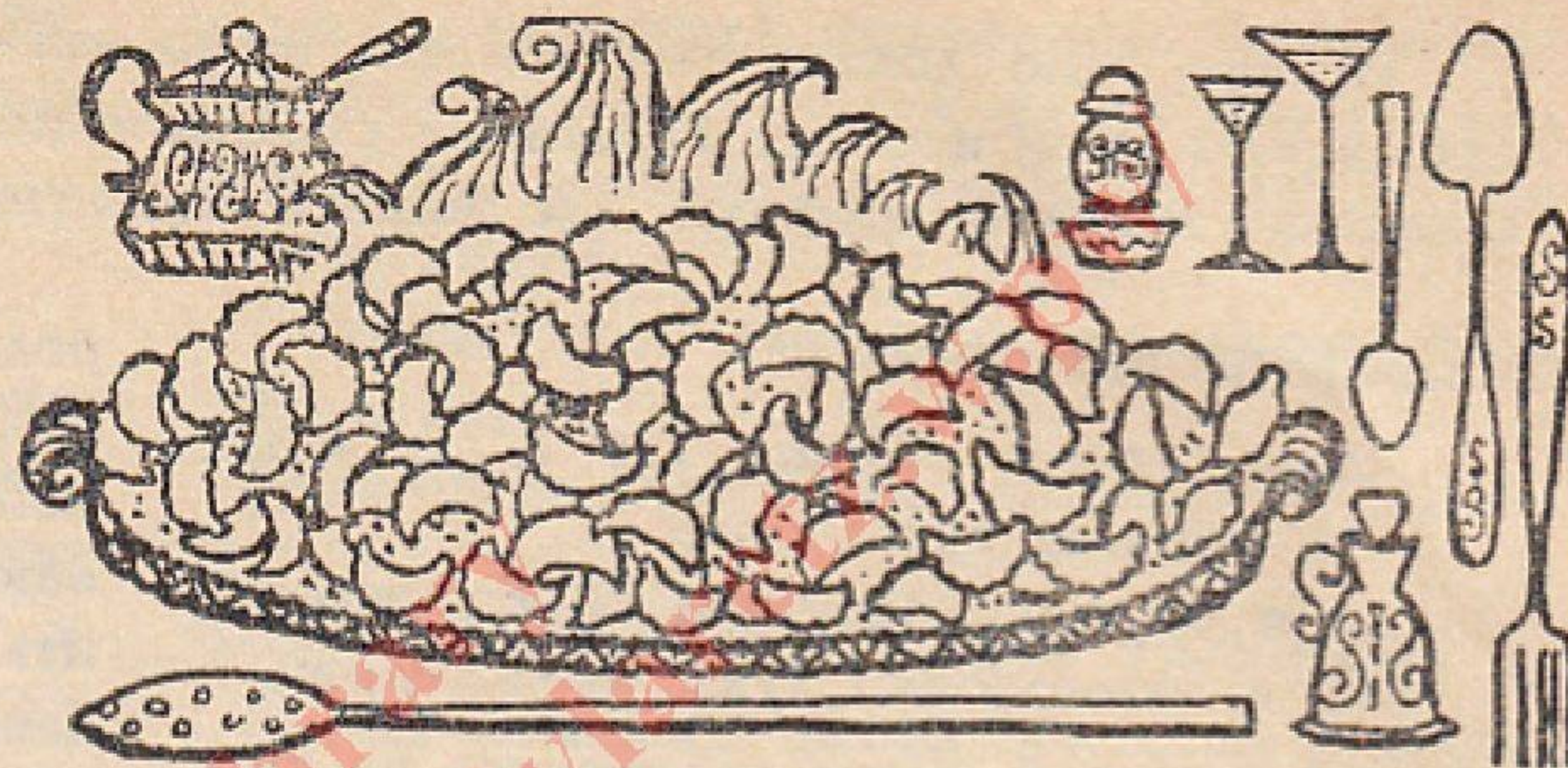
Горчицу, соль, сахар растирают; вливают подсолнечное масло, добавляют уксус, перец молотый черный.

ЗАПРАВКА ГОРЧИЧНАЯ ДЛЯ СТУДНЯ И ПЕЛЬМЕНЕЙ

Готовится из горчицы и уксуса. Тщательно размешать заправку и подать отдельно для каждого из сидящих за столом. Кусочки студня заливают этой заправкой, а пельмени макают в нее.

Library
<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

ПЕЛЬМЕНИ



Во многих кулинарных книгах пельмени называют сибирским кушаньем, однако коми-пермяки считают его своим исконно пермяцким блюдом.

Есть две версии происхождения этого слова. По коми-пермяцки «пель» — ухо, «нянь» — хлеб, «пель-нянь» — хлебное ухо или ушной хлеб. И верно: по форме пельмени удивительно напоминают ухо.

Другое предположение о происхождении слова «пельмень» исходит от имени Пель (Перь). Был у коми-пермяков бог по имени Пель (Перь). И, судя по тому, что пельмени с давних времен готовились только по особым дням, можно предположить, что это кушанье приносили в жертву богам. Отсюда и название «пель» (перь) плюс «нянь», что может означать: хлеб для Пели (Пери). Пельмени и первоначально не были мясным блюдом. И сейчас в коми-пермяцком крае можно услышать «яя пельнянь» (мясной пельмень), «пшака пельнянь» (грибные пельмени).

Откуда пельмени появились в Сибири? Коми-пермяки, живущие в пермской земле, были первыми проводниками русских в Сибирь. А потом и сами коми-пермяки селились за Уралом, уходили все дальше на Восток.

И еще одно доказательство, что пельмени — наше прикамское кушанье. В коми-пермяцком крае и селах Прикамья стряпают пельмени более чем в десяти вариантах: овощные, грибные, рыбные... А широко известны лишь мясные пельмени.

ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ

Для теста: муки 110 г, $\frac{1}{8}$ яйца, $\frac{1}{5}$ стакана воды, соль.

Для фарша: говядины 80 г, свинины 60 г, полголовки луку, соль, перец.

Самый вкусный фарш получается из смеси говядины и свинины. Некоторые хозяйки добавляют в фарш и баранину. Мясо лучше рубить в корыте сечкой, добавив побольше лука. Вместо воды фарш можно разводить молоком, тогда мясо становится нежным. Однако современные хозяйки берегут свое время и предпочитают деревянному корыту мясорубку; только в этом случае мясо проворачивают дважды.

В муку влить воду, смешанную с яйцом и солью. Замесить крутое тесто, дать ему полежать минут 30 (в это время можно заняться приготовлением фарша). Приготовленное тесто раскатать тонкой колбаской, нарезать кусочками длиной в 1,5—2 см. Каждый из них раскатать на не-

большой аккуратный сочень. Сочни наполнить фаршем. Это делают чайной ложкой или вилкой. Края сочня чуть смазывают фаршем, чтобы их можно было склеить. Затем сочень сгибают вдвое, а края защипывают. Иногда концы соединяют вместе — такие пельмени действительно напоминают «ушки».

Пельмени на Урале готовят по 50 шт. на порцию, делают впрок и замораживают на холоде.

Варить их надо так: в кипящую подсоленную воду с лавровым листом и перцем горошком бросить пельмени. Когда пельмени начинают сильно кипеть, в них добавляют немного воды или ненадолго убирают с огня. Так повторяют 2—3 раза. После того как пельмени несколько раз вскипят и сморщатся, можно осторожно достать их шумовкой. При варке рекомендуется мешать пельмени только деревянной ложкой, чтобы они не разварились.

К мясным пельменям подают уксус, перец, сметану, майонез, томатный соус, горчицу, сливочное масло.

ПЕЛЬМЕНИ С БУЛЬОНОМ

Пельмени с бульоном подают обычно вместо первого. Варят их так: на несколько секунд опускают пельмени в кипящую воду, чтобы смыть муку, затем достают и перекладывают в мясной бульон, приготовить который можно из костей, оставшихся от мяса, купленного для пельменей.

Бульон с пельменями подается летом с укропом, зимой — с сушеной зеленью.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ РЯБЧИКА

Фарш из рябчика готовится так же, как мясной, но требует больше молока и меньше луку.

Пельмени можно приготовить и из языка, из медвежатины... В любом варианте пельмени пусть и хлопотное дело, но еда отменная, ни с чем не сравнимая, гордость и мировая слава русской кухни.

ПЕЛЬМЕНИ С РЫБОЙ

Рыбу (щуку, жереха, сорогу) очистить.

отделить от костей, повернуть через мясорубку с луком. Рыбный фарш необходимо разводить молоком, а скрепить его лучше сырым яйцом.

Готовые сочни начиняют как обычно фаршем и варят.

Подают со сливочным маслом и укропом.

ПЕЛЬМЕНИ СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

Грибы отварить, затем порубить в корыте мелко с луком, развести фарш следует сметаной, а скрепить яйцом.

Грибные пельмени обычногибают вдвое, недаром их называют «ушками»; варят как обычно, а кушают со сметаной.

ПЕЛЬМЕНИ С СОЛЕНЫМИ ГРИБАМИ

Фарш приготовить совсем просто: грибы порубить с луком (луку не жалеите), развести фарш сметаной, скрепить яйцом. Если грибы очень соленые, следует их сначала промыть в холодной воде.

ПЕЛЬМЕНИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ

Свежую капусту мелко рубят с луком, фарш разводят сырым яйцом.

Капустные пельмени едят с маслом или со сметаной.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Готовят так же, как из свежей; но если капуста очень соленая, ее следует промыть водой.

Эти пельмени вкусны со сметаной или майонезом.

ПЕЛЬМЕНИ С РЕДЬКОЙ

Тесто обычное для пельменей, а начинка делается так: редьку натереть, тщательно отжать (это одно из главных условий этих пельменей), добавить мелко нарезанный лук (можно и зеленый), положить в фарш сырое яйцо, 2 ст. ложки сметаны. Все тщательно перемешать — и начинка готова.

Вкусны со сметаной и майонезом.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ КАРТОШКИ

Картошку отварить, размять, развести молоком, добавив жареный лук, скрепить фарш яйцом.

Пельмени из картошки надо есть горячими со сметаной и перцем.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ КЛЮКВЫ

Клюкву перебрать, вымыть, откинуть на сито, чтоб стекла вода, раздавить деревянным пестиком и смешать с сахарным песком.

Едят со сметаной.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ БРУСНИКИ, ГОЛУБИКИ ИЛИ РЯБИНЫ

Готовят так же из каждого вида ягод. Сахар добавляют по вкусу. Лишний сироп можно слить, чтобы затем подать его, смешав со сметаной, для заправки к пельменям.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ПЕСТИКОВ

Для приготовления фарша пестики очистить от лишней зелени, нарубить, смешать с яйцом.

Не отказывайтесь от этого вида пельменей, не попробовав.

КАШИ



КАША ГРЕЧНЕВАЯ

Чтобы получить 500 г каши, необходимо крупы 235 г, воды 350 г; масло, соль.

Гречневую крупу перебрать, просушить в духовом шкафу или поджарить на сковороде до коричневого цвета. Всыпать крупу в кипящую подсоленную воду, положить масло, когда загустеет, плотно закрыть крышкой. Варить, вернее упаривать, 2—3 часа в духовке.

Подается с маслом или молоком.

По старинному обычаю молоко наливали в тарелку с кашей. Едят кашу и со сметаной или с маслом.

Рассыпчатая гречневая каша идет на гарниры к мясу, рыбе. Можно приготовить гречневую кашу с жареным луком. Лук обжаривать отдельно и перемешать с готовой кашей.

КАША ПШЕННАЯ

На 500 г каши крупы 200 г, воды 360 г; соль, масло.

Крупу перебрать, засыпать в кипящую подсоленную воду, добавить масло. Когда загустеет (а варить надо на слабом огне), закрыть крышкой, поставить в духовку на 1 час.

Подают с маслом или молоком.

КАШИ ЯЧНЕВАЯ И ПЕРЛОВАЯ

Готовятся как пшенная. Ячневая каша хороша с гусем. Для этого к ней добавляются жареный лук. Подают к гусю хорошо разваренную, со сливочным маслом.

КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ

На 500 г каши надо ячневой крупы 200 г, молока 300 г, воды 450 г; соль, сахар, масло.

Ячневую крупу перебрать, промыть, всыпать в кипящее молоко с водой. Как закипит, в кашу положить масло, сахар, закрыть крышкой и доваривать на слабом огне.

ПШЕННАЯ КАША С ТЫКВОЙ И РЕДЬКОЙ

На 500 г каши надо пшена 130 г, тыквы 200 г, воды 150 г, молока 150 г; сахар, масло, соль, редька.

Тыкву, очищенную от кожицы и семян, пропустить с редькой через мясорубку, положить в кипящее молоко, разбавленное водой, добавить соль, сахар и дать заки-

петь. Затем всыпать сюда же подготовленное пшено и варить до готовности.

Подавать со сливочным маслом.

ОВСЯНАЯ КАША

На 500 г каши надо крупы 125 г, воды 400 г; сахар, соль.

Подготовленную крупу всыпать в кипящую воду с солью и сахаром и варить до загустения. Затем дать упреть в духовке.

Овсяную кашу (а также пшенную или ячневую) можно запечь в духовке. Для этого в готовую кашу добавить 3—4 яйца и 2—3 ложки сметаны.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С БРЮКВОЙ

Брюквы 250 г, крупы 150 г, молока 750 г; соль, сахар, масло.

Молодую брюкву очистить от кожицы, натереть на терке, сложить на сковородку и жарить с маслом. Гречневую крупу вымыть, смешать с жареной брюквой, сложить в кастрюлю, залить кипящим молоком и варить, пока не загустеет. Затем добавить в кашу соль, сахар, масло и за-

крыв крышкой, поставить в духовку на 1,5—2 часа.

Подавать на стол, полив горячим маслом.

КАША МАННАЯ С МОРКОВЬЮ

Моркови 250 г, крупы 100 г, сахару 50 г, масла 30 г, молока 0,5 л.

Морковь очистить, вымыть, натереть на терке, добавить в нее сахар, масло и тушить на слабом огне час. Затем влить в морковь молоко, вскипятить, засыпать крупу, посолить, помешать и поставить в духовку для упревания.

Подавать с ягодами.

КОТЛЕТЫ ИЗ ПШЕНА С ОВОЩАМИ

Пшеница 100 г, овощей 100 г, 2 яйца; сметана, сухари, масло, соль.

Сырые очищенные морковь, тыкву, брюкву мелко нарезать и тушить в небольшом количестве воды. Затем протереть. Пшено перебрать, промыть несколько раз в горячей воде. Можно вскипятить раз и слить воду, чтобы крупа не горчила. Залить снова водой, смешать с пюре и сварить кашу. В готовую охлажденную кашу добавить яйца; массу взбить и обвалять в

сухарях, разделать на котлеты, жарить на масле.

Кушать со сметаной или маслом.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ИЛИ ПШЕННАЯ С БЛИНЧИКАМИ

Поджаренную гречневую крупу всыпать в кипяток, дать повариться, затем хорошо перемешать и доварить.

Взять немного вареной говядины (из супа), мелко нарезать, перемешать с нарезанным луком и пережарить в масле, посыпав перцем, солью. Можно сверху добавить нарезанные вареные яйца.

Нажарить блинов.

Кастрюлю внутри смазать маслом и сложить туда блины, перекладывая кашей и фаршем. Кастрюлю с блинами и кашей поставить в духовку и запечь.

Пшенную кашу выкладывают на блины без дополнительного фарша, просто с маслом.

Каша с блинами подавалась в старину к борщам и щам. Попробуйте и вы приготовить это блюдо.

КАША С ГРИБАМИ

Обычно с грибами готовят гречневую кашу или пшеничную. Для этого сушеные белые грибы залить холодной водой и варить 1—1,5 часа. Отвар процедить, а грибы мелко нарезать. Грибной отвар использовать для приготовления каши (всыпать в него крупу и варить), а в готовую кашу добавить поджаренные грибы и поджаренный лук с маслом.

Подавать с маслом.

КАША ИЗ ТЫКВЫ, РЕПЫ ИЛИ БРЮКВЫ (КАЛЕГИ)

Тыквы 200 г, пшена или манки 200 г, молока $\frac{1}{2}$ стакана, масла 20—30 г; сахар, соль.

Очищенную и нарезанную тыкву тушить с луком и маслом до полуготовности. Затем добавить промытое пшено или манную крупу, соль, сахар.

Хорошо подержать готовую кашу в духовке.

Так же можно приготовить кашу из репы и калеги.

Эти каши и до наших дней очень любимы населением Коми-Пермяцкого округа.

ЛАПША С ГРИБАМИ

Несколько сушеных грибов сварить и мелко изрубить. Лапшу отварить в грибном бульоне, затем поджарить на сковороде лук с грибами, сложить на сковороду и лапшу (не забыть промыть ее), хорошо все перемешать и выложить на блюдо.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И МОЛОКА



ЯИЧНИЦА СО ШПИКОМ

Шпик нарезать тоненькими ломтиками и поджарить на сковородке. Можно поджарить здесь же лук. Вылить на шпик яйца и жарить 1—2 минуты. Яичница готова, как только загустеет белок. Желток под пленкой должен оставаться жидким.

ЯИЧНИЦА С КАРТОФЕЛЕМ

Сырой или вареный картофель нарезать ломтиками и поджарить на сковородке до готовности. Затем влить на картофель яйца и дожарить до готовности блюда. Перед подачей на стол посыпать зеленью. Не за-

будьте посолить вареный картофель перед жарением, сырой — полуготовый, а в конце — яйца.

ЯИЧНИЦА С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Сложить на разогретую с маслом сковородку. Когда закипит, вылить яйца и поджарить.

ЯИЧНИЦА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ

Репчатый лук мелко нарезать, поджарить на сковородке с жиром. Когда будет готов, вылить яйца и поджарить.

ЯИЧНИЦА С ГРИБАМИ

Свежие белые грибы или шампиньоны нарезать и поджарить на сковороде со сливочным маслом. Затем вылить яйца и жарить до готовности.

ОМЛЕТ СО ЩАВЕЛЕМ

Перебрать и промыть щавель. Чуть обжарить в масле и залить яичной массой.

Для омлета на каждое яйцо берут 15 г сливок или молока пополам с водой и соль. Яйца разбить, затем добавить молоко с водой и все это тщательно взбить.

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

Зеленый лук нарезать, помять ложкой. Затем смешать с яичной массой и запечь.

Кушанье это очень распространено в деревнях и селах Прикамья.

ОМЛЕТ С ПЕСТИКАМИ

Пестики (полевые хвощи) промыть, мелко нарезать и хорошо поджарить в масле.

Яйца взбить, добавить соль, молоко. Залить пестики яичной смесью. Поджарить, а потом на несколько минут поставить в духовой шкаф.

ОМЛЕТ С КАПУСТОЙ

Свежую капусту нарезать, посолить и поджарить в масле или отварить. Затем приготовить яичную массу и залить готовую капусту. Дать пропечься в духовке.

Подавать с зеленым луком.

ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ

Чаще всего готовят из вареного картофеля или картофельного пюре. Вареный картофель нарезать, залить яйцами, взбитыми с молоком, и запечь в духовке.

Подать с зеленью.

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Отварить свежий зеленый горошек и смешать с яичной массой, взбить. Вылить на хорошо разогретую сковороду.

ОМЛЕТ С СЫРОЙ МОРКОВЬЮ

Морковь очистить, натереть на терке, перемешать с яичной массой. Вылить на сковороду.

При подаче к столу посыпать зеленью.

ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ

Очищенную морковь нарезать кружочками и потушить с маслом и бульоном. Мо-

жно добавить немного сахара. Отдельно приготовить омлет. Готовую морковь уложить на омлет.

Можно приготовить омлет со смесью овощей. Для этого лучше брать овощи из супа, а щавель чуть потушить на сковороде. Готовые овощи залить яичной массой.

ОМЛЕТ С МАЛИНОЙ

Два яйца, молока $\frac{1}{4}$ стакана, сахару или сахарной пудры 20 г, сливочного масла 20 г, малины 150 г; ванилин, соль.

Взбить яйца с одной ложкой пудры, перемешать с солью и молоком. Из смеси приготовить два омлета. Малину перебрать, пересыпать пудрой или сахаром и сложить на готовые омлеты.

Можно подавать свернутыми в трубку

или сложенными друг на друга; хорош и каждый отдельно.

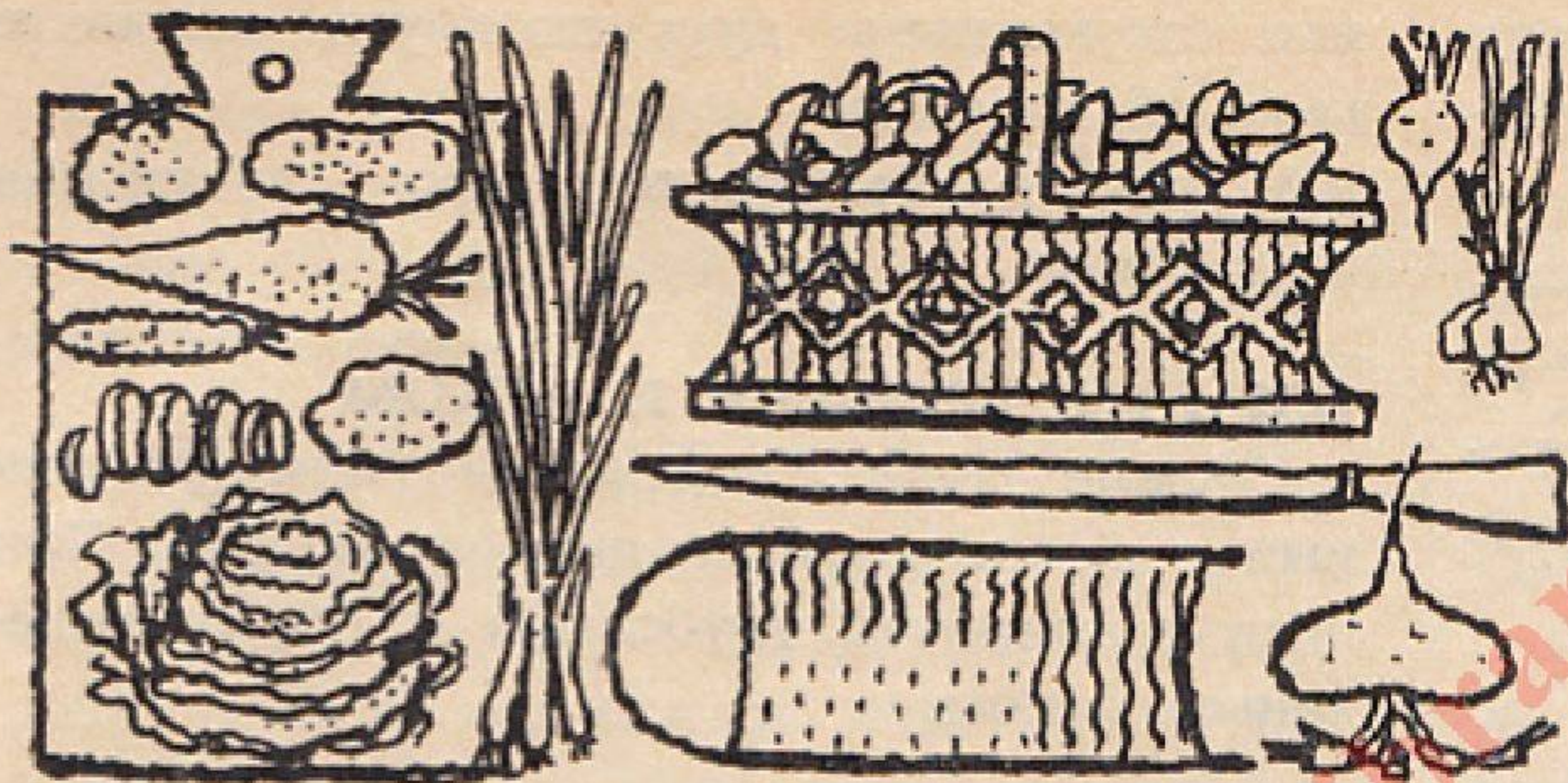
К такому омлету подойдут сливки или мороженое.

ОМЛЕТ С ГРИБАМИ И ЛУКОМ

Свежие грибы, нарезанные и поджаренные с луком, залить яичной массой. При подаче свернуть трубочкой и посыпать зеленым луком.

ВАРЕНЕЦ

Поставить молоко в духовку, чтобы медленно кипело. Когда пенка зарумянится, опустить ее в молоко. Так сделать несколько раз. Затем достать молоко, дать чуть остыть, положить сметаны ($\frac{1}{4}$ стакана на 1 л), размешать, поставить в теплое место. Кушать через 24 часа с сахаром, вареньем, кукурузными хлопьями или печеньем.



БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

О В О Щ И

Лук — одно из самых древнейших растений, известных человечеству. Из-за своей ароматичности и остроты чаще всего используется как приправа, но может быть и самостоятельным блюдом.

В луке есть белки, углеводы, жиры, минеральные соки, витамины (особенно их много в зеленом луке), эфирное масло, придающее луку острый вкус. В луке содержатся и фитонциды — вещества, способные бороться с бактериями. Вот почему лук может быть и лечебным средством: полезен при ревматизме, подагре, ожирении, камнях в почках. Лук повышает аппетит и улучшает усвояемость пищи. Недаром о луке говорят: «Лук да баня все правят». «Лук — от семи недуг».

В старину лук был чуть ли не основной едой простых людей. Так, во время постройки пирамиды Хеопса в Египте на покупку лука и чеснока для строителей-рабов было истрачено 1600 талантов серебром. Это большие деньги по тем временам.

В армиях Греции и Рима лук обязательно добавляли в пищу воинов, считая, что он придает силу и храбрость.

Философы древности использовали разрезанную поперек луковицу в качестве наглядного пособия при изучении астрономии. «Вселенная, — говорили они, — состоит из нескольких сфер...» Кроме того, своей формой луковица напоминала древним людям луну, а луна считалась символом вечности. Так горький лук стал чуть ли не священным растением.

При спорах и тяжбах египтянин клялся в своей правоте над пригоршней лука. В Древней Греции красивые луковицы посылали в дар богам.

В средние века рыцарь прикреплял цветок лука к своему шлему, обозначал этим вызов сопернику. А в Швейцарии до сих пор 1 марта в память исторической победы над саксами граждане украшают свои головные уборы букетиками из цветов лука.

Вот, оказывается, какая интересная история у самого обыкновенного горького лука.

У нас на Урале лук ели запросто с водой или квасом да хлебом. Это, наверное, о нас сказано: «В нашем краю — словно в раю: рябины да луку не приесть...» Особенно популярно было луковое перо. Ели и дикий медвежий лук.

Родной брат лука — чеснок. Специфический острый запах придает чесноку эфирное масло, которым очень богат чеснок. Кроме того, в чесноке есть витамин С и вещества, способные убивать микробов. Одной дольки чеснока достаточно, чтобы почувствовать на зуб его «злой характер», поэтому его употребляют в малых дозах. Съедобен и дикий чеснок, в котором тоже немало витамина С.

Свекла — тоже очень давно известна людям. «Вверху зелено, внутри красно, в землю вросло». У персов свекла считалась символом ссор, раздоров и сплетен. Если хотели «насолить», то подбрасывали в дом врага ветку дикорастущей свеклы. Свекла почти универсальна: она полезна при ожирении и неправильном обмене веществ, гриппе и ангине. Один венгерский врач считает даже, что свекла излечивает опухоли. В

свекле есть фосфор, кальций, железо. Свекла прекрасно обезвоживает организм. А кроме того, она вкусна. Из свеклы пекут пироги и варят суп, делают сок и используют в винегретах.

Морковь — растение двулетнее. Но она не всегда была им. Дикая морковь расцветает в одно лето. Культурная морковь создавалась человеком на протяжении веков. В средние века морковь считалась лакомством маленьких лесных человечков — гномов. Тот, кто хотел получить от гномов клад, должен был отнести в лес миску с вареной морковью.

Морковь и вправду лакомое и очень ценное растение. В ней содержится много каротина, который в организме человека превращается в витамин А. В моркови содержатся также витамины С и В₁; поэтому можно сказать, что тот, кто ест морковь, быстрее растёт и лучше видит. Кроме того, морковь повышает аппетит и улучшает пищеварение и цвет лица.

Как видите, морковь с успехом может конкурировать с фруктами. Недаром говорят: «Съешь морковь, если яблока нет».

У нас в Прикамье выведен свой сорт моркови — «осинская». «Осинская» морковь розовато-оранжевого цвета; она очень вкусна, нежна и ароматна. Средний вес одной моркови 120 г.

Репа и брюква — были особенно распространены в северных краях, таких как Прикамье. На специальных полях — репищах рос «второй хлеб» северян. Репу пекли, жарили, варили, парили. Репа не только вкусна, но и полезна: в ней есть много витаминов С, В и каротина.

Среди известных сортов репы «грибовский» — наш уральский — возделывают с давних пор в селе Грибово Свердловской области. Уральская репа вкусна и хорошо выдерживает хранение.

Брюква — имеет много «имен». У нас в Прикамье ее называют калегой или калевкой. В последние годы брюкву стали забывать, а зря: она полезна и вкусна. Годится для супа, винегрета, хороша в пареном виде и как добавка к каше.

Капуста в диком виде — двулетнее растение. За многие тысячелетия окультурена человеком. Название «капуста» происходит от латинского слова «капут» — голова.

Капуста была известна еще жителям Египта. Отварную капусту подавали в Египте как сладкое блюдо. Греческий математик Пифагор писал, что капуста — «овощ, который поддерживает постоянно бодрость и веселое, спокойное настроение духа». Египтяне и греки считали капусту целебной и поэтому лечили ею различные заболевания.

Подлинное признание получила капуста в России. Наши предки ели капусту по два раза в день, а на зиму заготавливали ее в громадных количествах. Щи, пироги с капустой, квашеная капуста — издавна любимые кушанья русских.

Кочан капусты — буквально домашняя аптека. В нем есть витамины С, Р, фолиевая кислота, каротин, биотин, инозит. Капуста богата минеральными солями, сахарами, в ней содержатся белки. Капуста полезна при язве желудка и лучевых заболеваниях, ее полезно кушать при гриппе, ангине, туберкулезе, ревматизме, воспалении легких. В старину русские лекари использовали капусту при ожогах, болезнях печени и почек.

Капуста предотвращает кровоизлияния, она укрепляет наши нервы, улучшает работу кишечника, способствует обмену белков.

Еще одна любопытная особенность: витамин С сохраняется даже в рассоле квашеной капусты. Недаром говорят: «Капуста не пуста, сама летит в уста».

Родина картофеля — очень популярной у нас на Урале овощной культуры — берега Чили и горы Перу в Южной Америке. Перуанцы называли его «пиппа». В Европу картофель был завезен после завоевания испанцами Южной Америки. Первый мешок картофеля в Россию прислал из Голландии Петр Первый, но, несмотря на

грозные указы, крестьяне не признавали «чертова яблока». Принудительные посадки картофеля вызвали даже картофельные бунты, были они и в Пермской губернии. Весной 1841 года был издан приказ приступить к посадке картофеля на землях, отведенных из крестьянских наделов специально для этого.

Медяньские мужики из Осинского уезда наотрез отказались сажать «чертовы яблоки» на общественном поле и кольями прогнали губернаторского уполномоченного. На усмирение картофельного бунта выезжал сам губернатор. Военно-судебная комиссия «на основании высочайшего повеления» приговорила к наказанию 533 участников картофельного бунта.

Лишь годы неурожаяев создали картофелю популярность, и он стал «вторым хлебом» русского человека. «Картошка — хлебку присошка». Клубни картофеля содержат витамины С, В, минеральные вещества.

Витамин С в картофеле столько же, сколько в луке, и больше, чем в яблоках. Картофель варят, жарят, пекут. На Урале его очень любят и едят в будни и праздники: картофельные пироги и шаньги, оладьи, пельмени.

Петрушка — название вроде бы русское, но петрушка была известна и эллинам. В древней Греции соперничала с лавровым листом, ветками петрушки увенчивали героев олимпийских игр.

Петрушка богата витаминами, ее зелень содержит необходимую для крови фолиевую кислоту, а эфирные масла, имеющиеся в петрушке, вызывают аппетит. Петрушкой лечат раны, она укрепляет десны, полезна при заболевании почек, а кроме того — сохраняет зрение.

Рекомендуется при авитаминозе. В 30 г петрушки — суточная норма витамина С.

Молодую огуречную траву употребляют для салатов и окрошки, а врачи рекомендуют ее при суставном ревматизме, катарах, заболеваниях кожи, а также как снотворное. В народной медицине известна, как средство «от нервов».

Укроп — обладает очень приятным запахом, так как содержит масло. Свежие листочки — прекрасная приправа к салатам, окрошке, подливкам и вторым блюдам. Листья и стебли применяют при засолке и в маринадах.

Укроп (семена и зелень) полезен при бессоннице, астме, болезнях пищеварительных органов.

Редька — отличное средство для возбуждения аппетита. В редьке содержатся ферменты, усиливающие пищеварение, именно поэтому она хороша на закуску. Тот, кто любит редьку, не пожалуется на работу кишечника, но... будьте осторожны с ней при язвенных болезнях, гастритах, колитах, подагре, заболеваниях печени и почек.

В редьке и редисе много солей калия, натрия, кальция, магния, железа, фосфора, серы, хлора. Особенно богата солями черная редька, есть в ней и витамин С.

В редисе больше витаминов. Это очень важно, ведь это ранний овощ.

Хрен не только приправа, но и лекарство. Острый запах и вкус дает хрену алиловое горчичное масло, которое возбуждает аппетит. По калорийности хрен занимает одно из первых мест среди овощей. Он очень богат минеральными солями калия, кальция, магния, железа, меди, фосфора, серы и хлора. В нем много витамина С и фитонцидов, которые губят микробов, поэтому хрен как бы охраняет нас от различных заболеваний.

В последние годы хрен вытесняется горчицей, а между тем он мог бы еще послужить людям.

Сельдерей содержит белок, углеводы, эфирные масла, его листья богаты витаминами. В народе считают, что сельдерей помогает лечить нервы, улучшает сон.

Родина сладкого перца — Мексика и Гватемала, но сейчас его разводят и у нас в Прикамье. Перец занимает первое место среди овощей по содержанию витамина С. Кроме того, в перце есть каротин, сахар, белок.

Щавель одним из первых овощей приходит на наш стол. Он дорог еще и

тем, что богат железом, белками, калием, витаминами А, С и щавелевой кислотой. Щавель идет в суп, пюре, заправки. Его сеют на полях и собирают на лесных полянках.

Ревень конкурирует с яблоками. Он содержит до 2,5% яблочной кислоты, большое количество витамина С и может заменить фрукты, тем более, что созревает он раньше всех овощей. Ревень обладает приятным вкусом и ароматом, улучшает работу желудка.

Родина огурца — тропики. Огурец очень ароматичен, приятен на вкус. Чем он богат? В огурце есть ферменты, ускоряющие образование витаминов. Но больше всех овощей огурец богат йодом.

Полезен при больной печени, гипертонической болезни, предупреждает атеросклероз.

Томат (помидор) — один из самых «богатых» овощей. Чего только в нем нет: органические вещества и минеральные соли, витамины С, Р, В, провитамин А, фолиевая кислота. Но особенно много в нем железа: в 17 раз больше, чем в молоке, вдвое больше, чем в курином мясе, и втрое — нежели в рыбе.

Помидоры способствуют укреплению и росту организма, а также обладают противосклеротическими свойствами. Полезны детям и старикам и больным подагрой.

Горох — одно из самых заслуженных растений. Он неприхотлив и может расти даже на обочине дороги. Именно поэтому его и ценили в старину. Отправляясь в дальнюю дорогу или переселяясь на новые места, брали с собой горох. Он быстро вырастал и давал сытную, вкусную пищу.

В горохе есть витамины А, В, С, жиры, углеводы, много белка. Может быть диетическим продуктом, заменяющим мясо.

Сейчас популярен консервированный зеленый горошек.

Но если умело приготовить самую обыкновенную горошницу, можно, как говорится, пальчики облизать.

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ

Картофель очистить, промыть, залить горячей водой и варить. Когда вода закипит, положить соль, перец, лавровый лист и варить до готовности. Затем отлить воду и дать постоять под крышкой 5—10 минут.

К картофелю подать масло, сметану или майонез.

Можно варить картофель с луком и морковью. Некоторые хозяйки предпочитают сразу положить в отварной картофель масло.

Перед подачей на стол сверху посыпать зеленью.

КАРТОФЕЛЬ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

2—3 картофелины, 1 ст. ложка сливочного масла, ложка тертого сыру, $\frac{1}{2}$ стакана сметанного соуса; соль, укроп, петрушка.

Молодой очищенный картофель сварить в подсоленной воде, откинуть, дать стечь воде, сложить в глубокую сковородку, смазанную сливочным маслом. Залить картофель сметанным соусом, посыпать тертым сыром и минут на 10—15 поставить в го-

рячую духовку. Готовый картофель украсить зеленью.

Можно из вареного картофеля сделать красивое блюдо: очистить от кожуры, уложить картофелины на горячую смазанную маслом сковороду, посолить, полить сметаной и поставить в горячую духовку минут на 10—15. Картофель станет румяным и аппетитным.

КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ В МАСЛЕ

(из старых рецептов)

Молодой картофель лучше варить не в воде, а в масле.

Вычищенные и вымытые картофелины, одинаковые по размеру, сложить в кастрюлю, сверху положить ложку масла (сливочного или топленого), посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропом, посолить, накрыть крышкой и поставить на плиту, но тушить в сотейнике либо через прокладку, а не на прямом огне.

Кушать картофель горячим.

КАРТОФЕЛЬ С СЕЛЕДКОЙ

Поджарить докрасна в масле две головки луку, добавить муки, развести кипятком

или бульоном, добавить лавровый лист, перец, уксус, соль и несколько мелких кусочков хорошо вымытой и очищенной от костей селедки. Картофель, сваренный в кожуре, очистить, нарезать кружочками и прокипятить в получившемся остром соусе. Потом добавить молоко — и старинное кушанье готово.

КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ СО СВИНИНОЙ (из удмуртской кухни)

2—3 картофелины, свинины 100 г,
1—2 головки луку, зеленый лук.
Соль, укроп, морковь, специи по
вкусу.

Свинину разрезать на кусочки, нарезать картофель, морковь, лук. В чугунок или глубокую кастрюлю положить слой картофеля, затем слой свинины с морковью, луком, чесноком, перцем, лавровым листом. Снова ряд картофеля — и снова ряд свинины. Свинину можно поперчить, добавить чесноку. Верхний слой должен быть картофельным.

Залить подсоленной водой и тушить. При подаче на стол посыпать зеленью.

Современные хозяйки часто пользуются

приправами и соусами. В это блюдо будет уместна добавка (уже в самом конце приготовления) пасты-томата или томатного соуса.

Можно сделать иначе: к готовому блюду подать томатный сок, соус или уральское ассорти (из соленой капусты, огурцов и помидоров).

КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С РЫБОЙ

По этому же принципу готовят и картофель, тушеный с рыбой. В кастрюлю укладывают ряд картофеля, ряд рыбы, густо посыпанной перцем и луком. Заливают сметаной.

КАРТОФЕЛЬ В МУНДИРЕ, ФАРШИРОВАННЫЙ КИЛЬКАМИ

2—3 картофелины, 60 г кильки, головка луку, половина яйца, $\frac{1}{4}$ стакана сметаны; перец, лавровый лист.

Одинаковые по величине картофелины сварить в мундире, остудить, снять кожуру, вынуть середину. Мякоть соединить с рубленой или промолотой килькой, добавить мелко нарезанный лук, перец, сырое яйцо и сметану. Все это взбить и этим фар-

шем начинить картофель, залить сметаной и поставить поджариться в духовую печь.

В фарш можно добавить соленые грибы.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

2—3 картофелины, 15 г сушеных грибов или 100 г свежих, $\frac{1}{4}$ яйца, кусочек пшеничного хлеба, две небольшие головки луку, 3 ст. ложки масла; соль, перец.

Одинаковой величины картофелины сварить в мундире до полуготовности, очистить от кожицы, срезать верхушку, вынуть середину. Грибы отварные (свежие или сушеные) мелко изрубить. Поджарить в масле лук и смешать с грибами, в смесь положить замоченный в молоке белый хлеб; все это скрепить яйцом, хорошо размешать.

Начинить картофель фаршем, закрыть срезанными верхушками, сложить в кастрюлю и, залив грибным бульоном, тушить до мягкости.

КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЛУКОМ

2—3 картофелины, 4—5 головок луку, $\frac{1}{2}$ стакана бульону; соль, специи.

Очищенный лук обжарить на масле, добавить очищенный и нарезанный ломтиками картофель и обжарить все вместе. Залить бульоном, сдобрить специями и поставить в духовку.

Кушать горячим, украсив блюдо зеленью. Можно подать отдельно томатный соус или сметану.

КАРТОФЕЛЬ С КАШЕЙ

1—2 картофелины, пшена или рису 50 г, овсяной крупы 50 г, $\frac{1}{2}$ стакана молока и воды, 1 ст. ложка сахарного песка, 2—3 ст. ложки масла, соль.

Картофель нарезать кубиками, опустить в горячее молоко, разведенное водой, засыпать крупу и варить до загустения.

Кашу затем закрыть крышкой и варить на слабом огне до упревания. Заправить сливочным маслом.

КАРТОФЕЛЬ С ЧЕСНОКОМ

Картофель нарезать кубиками, припустить в масле, добавить толченый чеснок и щавель, нарезанный полосками, залить бульоном. Тушить до загустения.

Подать горячим.

ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

1—2 картофелины, 3 ст. ложки пшеничной муки, $\frac{1}{4}$ яйца; дрожжи, соль, сметана, масло.

Готовить оладьи надо быстро, чтобы не почернел картофель. Измельчить его на терке, добавить дрожжи, разведенные в теплой воде, посолить, всыпать муку, добавить яйцо, все это размешать и поставить в тепло, чтобы поднялось.

Жарить на горячей сковородке.

Подать на стол со сметаной.

КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ С ТЫКВОЙ

1—2 картофелины, кусочек (граммов 60) тыквы, $\frac{1}{4}$ яйца, 2—3 ст. ложки масла, 1,5 стакана молока, 2—3 сухарика, соль.

Тыкву очистить от кожуры, удалить семена, нарезать ломтиками, обвалять в муке и обжарить в масле до румяной корочки. Если тыква будет твердая, накрыть крышкой и потушить в духовке. Можно тыкву залить смесью из желтков и молока, предварительно обваляв в сухарях и обжарив. Отдельно поджарить картофель.

Подавать вместе.

ИКРА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Отварить 3—4 картофелины средней величины. Очистить их и растереть деревянным пестиком, добавить один стебель мелко нарезанного лука и мелко рубленое яйцо, зелень петрушки, черный перец.

Размешать, заправить 2—3 столовыми ложками подсолнечного масла, лимонным соком.

Икру украсить ломтиками крутого яйца.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

3—4 картофелины, 30 г масла, $\frac{1}{4}$ стакана молока.

Очищенный и нарезанный картофель сварить в подсоленной воде. Протереть сквозь сито или хорошо растолочь. Помешивая, добавить масло и молоко. Пюре должно быть густым.

Кушать горячим. К пюре можно подать грибной соус, молоко, салат.

Пюре можно использовать и как гарнир к мясным и рыбным блюдам, но в старину картофельную кашу ели как самостоятельное блюдо. Советуем и вам сделать так же.

Можно приготовить пюре из смеси картофеля и моркови.

ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ

Очищенную морковь нарезать кружочками и залить водой так, чтобы едва закрывала морковь.

Готовую морковь протереть, добавить молоко. Положить сахар, соль, масло.

Хорошо как диетическое блюдо.

ПЮРЕ ИЗ РЕПЫ

Подготовленную репу (очищенную и нарезанную) опустить в кипящую воду на 10 минут, чтобы удалить горечь. Затем достать и тушить, залив подсоленной горячей водой. Готовую репу протереть. Пюре соединить со сливочным маслом. Развести молоком.

ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ

Предварительно замоченный горох сварить до мягкости (без соли), откинуть на сито и горячим протереть или пропустить через мясорубку. Посыпать солью, перцем, заправить маслом и прогреть, взбивая, за-

тем добавить поджаренный в масле репчатый лук (перед подачей на стол).

Пюре готово. Подать его можно к котлетам, свинине, можно кушать и как самостоятельное блюдо.

ВЕСЕННЕЕ ПЮРЕ

Приготовить картофельное пюре и, чтобы придать ему весеннюю свежесть, добавить в пюре щавель, предварительно отваренный и потом мелко нарезанный или пропущенный через мясорубку. Можно вместо щавеля использовать и шпинат. Заправить смесь по вкусу солью, сахаром, перцем, а также сливками или молоком, маслом или сметаной.

Гарантируем, что весеннее пюре станет любимым блюдом вашей семьи.

ЩАВЕЛЬ С ЯЙЦОМ

250 г щавеля, 1 ст. ложка муки, столько же масла, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 ст. ложка сметаны, 2 яйца, перец, соль.

Щавель очистить, вымыть, сварить в подсоленной воде до мягкости, откинуть на дуршлаг, протереть, добавляя понемногу

воды. Обжарить муку в сливочном масле, развести молоком, добавить пюре щавеля, соль, перец и варить на слабом огне.

Когда блюдо будет готово, добавить сметану, дать еще вскипеть.

Украсить пюре нарезанными яйцами.

КРАПИВА ВЗБИТАЯ

Крапивы 250 г, 1 ст. ложка растительного масла, 1—2 чайные ложки муки; соль, чеснок, уксус.

Крапиву перебрать, промыть несколько раз в воде и обдать подсоленным кипятком. Сварить до мягкости, перетереть через сито, добавляя понемногу отвара. Положить в кастрюлю, добавить соль, растительное масло и муку. Держа кастрюлю на краю плиты, хорошенько взбить содержимое ложкой.

Подать к столу с подливкой из толченого чеснока. (Чеснок растереть в деревянной чашке с солью и разбавить уксусом.)

Есть с лепешками.

ПЛОВ ИЗ КРАПИВЫ

Молодой крапивы 250 г, рису 3—4 ст.

ложки, 1 головка лука, 2—3 ст. ложки растительного масла.

Листья крапивы перебрать, промыть хорошо и прокипятить в подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг и нарезать.

Рис перебрать, вымыть, обжарить в растительном масле, добавить мелко нарезанный лук, соль и хорошо отстоявшийся отвар. Пусть рис немного покипит на слабом огне, затем добавить крапиву и поставить плов в духовку до готовности.

ПЛОВ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ГРИБАМИ

Рису 50 г, зеленого горошку 100 г, грибов 125 г, 1 головка лука, 1 желток, небольшая морковка, растительного масла 1—2 ст. ложки; петрушка, соль, перец.

Сварить в подсоленной воде горошек с кореньями, откинуть, дать остыть и обсохнуть. Рис перебрать, вымыть, слегка обжарить на растительном масле, перемешать с горошком и желтком и поставить в духовку.

Отдельно приготовить грибы — обжарить на растительном масле с луком. Поперчить.

Рис с горошком выложить на блюдо, а грибы — в середину.

СВЕКЛА ТУШЕНАЯ

Сваренную или запеченную в кожуре свеклу очистить, нарезать, сложить в кастрюлю и тушить 15—20 минут, добавив слегка поджаренный лук и сметанный соус.

МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ

Промытую и очищенную морковь нарезать, обжарить в масле и тушить на слабом огне, полив белым соусом.

РЕПА ИЛИ БРЮКВА ТУШЕНАЯ

Готовится так же, но вначале необходимо репу прокипятить, чтобы удалить горечь, затем тушить в другой воде, добавив соль, масло, сахар.

ТЫКВА ТУШЕНАЯ

Нарезать, чуть обжарить в масле, добавить соль, сахар.

Можно при подаче на стол посыпать кукурузными хлопьями.

КОТЛЕТЫ ИЗ БРЮКВЫ

Кусочек (граммов сто) брюквы, $\frac{1}{4}$ яйца, растительного масла 1 ст. ложка, сухари.

Брюкву очистить от кожуры, разрезать на кусочки, залить водой, дать 15 минут постоять, затем слить воду и залить свежей, варить до мягкости.

Пропустить брюкву через мясорубку, положить масло, яйца, сухари, взбить массу и разделать на котлеты.

ПУДИНГ ИЗ ТЫКВЫ

Тыквы 100 г, рису 20 г, сахару 1 ст. ложка, масла 2—3 ст. ложки, половина яйца, $\frac{1}{8}$ стакана молока.

Засыпать в кипящую воду рис и варить до полуготовности. Затем добавить нарезанную кубиками и предварительно припущенную (потушенную) до полуготовности тыкву, горячее молоко, соль, сахар, масло. Когда масса немного остынет, ввести взбитое яйцо; можно добавить изюм. Все перемешать и выложить в смазанную маслом форму, посыпать сухарями, запечь.

Запивать соками.

ТЫКВА ЖАРЕНАЯ

Очистить, нарезать ломтиками, посолить (можно и поперчить), обвалять в муке и жарить.

ТЫКВА, ПЕЧЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ

На 200 г тыквы 200 г яблок, 1 яйцо, сахар.

Тыкву и яблоки нарезать на мелкие кусочки и тушить до полуготовности. Снять с огня и остудить, добавить яичные желтки, растертые с сахаром, потом взбить белки. Все осторожно перемешать, вылить в форму, смазанную маслом и обсыпанную сахаром, и печь в духовке.

ПОВИДЛО ИЗ ТЫКВЫ

На 200 г тыквы 50 г сахару.

Нарезанную на кусочки тыкву сварить, протереть сквозь сито, добавить сахар, лимонную кислоту, варить до загустения.

ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ

Одна картофелина, морковка, кусочек репы или брюквы, 2 ст. ложки зеленого горошку, цветной или белокочанной капусты $\frac{1}{4}$ вилка, $\frac{1}{2}$ ста-

кана сметанного соуса, головка луку, зелень петрушки и сельдерея, укроп, 3—4 ст. ложки масла.

Промытые и нарезанные овощи обжарить в масле, а горошек и капусту отварить в подсоленной воде. Залить бульоном и сметанным соусом, добавить специи и тушить.

Украсить блюдо зеленью. В овощи тушеные можно добавить грибы или помидоры.

ОГУРЦЫ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

2—3 огурца, 2—3 ст. ложки масла, 2—3 ст. ложки молочного соуса, столько же сметаны; черный перец, петрушка.

Свежие огурцы очистить от кожицы, вырезать семена, обжарить до румяной корочки и заправить черным перцем, солью, залить белым мясным соусом, сметаной или молоком. Тушить 15—20 минут. (Можно тушить в масле и только к концу залить соусом и сметаной.)

Подать горячими, засыпав зеленью петрушки.

КАПУСТА В СМЕТАНЕ

$\frac{1}{4}$ среднего вилка капусты, головка луку, 2—3 ст. ложки масла, $\frac{1}{5}$ стакана сметаны; соль, перец.

Капусту мелко нарезать и варить в подсоленном кипятке 10—15 минут (7 г соли на 1 л воды). Мелко нарезанный лук обжарить в масле, смешать с капустой, добавить масло, посолить, поперчить. Тушить на слабом огне до мягкости, залить сметаной.

КАПУСТА ЖАРЕНАЯ

На 500 г капусты 1—2 головки луку, 75 г масла.

Капусту и лук мелко нарезать. Лук обжарить в масле, затем положить в капусту (кислую капусту предварительно отжать, а если требуется — и промыть). Жарить, помешивая, чтобы не пригорела.

Жареная капуста хороша не только как гарнир, но и как самостоятельное блюдо.

Некоторые хозяйки жарят капусту на подсолнечном или оливковом масле. Вкус ее от этого не ухудшается. Любители острого добавляют в капусту несколько капель уксуса, это придает ей особый вкус.

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый В МАСЛЕ

Достать из стручков горошек и варить в подсоленной воде 15 минут. Слить воду, добавить масло и сахар, выложить на блюдо и... кушать.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ ТУШЕНЫЙ

4—5 головок луку, 2—3 ст. ложки масла, столько же сметаны, $\frac{1}{4}$ яйца; сухари, сыр, соль.

Нарезать лук кольцами, посолить и тушить с маслом или свиным салом. Когда будет готов, положить ровным слоем на сковородку, обсыпанную сухарями, полить сметаной, смешанной с сырым яйцом, посыпать сверху тертым сыром и запечь.

БРЮКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ

$\frac{1}{2}$ брюквы, $\frac{1}{2}$ стакана маринованных грибов, маленькая головка луку, $\frac{1}{4}$ стакана сметаны.

Брюкву испечь (сварить), снять кожицу, вынуть мякоть из середины и порубить. Белые маринованные грибы поджарить в масле с луком, затем смешать с рубленой мякотью брюквы и начинить фаршем брюкву. Закрывать брюкву срезанными верхуш-

ками, сложить в кастрюлю, полить маслом и поставить на полчаса в духовку, затем положить сметану и тушить до готовности.

Старинное блюдо будет отличным деликатесом любого праздничного обеда.

РЕПА, ФАРШИРОВАННАЯ СОБОЮ

2 ст. ложки сметаны, 3 репки, $\frac{1}{4}$ стакана манной крупы; сахар, соль, масло.

Маленькие желтые репки сварить до полуготовности. Срезать верхушки и вынуть сердцевину. Вынутую мякоть репы смешать с манной крупой и поставить на огонь. Затем добавить туда сметану, сахар, соль и этим фаршем начинить репки. Закрывать их срезанными верхушками, уложить в кастрюлю, смазанную маслом, и тушить на слабом огне полчаса, чуть добавляя сметаны.

ПАРЕНКИ

Старинное лакомство. Готовят паренки отдельно из свеклы, репы, брюквы, моркови, можно соединить овощи и вместе.

Свеклу, брюкву или другие овощи вымыть, очистить, нарезать небольшими квад-

ратиками или продолговатыми брусочками, уложить в чугунок или кастрюлю, плотно закрыть крышкой. Можно посыпать овощи сахарным песком.

Паренки «парятся» (лучше в чугуне) в духовке 12—15 часов.

Паренки можно кушать горячие, холодные и сушеные. Сушить паренки надо на листе в теплой духовке.

КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ

Можно жарить сырой или предварительно отваренный. Вареный картофель нарезать ломтиками и положить на хорошо разогретую сковородку, обильно политую маслом. Масло можно использовать сливочное, топленое, подсолнечное, оливковое, а также смеси жиров. Можно жарить на свиных шкварках.

Сырой картофель жарить так же, но на это требуется больше времени. Чтобы картофель был румяным, не солите его сразу — сначала обжарьте.

Еще один совет. Сырой картофель надо жарить в глубокой сковородке, чтобы картофель плавал в жире, тогда он будет вкуснее.

К жареному картофелю можно подать салат, маринованные овощи, солености, томатный сок.

Жареный картофель хорош и как гарнир к мясным и рыбным блюдам.

ТЫКВА ЖАРЕНАЯ

Очищенную тыкву нарезать ломтиками, посолить, обвалять в муке и жарить до готовности.

К тыкве можно подать сметану.

КАБАЧКИ ЖАРЕННЫЕ

Кабачки очистить, нарезать, посолить, обвалять в муке и жарить до образования

румяной корочки. Можно накрыть крышкой и дать им «дойти» на слабом огне. Залить сметаной и немного потушить.

ПОМИДОРЫ ЖАРЕННЫЕ

Разрезать каждый помидор на две части, посыпать солью и перцем, уложить разрезом вверх на сковородку и жарить, затем перевернуть. Готовые — посыпать зеленью.

ЛУК ЖАРЕННЫЙ

Нарезать тоненькими ломтиками, разнять на кольца и жарить, все время помешивая. Посолить и жарить до золотистого оттенка. К луку хороши помидоры. Можно использовать и как гарнир к мясу.

Г Р И Б Ы

БОРОВИЧКИ ЖАРЕННЫЕ С ЛУКОВОЙ ПОДЛИВКОЙ

Грибов 250 г, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана, масла 2—3 ст. ложки, головка луку, соль, перец.

Грибы вымыть, обсушить, нарезать и жа-

рить 15 минут на сковороде с маслом, все время помешивая. Затем грибы снять, а в разогретом масле потушить нарезанный лук. Когда лук будет готов, влить сметану, этой сметаной залить грибы и потушить их до готовности.

К любым грибам хорош укроп.

СМОРЧКИ В СМЕТАНЕ

Сморчков 250 г, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана, молока 2—3 ст. ложки, сыр, мука, соль, зелень.

Сморчки — первые грибы, на вид невзрачные, но вкусные и питательные.

Грибы хорошенько очистить, вымыть, нарезать и на 10 минут положить в кипящую воду. Затем снова промыть в холодной воде. Обжарить на сковороде в масле, посыпать мукой, залить сметаной и запечь в духовке.

Можно сверху посыпать тертым сыром, петрушкой или укропом.

ГРИБЫ ТУШЕННЫЕ

Тушить можно почти все грибы: белые, подберезовики, опенки, сыроежки.

Грибов 250 г, масла 3 ст. ложки, бульон, зелень, соль.

Грибы сначала обработать и на 10—15 минут опустить в холодную подсоленную воду. Прокипятить. Затем отвар вылить, а грибы откинуть и переложить в кастрюлю с разогретым маслом. Добавить не-

сколько ложек мясного бульона и тушить 30 минут.

На стол подать, засыпав нарезанной зеленью. Отдельно поставить сметану.

Можно тушить грибы в сметане или в сливках. Готовить так же: отварить, откинуть и тушить — только не в бульоне, а в сметане или сливках.

Некоторые хозяйки предпочитают готовить тушеные грибы сразу вместе с луком и зеленью.

Еще один способ: тушить грибы не одни, а с картофелем или помидорами. Но сначала все равно их надо отварить, затем уложить в кастрюлю, залить сметаной, положить лук, специи и тушить.

Картофель добавить за 10—15 минут до конца тушения.

Готовое блюдо украсить укропом.

Грибы с помидорами готовятся почти так же. Грибы отварить и тушить, а помидоры разрезать пополам, обжарить, затем уложить на грибы. Все это посыпать сыром и запечь в духовке.

Готовое блюдо украсить укропом и зеленью петрушки.

БЕЛЫЕ ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

Грибов 250 г, 1 головка луку, 3 ст. ложки масла, соусу 50 г; чеснок, сухари, сыр, специи, зелень.

Подготовленные грибы мелко нарезать, посыпать перцем и поджарить на масле. Затем добавить лук и еще поджарить, добавив чеснок и рубленую петрушку. Залить молочным соусом, выложить на сковородку, смазанную маслом. Посыпать тертым сыром и сухарями, запечь в духовке. Особенно вкусны запеченные белые грибы и сморчки.

ШАМПИньОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

Грибов 250 г, соусу 50 г, сливок $\frac{1}{4}$ стакана; масло, сыр, соль, специи.

Подготовленные грибы нарезать дольками, посолить, поперчить и поджарить на масле. Несколько раз заливать соусом и сливками до выкипания. Затем выложить на сковороду, засыпать сыром и запечь.

ПЛОВ ИЗ ГРИБОВ

Грибов 250 г, рису $\frac{3}{4}$ стакана, 1 головка луку, растительное масло, соль, перец.

Свежие грибы очистить, промыть, нарезать, положить в кастрюлю с мелко нарезанным луком и варить в двух стаканах воды на маленьком огне. Затем отвар слить, оставив примерно половину; добавить соль, перец и рис, предварительно перебранный и слегка обжаренный в трех ложках растительного масла. Плов варить на слабом огне в посуде с крышкой. Лучше поставить плов в нежаркий духовой шкаф, чтобы довести до готовности.

К плову из грибов хорош салат из свежих помидоров.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

Помидоров 2 шт., грибов 75 г, масла растительного 30 г, один сухарик, томата-пюре 2 ст. ложки; лук, мелко нарубленная петрушка, сахар, соль, перец.

Помидоры обмыть, срезать верхушки, вынуть сердцевину с семечками. Грибы очистить, промыть, обжарить до полумякости в растительном масле с луком, посолить, поперчить, добавить сухари, сахар,

томат-пюре, петрушку и держать еще на огне 10 минут, все время помешивая.

Начинить этим фаршем помидоры. Уложить на противень, залить томатом и растительным маслом. Подрумянить в духовом шкафу.

Подавать холодными.

СОЛЯНКА ГРИБНАЯ

Грибов 50 г, свежей капусты 100 г, соленый огурец, головка лука, 2 ст. ложки томата-пюре, столько же масла; сахар, соль, специи, в том числе уксус.

Капусту нарезать, добавить масло, воду, уксус и тушить. За 20 минут до конца тушения положить соль, сахар, перец, лавровый лист, огурец и томат-пюре.

Грибы (белые, рыжики, подберезовики, маслята) отварить 10—15 минут в подсоленной воде, а затем обсушить и обжарить в масле. Обжарить лук.

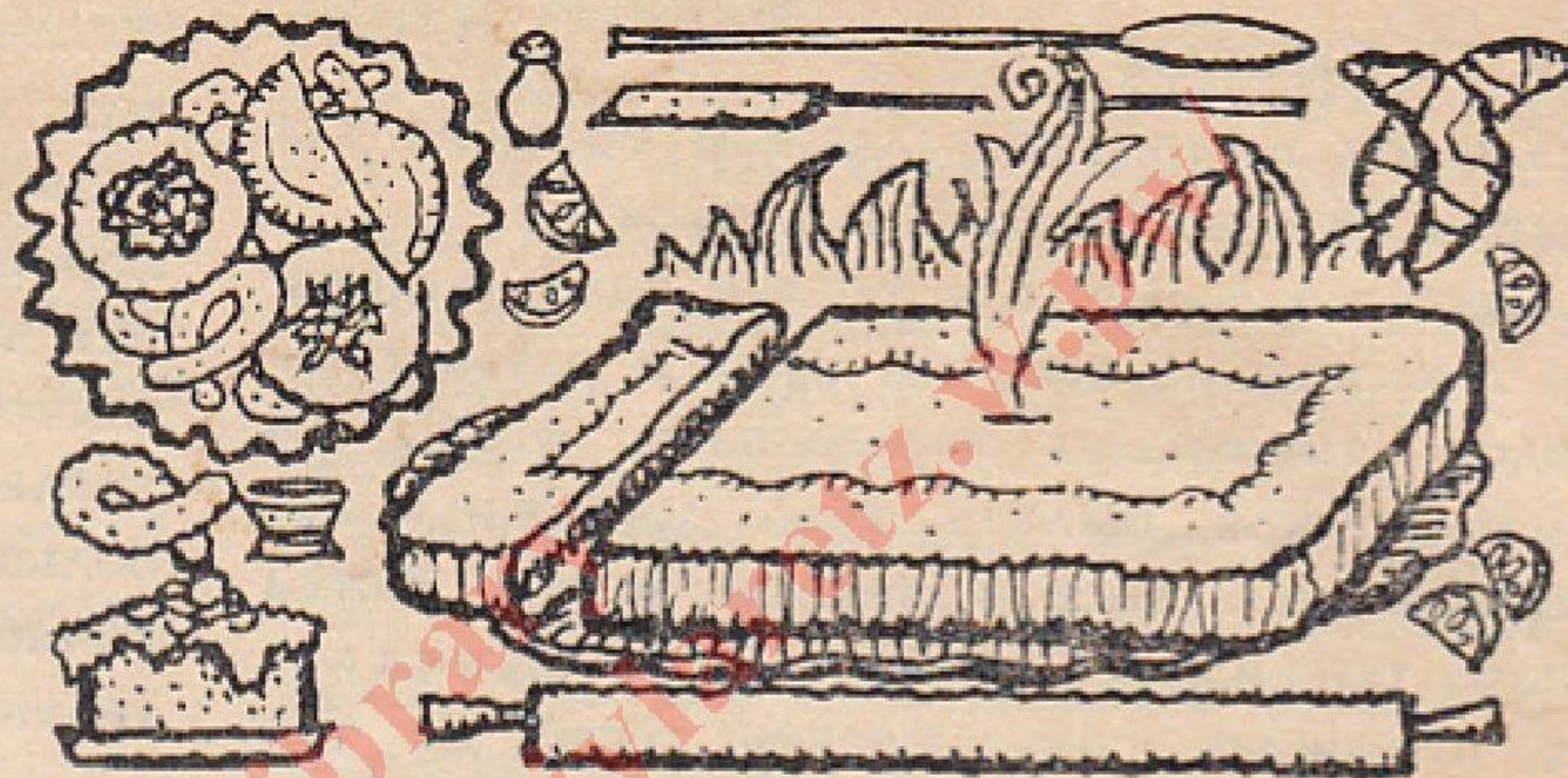
На сковороде оставить половину капусты, сложить грибы, а сверху — оставшуюся капусту. Посыпать сухарями, полить маслом и поставить в духовку.

ШАШЛЫК ИЗ ГРИБОВ

Это блюдо любят туристы. Шашлык из грибов можно приготовить на костре. Для шашлыка лучше взять шляпки грибов. Очистить от сора и зелени и осторожно нанизать на шнур или ветку. Грибы чередовать с ломтиками лука и помидоров. Шашлык посолить, поперчить и жарить.

Грибы, поджаренные над костром, пахнут лесом...

ПИРОГИ И ШАНЬГИ



В вологодских, сибирских, архангельских и пермских диалектах слово «шаньга» означало квашеный хлебец, ржаной или пшеничный, облитый маслом или сметаной. Иногда этот хлебец начиняли кашей, мятым картофелем, творогом.

Пироги бывают защипанные и не защипанные, квадратные, треугольной формы и полукруглые, стибни, то есть как бы согнутые вдвое, и совсем круглые.

Пироги в Прикамье пекут буквально из всего: из мяса и щавеля, рыбы и черемухи, гороха и грибов. В Коми-Пермяцком национальном округе пироги делают из капусты, брюквы, моркови, репы, редьки, рябины, жимолости, черемухи, творога, лука, грибов свежих и соленых, из рыбы и мяса, даже из пестиков.

Но особой любовью пользуются в нашем крае пироги с рыбой. Это и понятно: Прикамье издавна было очень богато рыбой, а пермяки с незапамятных времен слыли отличными охотниками и рыбаками.

ТЕСТО КИСЛОЕ

Кислое тесто идет главным образом для приготовления пирогов и пирожков.

Дрожжи развести в теплой воде. Отдельно в кастрюлю всыпать муку и развести ее водой, тщательно перемешать, чтобы не было комков. Вылить туда дрожжи и поставить на 2 часа в теплое место. Когда опара поднимется, всыпать оставшуюся муку, положить соль, месить тесто до тех пор, пока не станет отставать от рук. Снова поставить тесто в теплое место и ждать, когда поднимется. Для пирогов и пирожков тесто делают не очень крутое, а для булок — круче.

ТЕСТО КИСЛОЕ СДОБНОЕ

На 1 кг теста надо муки 650 г, дрожжей 15—20 г, сахару 40 г, масла 40 г, 2—3 яйца, воды и молока 250—300 г, соль.

Согреть воду и молоко, развести дрожжи и влить в молоко, затем постепенно всыпать муку, следить, чтобы не было комков. Поставить опару на 2 часа в теплое место. Когда опара поднимется, положить в нее

желтки, растопленное масло, соль, добавить сахар (если делаются сладкие булки), а затем всыпать оставшуюся муку; тесто хорошо вымесить, чтобы оно отставало от рук и от дна посуды. Поставить в теплое место и ждать, когда поднимется. Чтобы увеличить сдобность теста, надо положить больше яиц, масла и дрожжей. Вместо сливочного масла можно использовать растительное масло или маргарин.

ТЕСТО ПРЕСНОЕ

На 1 кг теста надо муки 730 г, два яйца, молока 220—250 г; соль, сахар и сода.

В пшеничную муку влить воду или молоко, добавить соль, яйца, масло, все перемешать и хорошо вымесить. Можно для сдобы добавить сахару.

Из пресного теста пекут пирожки, шаньги, пироги, лепешки.

ПИРОГИ

За последнее время пироги чаще стали готовить из кислого дрожжевого теста и реже из пресного.

Готовое кислое тесто выкладывают на стол, разрезают на две неравные части. Большую часть раскатывают пластом толщиной 7—9 мм, кладут на смазанный маслом лист и выравнивают его по размеру листа. На поверхность теста кладут слой фарша в 2—3 см и сверху закрывают вторым, потоньше раскатанным, пластом теста; края защипывают, соединяя верхний слой теста с нижним слоем.

Пироги делают прямоугольные, квадратные или в виде полумесяца. Поверхность украшают различными узорами из теста. Сформированный пирог смазывают маслом и дают расстояться. Потом смазывают яйцом и выпекают в печи или в жарочном шкафу.

Средний вес пирога 0,5—2 кг. Прямоугольные, квадратные пироги готовят и значительно больше: до 1,5—2 кг.

Чтобы испечь 1 кг пирога, надо 600 г теста и 500 г фарша-начинки.

Готовый пирог нарезать кусками по 100—150 г и подать в горячем или холодном виде.

ПИРОГ РЫБНЫЙ

Рыбы 800 г, 2—3 головки луку, масла 40 г, соль, перец, лавровый лист.

Рыбу вычистить, выпотрошить, отделить от костей, разрезать на куски, посолить, поперчить. Отдельно поджарить лук на растительном масле.

Рыбный пирог можно печь с капустой или с рисом. Кислую капусту потушить с луком, рис или саго отварить, соединить с жареным луком.

Рыбный пирог делают из кислого теста. Как из крупной рыбы, так и из мелочи. Сначала на тесто накладывают слой риса или капусты. На него кладут приготовленную рыбу, а поверх — оставшийся фарш; затем надо поперчить и положить лавровый лист, закрыть вторым слоем теста. На верхней корке делается несколько проколов ножом — для выхода пара. Дать пирогу подняться. Печь пирог минут 40. Готовый пирог смазать топленым маслом и накрыть полотенцем, дать постоять.

ПИРОГ МЯСНОЙ, ПИРОЖКИ МЯСНЫЕ

На 1 кг пирога — 1 кг мяса, 2—3 головки луку, масла 50 г.

Говядину пропустить через мясорубку и обжарить на сковороде с луком. Можно добавить в фарш отварной рис. Фарш хорошо перемешать, посолить, поперчить; если получится сухим, добавить растопленного масла.

Из этого же фарша можно приготовить и пирожки. Можно испечь в духовке, а можно изжарить на сковороде в масле.

К мясным пирогам и пирожкам можно подать бульон в чашках.

ПИРОГ, ПИРОЖКИ С КИСЛОЙ КАПУСТОЙ И ГРИБАМИ

*Капусты 800 г, грибов сухих 50 г,
головка луку, соль, перец.*

Капусту отжать, тушить до мягкости. Сухие белые грибы отварить, нарезать и поджарить с маслом и луком. Смешать с капустой, добавить перец. Когда остынет, разложить на тесто.

Из кислой капусты пекут и жарят пирожки.

ПИРОГ, ПИРОЖКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ

Капусты 800 г, 4 яйца, соль, перец.

Свежую капусту нарезать, отжать, обдать кипятком, остудить. Прибавить соль, перец. Смешать с растопленным маслом и нарезанными ломтиками крутыми яйцами.

Можно капусту слегка потушить с луком, а затем смешать с яйцами.

ПИРОГ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БРЮКВОЙ

*Картофеля 600 г, брюквы 200 г, 5 яиц,
картофельной муки 15 г, жиру 25 г,
молока $\frac{1}{2}$ стакана, соль.*

Очистив картофель, сварить его до мягкости в соленой воде, затем слить воду, обсушить картофель. Протереть горячим и смешать с молоком и яйцами, растертыми с маслом. Полученную массу выложить на лист, смазанный маслом, раскатать скалкой на листе в тонкий пласт, положить на середину фарш из брюквы, завернуть тесто с обеих сторон, смазать сверху яйцом, посыпать толчеными сухарями и поставить в духовку в средний жар. Когда пирог зарумянится, нарезать на листе и широким ножом перенести на тарелки.

Фарш из брюквы: очистить брюкву от кожицы, нарезать кубиками и тушить в собственном соку до мягкости; прибавить

во время тушения немного томата-пюре для лучшего вкуса.

ПИРОГ ИЗ СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ

Картофеля 500 г, 2—3 головки луку; масло растительное, соль, перец.

Из опарного теста раскатать пласт прямоугольной формы и переложить на смазанный жиром лист, дать подняться. Сырой картофель нарезать ломтиками, лук репчатый нарезать кольцами. На тесто наложить слой сырого картофеля и луку, посыпать солью, перцем. Можно добавить соленых грибов. Накрыв начинку тестом, края зашипать. Когда пирог подойдет, смазать яичным желтком, в центре проколоть. Печь 40—50 минут.

ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ С МАЛИНОЙ

Сушеную малину растолочь с сахаром, а свежую перемешать с сахаром.

Опарное сдобное тесто слегка раскатать, положить на смазанный жиром лист и поставить в теплое место. Когда подойдет, покрыть малиновой наливкой, поверх наливки смазать яйцом и поставить в печь или в духовой шкаф. Украсить жгутами из

теста в виде решеток или дать какой-либо другой рисунок.

Готовый пирог смазать маслом и посыпать сахарной пудрой.

Так же можно приготовить пироги с клубникой, земляникой, смородиной и т. д.

ПИРОГ С КАЛИНОЙ

Калины 35 г, солоду 10 г, сахару 1 ст. ложка.

Калину промыть, положить в кастрюлю, добавить сахар, поставить в печь или духовой шкаф. Когда калина упарится, добавить солод, снова перемешать, поставить в печь или духовой шкаф. Затем все истолочь до однородной массы.

Пресное тесто из ржаной муки разделить на равные кусочки, раскатать в виде лепешек. Начинку положить на лепешку, второй лепешкой накрыть, края зашипать. Сверху смазать майонезом и поставить в печь или в духовой шкаф.

ПИРОГ ИЛИ ПИРОЖКИ ИЗ СУХОЙ ЧЕРЕМУХИ

Молотую черемуху просеять, залить горячей водой и оставить на час в теплом

месте для набухания. Затем добавить сахар, тщательно перемешать фарш (следите, чтобы фарш не оказался жидким) и начинить пирог. Начинку кладут слоем в 1—2 см.

Из черемуховой муки можно приготовить и пирожки к чаю из сдобного теста. Для этого в черемуховую муку ввести мед, воду и сварить до густоты повидла.

ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ С ЧЕРНИКОЙ

Свежую чернику смешать с сахаром и уложить на сочень, оставив у сочня толстые большие края, чтобы потом слегка натянуть их к центру. Чернику залить сметаной, слегка соединить (не до середины) края сочня и поставить в духовку. Тесто — сдобное кислое.

ПИРОЖКИ

Для пирожков можно использовать кислое и пресное тесто. Начинки всевозможные: мясные, рыбные, овощные, грибные, ягодные. Выпекают пирожки в печке, но можно и жарить на плите. Например, капустные пирожки вкусны жареные, луковые — печеные.

К пирожкам подают молоко теплое или холодное, кисели, компоты или чай.

ПИРОЖКИ ИЗ СВЕЖЕГО ЛУКА С ЯЙЦОМ

Любимое блюдо северян. Зеленый лук нарезать, потолочь, посолить. Смешать с рублеными крутыми яйцами и растопленным маслом; начинить этим фаршем пирожки. Можно зеленый лук смешать с сырыми яйцами.

Готовят из кислого и пресного теста.

ПИРОЖКИ ИЗ СОЛЕННЫХ ГРИБОВ

Грибов соленых 800 г, маргарину или масла растительного 30 г, две головки луку, перец молотый.

Пирожки готовят из опарного теста.

Сформированные пирожки укладывают на смазанный лист швом вниз и дают расстояться. Перед выпечкой пирожки смазывают яйцом; пекут их 12—10 минут в печи или духовом шкафу. Фарш готовят так: соленые грибы (грузди, рыжики и др.) промывают, нарезают короткой соломкой и обжаривают с добавлением нарезанного репчатого лука. Фарш можно

готовить и с припущенным (отварным) рисом.

Можно приготовить пирожки и из свежих грибов.

ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ТВОРОГОМ

Картофеля 800 г, творогу 200 г, две головки луку, масла 60 г, перец, соль.

Картофель сварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку вместе с творогом, добавить поджаренный лук, посолить и тщательно перемешать.

Тесто кислое.

Испеченные пирожки подавать горячими с маслом или со сметаной, можно с томатным соком.

ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С КАПУСТОЙ

Картофеля 400 г, капусты 300 г, луку 100 г, жиру 100 г, 2 яйца; лук, соль, перец.

Очистить картофель, сварить его с солью до мягкости, пропустить через мясорубку; посыпать мукой доску, вымесить

на ней картофель с сырым яйцом, затем раскатать, разрезать на части, разделить кружочками.

Капусту нарубить, под конец рубки посолить. Когда появится сок, положить ее в кастрюлю с горячим маслом, размешать, покрыть крышкой, тушить, постоянно помешивая.

Мелко нарезать лук, потушить его в масле 10 минут, положить в капусту. Все посыпать перцем и довести до мягкости.

В капусту вбить сырые яйца, перемешать.

Начинить картофельные кружки капустой, хорошо защипать и обжарить с обеих сторон.

ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МОРКОВЬЮ

Картофеля 700 г, муки 90 г, 2 яйца, моркови 120 г, сливочного масла 50 г; зелень, соль.

Для фарша взять морковь и, мелко изрубив ее, потушить с маслом. В готовую морковь добавить вареные яйца и зелень петрушки.

Тесто кислое.

ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ГРИБАМИ

Картофеля 700 г, муки 90 г, 1 яйцо, сушеных грибов 200 г, рису 30 г, луку 60 г, сливочного масла 30—50 г, соль.

Вареный картофель растолочь, соединить с мукой, сырым яйцом, небольшим количеством масла и тщательно вымесить. Полученное тесто выложить на посыпанную мукой доску, раскатать сочень толщиной в 1 см и выпуклой выемкой вынуть кружочки диаметром 8—10 см. На середину кружочков положить фарш, защипать пирожки.

Фарш готовят из сухих вареных грибов, мелко нарубленных и прожаренных с рубленным луком, а затем смешанных с рассыпчатым вареным рисом.

Пирожки положить швом вниз на подмазанную маслом сковородку или противень, смазать яйцом и выпечь в духовке или поджарить.

ПИРОЖКИ ИЗ ГОРОХА

Гороху 500 г, луку 100 г, масла топленого 40 г, соль.

Сухой горох перебрать, вымыть, залить холодной водой и варить без соли. Готовый горох посолить и в него добавить обжаренный лук.

Тесто кислое.

ПИРОЖКИ С КАШЕЙ И МЯСОМ

Говядины 500 г, крупы ячневой (ячменной) 200 г, луку 200 г, масла 60 г; перец, соль.

Приготовить пресное тесто, как для пельменей или лапши; раскатать на сочни небольшой величины, положить на них фарш, защипать и выпекать в духовом шкафу.

Готовые пирожки смазать сметаной.

Приготовление фарша: мясо, нарезанное кубиками, залить водой, тушить до готовности; затем добавить крупу и довести до готовности.

ПИРОЖКИ С РЯБИНОЙ

Рябины 500 г, сахару 300 г, масла 50 г.

Рябину после первых морозов, когда она становится более сладкой, положить в горшок или в кастрюлю, поставить в печь

или в духовку с добавлением сахара. Когда рябина упарится, будет вязкой и нежной, как повидло.

Готовую начинку положить на раскатанные лепешки из теста и края защипать. Дать постоять, а затем смазать яйцом, поставить в духовой шкаф или в печь. Готовые пирожки смазать жиром.

Подавать в горячем и в холодном виде.

Фарш можно приготовить из рябины с добавлением протертой сырой свеклы.

ПИРОЖКИ ИЗ ЯГОД

Ягод 1 кг, сахарного песку 120—150 г.

Свежие ягоды (малину, землянику, чернику, бруснику) перебрать, засыпать сахарным песком, перемешать. Этим фаршем начинить пирожки. Печь в духовке на листах.

Тесто любое.

ПИРОЖКИ С КАЛИНОЙ

Калины 700 г, изюму 200 г, сахарного песку 150 г.

Промытую калину тушить до полуготовности в небольшом количестве воды. За-

тем положить в нее промытый изюм, добавить сахар, перемешать.

ТАБАНИ (из удмуртской кухни)

На одну порцию надо муки 90 г, молока 1,5 стакана, масла 10 г, сахар, соль, дрожжи.

Тесто для табаней готовят из пшеничной, гречневой, овсяной и гороховой муки. У удмуртов принято табани готовить утром, на завтрак, поэтому тесто ставят с вечера.

Молоко, разбавленное водой, нагреть, растворить в нем соль, дрожжи, всыпать просеянную муку, замешать жидкое тесто и поставить в теплое место. Во время брожения тесто несколько раз обминать. Выпечь табани на сковороде, смазанной жиром, перед печью или на плите. Табани выпекают различной формы: на всю сковороду или маленькими лепешками.

К табаням подают различные зыреты: творожный, картофельный, из мороженого молока, а также сметану и масло. Способ приготовления некоторых из них приводится ниже.

ТАБАНИ С ЗЫРЕТОМ ИЗ ЯИЦ С МОЛОКОМ

Тесто готовят так же, как указано выше.

Для приготовления зырета взбить яйцо, добавить муку, молоко, тщательно перемешать, поставить на огонь и при непрерывном помешивании довести до кипения. Когда молочная масса загустеет, немедленно убрать с огня и охладить. Зырет подают в холодном виде.

ТАБАНИ С ТВОРОЖНЫМ ЗЫРЕТОМ

Творогу 25 г, сливок 30 г, сахар.

Тесто готовят так же, как указано выше.

Свежий творог растолочь, добавить сливки, соль и сахар, все тщательно перемешать.

ТАБАНИ С КАПУСТОЙ

Капусты 40 г, масла растительного 15 г, головка луку, 5 яиц.

Поставить тесто для табаней, как указано выше.

Квашеную капусту мелко нарубить, припустить до полуготовности в бульоне, заправить мелко нарезанным луком и растительным маслом. На раскаленную сковоро-

ду налить тесто, разровнять, сверху положить ровный слой капусты, смазать яйцом и поставить в печь.

Когда табани подрумянятся, вынуть и смазать маслом.

Подаются в горячем виде.

ГНЕЗДЫШКИ

Муки пшеничной 620 г, сахарного песка 300 г (или меду 350 г), 1 яйцо, масла сливочного 700 г, молока или воды 120 г, сметаны 100 г, уксус, соль, сода. Если кладут мед вместо сахарного песка, то норма молока или воды уменьшается вдвое.

Готовят пресное сдобное тесто из муки, сахара (или меда), сырых яиц, соды, сливочного масла, молока или воды, заправленной по вкусу столовым уксусом. Когда тесто замешено на молоке, уксус не следует класть. Месить тесто надо быстро и круто. Готовое тесто разделить в виде шариков по 25—30 г и в центре шариков концом деревянной скалки или при помощи столовой ложки сделать ямки (гнездышки) глубиной не менее 1 см. Затем шарики (гнездышки) поставить на слегка смазанные

противни и выпекать в печи или духовке. Выпеченные гнездышки сразу горячими сложить в кастрюлю, залить сметаной и поставить минуты на две в духовку или печь, чтоб отмякли. Потом достать их из кастрюли и положить на противни для обсушки и образования приятной золотистой корочки.

Подают к чаю, кофе.

ШАНЬГИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

Картофеля 500 г, молока $\frac{1}{2}$ стакана, 2 яйца, масла 40 г, сметаны 100 г.

Сваренный картофель очистить от кожуры, хорошо растолочь с молоком, добавить яйца, масло. Выложить фарш на лепешку, загнуть края, дать постоять, смазать сметаной и посадить в печь.

КУЛИКИ

Творогу 500 г, луку зеленого 200 г, масла 40 г, сметаны $\frac{1}{4}$ стакана, сахару 60 г.

Творог смешать с рубленным зеленым луком, сахаром, добавить сметаны.

Этим фаршем начинить сочни, загнуть

края. Смазать сметаной или маслом и поставить в духовой шкаф.

ШАНЬГИ С ЗЕМЛЯНИКОЙ

Земляники 470 г, сахару 40—50 г, 1 яйцо.

Крутое пресное тесто (с содой) раскатать пластом толщиной в 0,7 см. Вырезать кружочки, края их защипать, чтоб получилась лепешка с бортиком. Уложить на листы и наполнить земляничной начинкой (земляника с сахаром). Смазать яйцом и печь.

Так же можно приготовить шаньги из малины.

ШАНЬГИ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ

Пекут из обычного кислого теста, но не на железных листах, а на капустных или черемичных листах. На толстые и большие лепешки сверху наносят слой сметаны с мелкой крупой (пшеничной, ячневой). Крупу для этого с вечера замачивают в сметане.

Маленькие шаньги (размером с оладью) пекут из пресного теста, но сверху тоже накладывают массу из сметаны и крупы.

ШАНЬГИ НАЛИВНЫЕ

Готовят из опарного сдобного теста. Тесто нарезать на ровные куски, сделать форму и дать постоять. Как подойдет, покрыть сверху слоем наливки, смазать яйцом и печь.

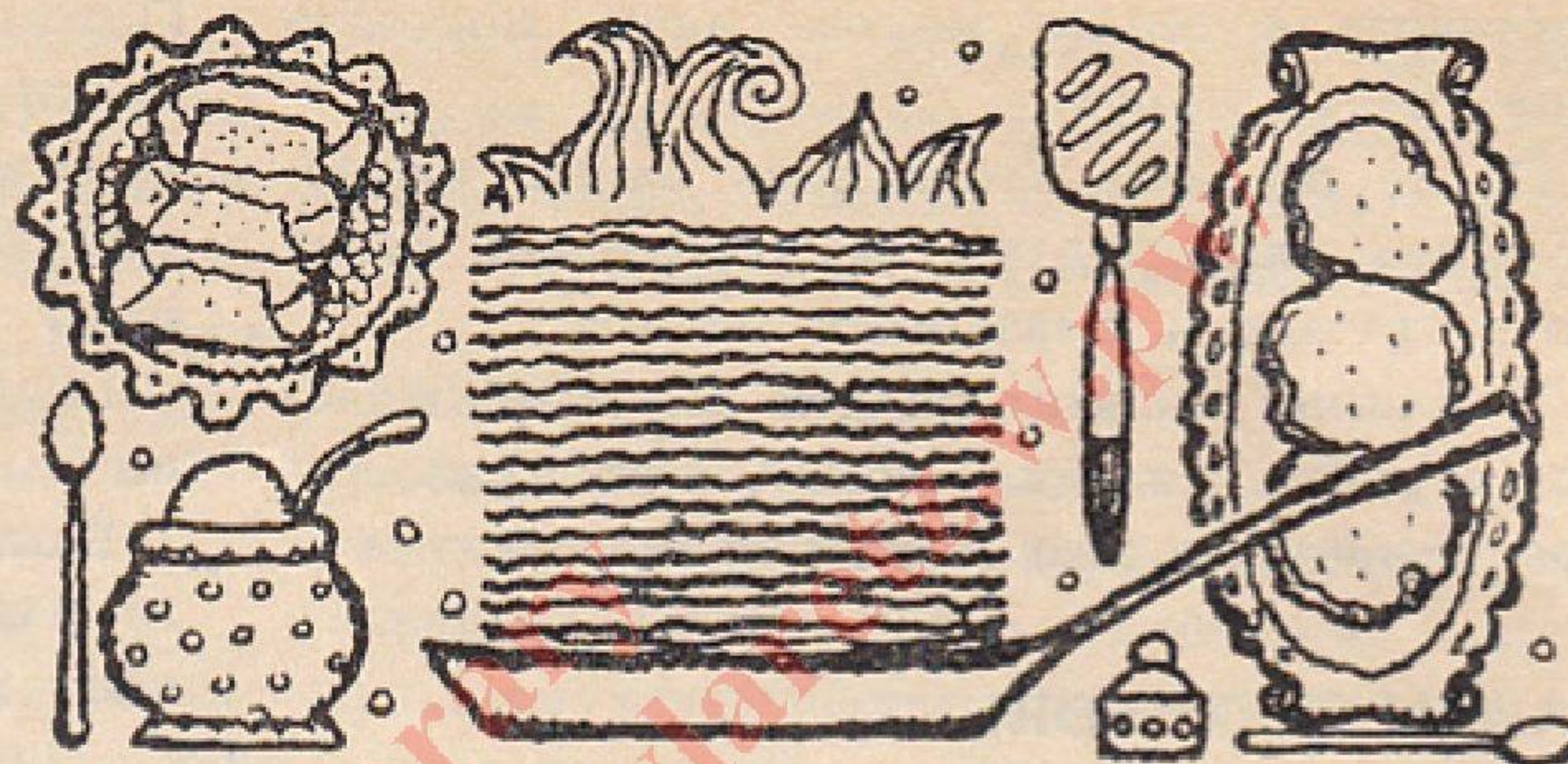
Готовые шаньги смазать сливочным маслом.

Наливка может быть самой разной: картофельная, сметанная (обе с яйцом), крупяная, творожная (с яйцом).

К шаньгам хорошо подать холодное молоко.

Library
<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

БЛИНЫ И ОЛАДЬИ



В старину в коми-пермяцких селах масленицу встречали румяным солнцем на сковороде — жирным блином. Пекли и шаньги всевозможные, и пироги; но круглый блин, так похожий на долгожданное солнце, непременно был на праздничном столе...

Блины у нас пекут пшеничные, яичные, овсяные, гречневые.

«Без блина не маслена, без пирога не именинник», — утверждает поговорка. И верно: до сих пор ни один праздник не обходится без блинов, пирогов, шанег.

БЛИНЫ ПО-РУССКИ

Молока 500 г, масла 100 г, муки 200 г, 5 яиц; дрожжи, соль, сахар.

Дрожжи растворить в небольшом количестве теплого молока, засыпать немного муки и поставить в теплое место. Когда

опара подойдет, ввести яичные желтки, соль, всыпать оставшуюся муку, влить молоко, слегка подогрев его. Хорошо перемешать.

Дать тесту подняться еще раз. В тесто ввести взбитые белки, перемешать. Снова

поставить в теплое место, дать постоять еще 10—15 минут.

После подъема теста печь блины на небольших сковородах, предварительно сильно нагретых и смазанных маслом.

К блинам можно подать сметану, молоко, варенье, селедку, семгу, кету, разогретое сливочное или топленое масло.

БЛИНЫ ТРЕХСЛОЙНЫЕ

Муки 500 г, 3 яйца, овсяной или манной крупы 30 г, простокваши 350 г, сметаны 2 стакана, масло топленое, соль.

Готовят пресное крутое тесто из пшеничной муки, сырых яиц и соли. Тесто раскатывают в лепешку по размеру сковородки толщиной в 2—3 мм. Эту лепешку на подмазанной сковородке слегка поджаривают в печи или духовке. Когда появится на поверхности заметная румяная корочка, кладут второй слой, состоящий из смеси взбитых сырых яиц, овсяной муки (или манной крупы), сметаны и простокваши. Тесто для второго слоя должно быть как густая сметана. Снова поджаривают.

Потом кладут третий слой, состоящий из смеси сметаны, сырых яиц и муки, и продолжают жарить до розового цвета. Готовый блин снимают со сковородки, смазывают топленым маслом.

Горячие блины подают в целом виде, иногда нарезают их на части.

Блин состоит из трех слоев; толщина всего блина должна быть не более 7—8 мм, цвет желто-румяный.

БЛИНЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

Картофеля 200 г, муки 400 г, дрожжей 20 г, масла 60 г, молока 1 стакан; сахар, соль, сметана.

Картофель очистить, вымыть, протереть на терке, добавить сахар, соль и разведенные с мукой и молоком дрожжи. Все перемешать и дать подойти в теплом месте.

Жарить блины на сливочном или растительном масле.

Подавать со сметаной.

БЛИНЫ СКОРОСПЕЛЫЕ

Муки 500 г, воды 600 г, 2—3 яйца, сахар, соль, сода, лимонная кислота.

Яйца смешать с тремя стаканами теплой

воды, добавить сахар и соду, всыпать муку и хорошо размешать тесто, чтобы не было комков, ввести в тесто соль, сахар, немного лимонной кислоты. Можно обойтись и без кислоты, заменив ее кислым молоком. Жарить блины на хорошо разогретых сковородах.

БЛИНЫ ГРЕЧНЕВЫЕ

Муки гречневой 200 г, муки пшеничной 250 г, 2 яйца, молока 600 г; сахар, соль, дрожжи, маргарин, масло топленое или растительное.

Дрожжи залить теплым молоком, чтобы они разошлись. Затем осторожно смешать вместе муку, соль, сахар, яйца, растворенные дрожжи, добавить оставшееся молоко и подогретый маргарин.

Тесто поставить на 3—4 часа в теплое место. Жарить как обычно.

БЛИНЫ ИЗ ТЫКВЫ

Тыквы 500 г, молока 0,5 л, 3 яйца, муки 50 г; сахар (или песок), масло, дрожжи, соль.

Тыкву сварить, сделать пюре с молоком, добавить дрожжи, яйца, муку. Хорошо вы-

месить тесто и поставить на два часа в теплое место; затем добавить масло, сахар, соль, снова вымесить; дать подняться тесту и тогда печь, как обычные блины.

ЗАКУСКИ К БЛИНАМ

Закуски к блинам могут быть самые различные: икра красная или черная, филе сельди, семга, масло сливочное, сметана, молоко сгущенное, варенье, повидло, мед. Сколько вкусов — столько и закусок. Подавать закуску можно на отдельном блюде или на блинах.

ОЛАДЬИ

Молока 300 г, 2 яйца, муки 500 г, дрожжей 10 г, масла 30 г; сахар, соль.

Молоко, муку, дрожжи размешать; когда дрожжи поднимутся, взбить лопаткой, положить соль, масло, яйца, сахар, дать второй раз подняться. Готовое тесто, не размешивая, класть на горячую сковородку с маслом и жарить с обеих сторон.

К оладьям подают сметану, варенье, джем, мед. Отдельно можно подать молоко, чай, кофе или томатный сок.

ОЛАДЬИ С МОРКОВЬЮ

Муки 1 кг, моркови 500 г, 2 яйца, простокваша или уксус; соль, сахар, масло, сода.

Морковь очистить, нарезать и отварить в небольшом количестве воды, протереть. В теплое морковное пюре влить яйца, положить соль, уксус или простоквашу, сахар, всыпать муку с содой, хорошо вымесить и печь на горячей сковороде.

ОЛАДЬИ ПО-УДМУРТСКИ

Сварить перловую или ячневую кашу на молоке. Когда остынет, добавить сметану, яйца и хорошо вымесить. Печь оладьи на сковороде, смазанной маслом. Кушать горячими, с маслом или сметаной. Отдельно подать молоко.

ОЛАДЬИ НА КЕФИРЕ

Кефиру 0,5 л, муки 400 г, сахару 30 г; сода, соль.

В муку влить кефир, размешать, добавить сахар, соду, соль; хорошо взбить и жарить. В эти оладьи можно добавить изюм.

ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

НА ДРОЖЖАХ (из вареного картофеля)

Картофеля 1 кг, картофельной муки 1 стакан, молока или воды 0,5 л, 1 яйцо, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана; дрожжи, соль, масло.

Вареный картофель очистить, протереть или пропустить через мясорубку, развести молоком или водой, положить разведенные дрожжи и поставить на 4—5 часов. Затем ввести картофельную муку, яйца, соль; дать постоять 30 минут и печь на раскаленной сковороде.

ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

НА ДРОЖЖАХ (из сырого тертого картофеля)

Картофеля 1 кг, муки 200 г, масла 50 г, сметаны $\frac{1}{2}$ стакана, 1 яйцо; соль, дрожжи.

Очищенный сырой картофель быстро (во избежание потемнения) измельчить на терке. Положить в кастрюлю, добавить дрожжи, разведенные в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды, посолить, всыпать муку, добавить яйцо. Все это хорошо размешать и поста-

вить в теплое место. Выпекать оладьи на сильно разогретой сковороде. Подавать горячими со сметаной или маслом.

ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ БЕЗ ДРОЖЖЕЙ

*Картофеля 1 кг, 2 яйца, масла 50 г;
сметана, соль.*

Натереть картофель, отжать излишек сока, добавить яйцо (не обязательно), соль, размешать. Поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром, кладя по 1 столовой ложке массы для каждой оладьи. Если оладьи готовят из молодого картофеля, в массу добавить 1 ст. ложку муки.

Массу для оладий можно также приготовить на молоке. Сок натертого картофеля отжать через марлю, массу заварить горячим молоком, добавить яйцо, соль, хорошо смешать и жарить оладьи.

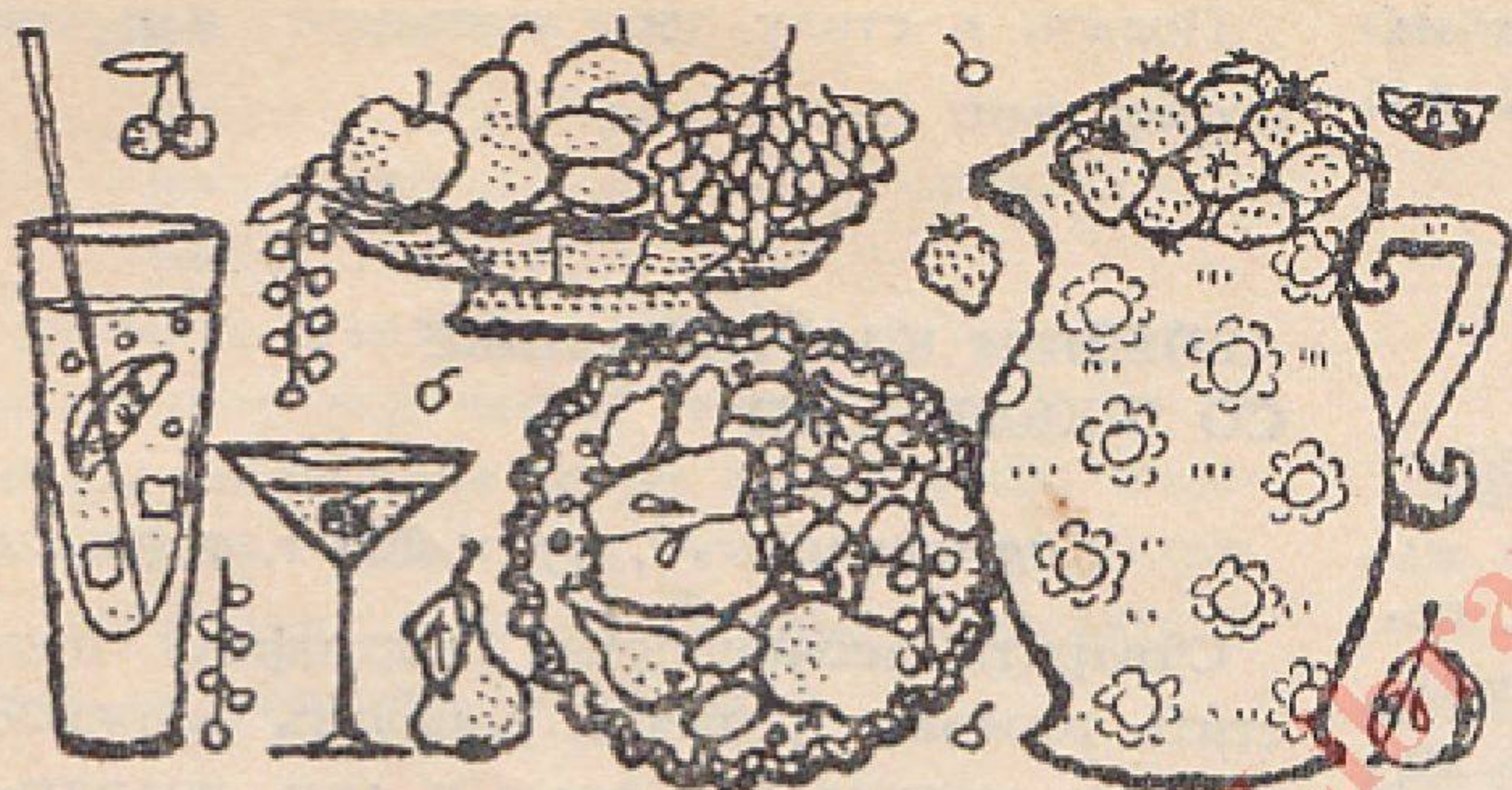
Подавать к столу со сметаной или со шкварками.

ЛЕПЕШКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ СО ШКВАРКАМИ

Картофеля 1 кг, муки 200 г, дрожжи.

Отварить неочищенный картофель, очистить горячим, размять, добавить дрожжи, немного молока или воды и дать подняться. Затем добавить муку, соль, перемешать все и дать вторично подняться. Когда масса подойдет, класть по ложке на смазанную маслом сковородку или лист и выпекать. Лепешки можно уложить на лист или сковородку толстым слоем и выпекать, как пудинг.

При подаче к столу нарезать кусками и заправить шкварками.



ЯГОДЫ НА ДЕСЕРТ. КОМПОТЫ И КИСЕЛИ. НАПИТКИ

ДЕСЕРТ ИЗ СЫРЫХ ФРУКТОВ И ЯГОД

Половина яблока, малины 20 г, клубники 20 г, меду 20 г, сливок 40 г, грецких орехов 10 г.

Яблоки нарезать, уложить на блюдо рядом с ягодами, полить все это медом, посыпать толчеными грецкими орехами, покрыть взбитыми сливками.

ЯГОДЫ, ЗАСЫПАННЫЕ САХАРОМ

Ягод 60 г, сахару 30 г, вина 10 г.

Ягоды земляники или малины уложить в блюдо и засыпать сахарным песком. Сверху полить портвейном. Поставить на

холод. Если выделится много соку — его можно подать отдельно. К ягодам, засыпанным сахаром, можно подать сухое вино.

КЛЮКВА В САХАРЕ

Крупную клюкву вымыть, откинуть на дуршлаг и подсушить, затем пересыпать сахарной пудрой.

Подавать к чаю.

МОРОЖЕНОЕ С ЯГОДАМИ, ОРЕХАМИ, СВЕЖИМИ ИЛИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ФРУКТАМИ

Современная хозяйка не готовит мороженое дома, она предпочитает купить готовое.

Разложить его в вазочки или креманки и украсить свежими ягодами, орехами, шоколадом или консервированными фруктами.

Все зависит от времени года и от продуктов, которые имеются у вас в данный момент. Можно подать мороженое, украшенное тоненькими ломтиками обыкновенного мармелада, использовать домашнее варенье и т. д.

Побольше фантазии — и ваш десерт запомнится гостям или детям.

ЯГОДНОЕ МОРОЖЕНОЕ

Ягод 100 г, сахару 100 г, воды 40 г.

Свежую землянику или малину перебрать, промыть в холодной воде, протереть сквозь сито в фаянсовую или фарфоровую посуду.

Сахар с водой вскипятить и охладить. Охлажденный сироп соединить с ягодным пюре. Массу хорошо размешать и, выложив в форму-мороженицу, накрыть крышкой, обложить льдом, смешанным с солью (на 600 г льда 100 г соли). Мороженицу все время вращать. Во время замораживания нужно добавлять лед и убирать воду. За-

мораживание продолжать 30—40 минут; когда мороженое станет густым, вынуть и дать постоять час.

Готовое мороженое разложить в вазочки. Украсить свежими ягодами и взбитыми сливками.

КРЕМ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ

Земляники 15 г, сливок 40 г, молока 20 г, $\frac{1}{2}$ яйца, желатина 2 г, воды 15 г, для сиропа — вина 5 г, сахару 10 г.

Землянику перебрать, промыть холодной водой, затем протереть через сито. Полученное пюре положить в фарфоровую посуду и поставить на холод.

Взбитые сливки соединить с протертой земляникой, хорошо размешать, после чего при непрерывном помешивании влить охлажденную яично-молочную смесь с желатином, быстро разлить крем в формы и поместить в холодильник. Для приготовления яично-молочной смеси яйцо растереть с сахаром, соединить с кипяченым молоком и, непрерывно помешивая, нагреть смесь до 70—80°.

В подготовленную смесь положить предварительно замоченный и затем отжатый желатин, дать ему раствориться, после чего смесь процедить и охладить. Готовый крем полить ягодным сиропом.

Таким же образом можно приготовить крем из малины, клубники и черной смородины.

ЯГОДЫ С МОЛОКОМ

Ягод 100 г, сахарного песка 30 г, молока $\frac{1}{2}$ стакана.

Ягоды очистить от лесных веточек и листочков, высыпать в стакан, добавить сахар и залить холодным кипяченым молоком. Ягоды можно предварительно растереть с сахаром, а можно оставить целиком. Дело вкуса. В старину ягоды с молоком нередко хлебали ложками из большой деревянной чашки.

С молоком едят землянику, землянику с черникой, малину, клубнику.

ЯГОДЫ СО СЛИВКАМИ

Сливки взбить с сахаром, а затем перемешать с ягодами.

ЯГОДЫ СО СМЕТАНОЙ

Малины или земляники 100 г, сметаны 40 г, сахару 30 г, толченых орехов 2 ст. ложки.

Ягоды очистить, засыпать сахаром, залить сметаной и посыпать толчеными орехами.

КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ МАЛИНЫ

Малины 100 г, сахару 35 г, воды 75 г.

Сварить сироп из малины. Для этого ягоды и сахар ($\frac{1}{2}$ малины и $\frac{1}{2}$ сахара) сварить, добавить чуточку лимонной кислоты.

Перебрать остальную малину, засыпать в кипящий сироп и варить 5—7 минут. Готовый компот остудить.

Так же можно приготовить компот из ежевики, земляники.

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД

Ягод 100 г, сахару 60 г, кислоты лимонной 0,4 г.

Всыпать сахар в посуду, залить его горячей водой, размешать, вскипятить, затем охладить. Подготовленные ягоды — малину, землянику, клубнику — разложить в бокалы и залить охлажденным сиропом. В сироп

можно добавить лимонной кислоты и немножко портвейна. Дать компоту отстояться.

КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

Ревеня 100 г, сахару 50 г.

Ревень очистить от волокон. Нарезать и залить холодной водой, добавить сахар, варить до мягкости. Для аромата можно добавить в компот лимонную цедру, корицу или ванилин.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ, ЗЕМЛЯНИКИ, МАЛИНЫ, ЕЖЕВИКИ

Клубники 20 г, земляники 20 г, малины 25 г, сахару 20 г, крахмалу 10 г, лимонной кислоты 0,2 г.

Ягоды перебрать, промыть и протереть сквозь сито. Сок слить в фарфоровую посуду, а оставшиеся выжимки залить горячей водой, дать вскипеть, а затем процедить. В готовый сироп влить крахмал, разведенный холодной водой, довести до кипения. Соединить сок с киселем. Размешать и подавать, посыпав сверху сахаром.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, СМОРОДИНЫ, БРУСНИКИ

Клюквы 20 г, смородины 20 г, брусники 20 г, сахару 25 г, крахмалу 10 г.

Ягоды перебрать, промыть, затем размять деревянным пестиком или деревянной ложкой, протереть или отжать. Сок слить в фарфоровую посуду и убрать на холод. Массу залить горячей водой и кипятить 4—6 минут, затем процедить. В отвар всыпать сахарный песок, вновь нагреть до кипения, снять (если будет) пену, влить заранее разведенный в холодной воде крахмал и довести до кипения. Затем влить в кисель холодный сок и хорошо размешать. Кисель готов. Разлить его по чашкам (креманкам, стаканам) и подавать на стол.

КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ ГУСТОЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ

Клюквы 20 г, сахару 20 г, крахмалу 12 г, молока $\frac{1}{2}$ стакана или сливок 150 г.

Сварить густой клюквенный кисель. К готовому киселю подать отдельно холодное молоко или сливки.

КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ

Молока 180 г, сахару 20 г, крахмалу 15 г, ванилину 0,2 г.

Молоко процедить, нагреть до кипения и растворить в нем сахар. В горячее молоко осторожно, все время помешивая, ввести заранее разведенный в холодной воде крахмал. На слабом огне поварить 3—4 минуты. Готовый кисель можно ароматизировать ванилином, разлить в чашки или креманки, посыпать сверху сахаром.

Можно полить фруктовым или ягодным сиропом.

КИСЕЛЬ ИЗ ГОЛУБИКИ

Голубики 40 г, сахару 40 г, крахмалу 10 г, кислоты лимонной 0,3 г.

Перебранную и промытую голубику размять. Сок убрать, а массу залить горячей водой и кипятить 5—6 минут. Отвар процедить, добавить сахар, а когда закипит, ввести разведенный ранее крахмал, затем влить ягодный сок, чуть-чуть добавив лимонной кислоты.

Готовый кисель разлить в чашки или креманки и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ РЕВЕНЯ

Ревеня (стебли) 45 г, сахару 35 г, крахмалу 8 г, лимонная цедра.

Стебли ревеня промыть, удалить наружные волокна, разрезать на кусочки, залить холодной водой и оставить в ней минут на 15.

Сварить сахарный сироп, соединить с ним подготовленный ремень, добавить лимонную цедру и варить 10—15 минут. Готовый ремень протереть и вновь соединить с сиропом. Затем ввести крахмал в сироп, предварительно размешав его с холодной водой.

Кисель из ревеня едят холодным.

КИСЕЛЬ ИЗ СУШЕНОЙ ЧЕРНИКИ

Черники сушеной 15 г, сахару 25 г, крахмалу 10 г, кислоты лимонной 0,2 г.

Чернику перебрать, промыть в теплой воде, залить холодной водой и варить до размягчения. Процедить, предварительно размяв ягоды, а затем отжать через марлю.

В отвар положить сахар, лимонную кислоту, нагреть до кипения и ввести разведенный крахмал.

КИСЕЛЬ ИЗ ШИПОВНИКА

Фруктов шиповника 8 г, сахару 25 г, крахмалу 10 г, кислоты лимонной 0,2 г.

Сушеные плоды шиповника перебрать, вымыть, залить горячей водой и оставить на 15 минут для набухания. Затем в этой же воде варить до размягчения плодов. Отвар процедить, плоды протереть, соединить с отваром, добавить сахар, лимонную кислоту, нагреть до кипения, соединить с крахмалом и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ХЛЕБНОГО КВАСА

Хлебного квасу 180 г, сахару 30 г, крахмалу 10 г.

Готовый хлебный квас процедить, добавить сахар и нагреть до кипения, а затем соединить с крахмалом и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ КАЛИНЫ

Калины 30 г, солоду 10 г, сахару 20 г, крахмалу 10 г.

Калину перемешать с солодом и варить 5—6 часов. Когда уварится, протереть, развести кипятком, процедить, поставить на плиту и добавить сахар.

Как закипит, ввести уже готовый крахмал, дать вскипеть и снять с огня.

Кисель из калины едят холодным.

ГОРОХОВЫЙ КИСЕЛЬ

Гороховой муки 100 г, воды 200 г, соль.

В подсоленную кипящую воду всыпать просеянную гороховую муку. Варить 5—7 минут, все время помешивая. Заправить топленным, сливочным или растительным маслом.

Подавать кисель можно и горячим и холодным. Холодный можно есть с простоквашей.

В старину гороховый кисель был одним из постоянных блюд коми-пермяков.

МУСС ИЗ ОБЛЕПИХИ

Облепихи 100 г, сахарного песку 50 г, воды 1 стакан, желатин.

Свежую или замороженную облепиху перебрать, вымыть и потолочь; влить стакан воды и получившуюся массу протереть сквозь сито. Отжимки залить водой, довести до кипения и процедить. В отвар положить сахар и заранее приготовленный

желатин; поставить на огонь и, помешивая, довести до кипения.

Когда желатин растворится, снять отвар с огня и, остудив, соединить с соком облепихи, а потом взбить венчиком. Когда масса загустеет, разлить по вазочкам или чашкам и поставить на холод. Можно мусс охладить, поставив в кастрюлю со снегом или ледяной водой.

Этот мусс можно приготовить из любых ягод.

МЕДОВЫЙ МУСС

Меду 50 г, 1 желток, сливок 20 г.

Яичный желток растереть, постепенно добавляя к нему мед. Когда получится однородная масса, поставить на слабый огонь; помешивая, дать загустеть и тут же снять с огня и охладить. Заранее охлажденные густые сливки взбить и затем соединить с медовой массой. Все еще раз хорошо размешать и охладить.

ТОРТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗЕМЛЯНИКИ

Земляники 600 г, сахарной пудры 100 г, 6 белков.

Землянику протереть сквозь сито, слить

жидкость. Сбить в пену белок, постепенно прибавляя к нему сахарную пудру. Смешать земляничное пюре со взбитыми белками, выложить на блюдо и поставить в печь минут на 15.

Отдельно подать сливки.

ТОРТ С МАЛИНОЙ И ТВОРОГОМ

Малины 500 г, творогу 250 г, 3 яйца, 2 желтка, сахару 50 г, соль.

Творог и два крутых желтка хорошо протереть, перемешать с сырыми яйцами и сливочным маслом, добавить взбитые белки. Перемешать и выложить на смазанную сковороду. Сверху положить малину. Испечь на слабом огне в духовке.

ТОРТ ИЗ МАЛИНЫ

Малины 500 г, печенья 150 г, рюмка ликеру, воды $\frac{1}{2}$ стакана, сахар. Для крема: молока 0,5 л, 3 желтка, сахару 70 г.

Ликер разбавить водой и вылить в глубокую тарелку, смочить в нем печенье. Сложить в форму послойно печенье и малину, посыпав ее сахаром. Сверху поставить в качестве пресса тяжелый предмет

и убрать торт в холодильник. На следующий день торт достать, опрокинуть на блюдо и обмазать приготовленным кремом.

Крем готовится так: растереть желтки с сахаром, добавить сладкое молоко и, все время помешивая, варить до загустения.

ЧЕРНИКА, ПЕЧЕННАЯ С ХЛЕБОМ

Черники 400 г, молока 80 г, 4 яйца и 4 желтка, хлеба 400 г; сахар, корица, мука, лимонная цедра, сухари.

Чернику вымыть и перемешать с сахаром и корицей. Половину ягод сложить в обмазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Белый хлеб нарезать ломтиками, замочить в молоке, обвалять в яйце и сухарях и поджарить, а затем уложить в форму на чернику. Сверху высыпать оставшуюся чернику; посыпать молотыми сухарями. Растереть ложку масла с двумя желтками, добавить немного муки, тертой лимонной цедры и замесить крутое тесто. Этим тестом покрыть чернику, а сверху смазать яйцом. Посыпать сухарями, сахаром и поставить в печь.

8*

НАПИТОК НА МЕДУ

Мед положить в эмалированную посуду, поставить на плиту и довести до кипения. Когда закипит, ввести сушеную коноплю и варить до густоты варенья.

ЧЕСТА

В горячей кипяченой воде замесить солодовую муку и поставить в печь. Когда упрет, положить закваску и поставить в теплое место для брожения. Честа должна быть кисло-сладкой. Готовую честу поставить в холодное место.

Подается как самостоятельное третье блюдо.

НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ

Клубники 100 г, сахарного песку 100 г, вина сухого белого 300 г, воды 20 г.

Свежую клубнику пересыпать сахарным песком и побрызгать кипяченой водой. Накрывать крышкой, встряхнуть, чтобы сахар смешался с ягодами. Оставить на 8 часов, а затем залить вином.

Подавать в бокалах или фужерах охлажденным.

НАПИТОК МОЛОЧНЫЙ С СОКОМ СВЕЖЕЙ МАЛИНЫ

Молока 750 г, малинового соку 250 г, сахар.

В холодное кипяченое молоко вылить малиновый сок, приправить сахаром, размешать, сильно охладить. В готовый напиток можно бросить несколько ягодок.

НАПИТОК МОЛОЧНЫЙ С СОКОМ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Приготовить так же, как из сока свежей малины.

ЯГОДНЫЙ СОК

Ягод 100 г, воды 30 г.

Перебрать ягоды, размять. Е массу добавить воду. Нагреть, затем пропустить через соковыжималку или хорошо отжать сквозь марлю. Разлить в чистые хорошо протертые бутылки.

Сок можно приготовить из земляники, смородины, малины, брусники, клюквы, ревеня.

Сок хорош как десертное блюдо и как заготовка для компотов и киселей.

НАПИТОК ИЗ ЯГОДНОГО СОКА И МОРКОВИ

Моркови 100 г, воды 120 г; клюквенный или смородиновый сок, лимонная кислота.

Свежую морковь вымыть, натереть на терке, залить холодной кипяченой водой, оставить на 2 часа. Отжать сок, добавить сахар, сок, лимонную кислоту.

Подавать в бокалах охлажденным.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА

Шиповнику 10 г, воды $\frac{1}{2}$ стакана.

Шиповник перебрать, вымыть, залить кипятком, дать отстояться. В готовый напиток можно добавить сахар. Напиток из шиповника полезен детям как витаминное средство.

ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ

Шиповник перебрать, вымыть, заварить кипятком. Дать настояться. Использовать как заварку.

Чай с шиповником — прекрасное тонизирующее средство.

ЧАЙ С КЛЮКВОЙ

Клюкву помять в чашке, засыпать сахаром, залить кипятком.

Чай с клюквой хорошо утоляет жажду, полезен при высокой температуре, хорош как тонизирующее средство.

ЧАЙ С ДУШИЦЕЙ

Душица — многолетнее растение с приятным ароматом. Растет на сухих лугах, полянках. Используется вместо чая. Для этого душицу следует рвать во время цветения. Сушить в тени.

Перед заваркой чайник надо сполоснуть, положить туда 2—3 стебля душицы, налить кипятка и закрыть крышку. Через несколько минут чай будет готов к употреблению.

ЧАЙ С МОЛОКОМ КИПЯЧЕНЫМ

Свежее молоко вскипятить на плите или в печи, охладить. В чашку готового чая добавить молоко. Пить с сахаром вприкуску.

КВАС КЛЮКВЕННЫЙ

Клюквы 100 г, воды 400 г, сахару 35 г, дрожжей 10 г.

Клюкву перебрать, сполоснуть, положить в кастрюлю, размять, залить водой, варить 10 минут. Процедить сквозь сито или марлю; прибавить сахар, помешивая, чтобы он хорошо растворился. Смешанные с сахаром дрожжи добавить в охлажденный квас, размешать, разлить в бутылки, закупорить.

Хранить в темном холодном месте.

Квас готов на третий день.

КЛЮКВЕННЫЙ МОРС

Клюкву перебрать и вымыть, а затем истолочь. Выжимки залить водой, добавить сахар по вкусу, сварить и остудить. Процеженный отвар соединить с соком клюквы.

Подавать к столу в кувшине, отдельно подать кусочки льда.

НАПИТОК ИЗ РАССОЛА КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Рассолу 60 г, воды 90 г; соль, сахар, горчица, перец.

Растереть ложку горчицы с сахаром, добавить рассол квашеной капусты, приправить перцем, посолить.

КВАС ХЛЕБНЫЙ

Хлеба ржаного 250 г, дрожжей 0,5 г, воды 400 г, сахару 20 г, лимонная кислота или лимон.

Хлеб высушить, залить кипятком, дать постоять несколько часов. Когда остынет, процедить, добавить сахар и смешанные с сахаром дрожжи, лимонную кислоту. Через 24 часа разлить в бутылки. Квас будет готов через 3 дня. Хранить на холоде.

БРАГА НЕПЬЯНАЯ

Смолотые вместе рожь и овес хорошо перемешать, залить горячей водой и поставить в горячую русскую печь, чтобы масса хорошо упрела. Затем процедить и наквасить мелом, на ведро $\frac{1}{2}$ стакана мела (закваски).

Мел готовится из смеси солода и воды с небольшим количеством хмеля. Все это напарить и, остудив, добавить дрожжей. Когда мел готов, влить в процеженную брагу и оставить еще на день. Пить можно тогда, когда появится пена.

ПИВО КОМИ-ПЕРМЯЦКОЕ

Рожь в осиновом корыте мочат в холодной воде сутки—полторы. Затем воду сливают, а рожь ставят в более теплое место, чтобы зерно проросло (до 1 см). Зерно с ростками сушат на печи. Высушенный солод растолочь (размолоть).

В гвоздянку (корчагу с отверстием) кладут крестовину, затем солому измельченную, а сверху — замешанное в другой посуде тесто из солода (солод в теплой воде, подмешанный мукой). Гвоздянку с тестом ставят в самый жар печи. Весь день и ночь не открывают.

Наутро добавляют чуть остуженную кипяченую воду. Корчагу ставят в специальную кадушку на трех ногах. И открывают отверстие. Сначала течет густое сусло, потом сур — пиво и самое жидкое — сер-ва — последняя вода.

Употребляют горячее пиво с красным стручковым перцем. Стручки кладут в горячее пиво и ставят его в горячую печь на несколько часов. Горячее пиво подают гостям, как правило, зимой.

КӨРТЧАЛ В ХОЛОДНОМ И ГОРЯЧЕМ ВИДЕ

Көртчал готовится из овсяных отрубей. Развести в теплой воде дрожжи, замесить жидкое тесто из отрубей и поставить его в теплое место для брожения. Когда тесто будет готово, процедить. При этом отруби остаются в сите, а стекает молочно-белая жидкость. Отруби можно использовать на корм скоту, а жидкость в той же посуде поставить, чтоб устоялась. Через некоторое время в посуде молочно-белая жидкость осядет на дно, а мутноватая вода поднимется вверх. Воду слить, налить свежую и перемешать с жидкостью — так следует проделать несколько раз, чтобы уменьшить кислотность.

Готовую жидкость перелить в кастрюлю, посолить и поставить на огонь. Чтобы кисель не осел на дно и не подгорал при варке, его следует непрерывно помешивать.

Готовый көртчал подавать в горячем виде с топленным маслом.

Можно подавать и в холодном виде. Для этого көртчал разлить в чашки. К охлаж-

денному киселю подать молоко, сливки или густое сусло.

ВАРСЬ

В горячей кипяченой воде замесить жидкое тесто из солода. Накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 30—40 минут, а когда подойдет, добавить измельченной соломы.

В специальную корчагу или глиняный горшок положить на дно и на бока промытую грубую солому или сено, переложить тесто в корчагу, поставить ее в жарко протопленную печь на 16—20 часов. В печи тесто спекается; но, чтобы оно совсем не выгорело и не высохло, надо несколько раз вливать кипяченую теплую воду. На следующее утро достать из печи. Установить корчагу (горшок) так, чтобы сливалось сусло.

Сусло подавать как напиток и в теплом и в холодном виде.

СЮКАСЬ (квас)

В горячую кипяченую воду засыпать солодовую и ржаную муку, поставить в печь

на 5—6 часов, после чего развести кипятком, процедить и охладить до температуры 25—30°. Затем ввести туда готовую закваску, положить мяту и дать постоять 12—15 часов.

Готовый квас используют как напиток,

он же идет и для приготовления холодных супов.

Приготовление закваски: в теплой воде развести немного сахарного песка, подбить мукой и дрожжами. Поставить в теплое место и дать подойти.

Library
<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

library

<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>



СОЛЕНЬЯ И МАРИНАДЫ, ВАРЕНЬЯ И ПРИПАСЫ

КАПУСТА КВАШЕНАЯ

Капусты 1 кг, яблок 100 г, клюквы 35 г, соли 25 г.

Кочаны капусты очистить от загрязненных листьев и обрезать наружную часть кочерыжки. Капусту шинковать или на рубить. Складывать капусту в хорошо пропаренные бочки или промытые кипятком кастрюли. Каждый слой капусты пересыпать солью и утрамбовывать.

Для придания лучшего вкуса в капусту добавляют нарезанную морковь, яблоки, клюкву или бруснику, тмин.

Заполненную бочку прикрыть чистыми

капустными листьями и белой тканью, а сверху положить деревянный круг с гнетом, вес которого должен составлять 15% веса капусты. Когда капуста осядет и появится рассол слоем в 10—15 см, гнет уменьшить. Пену от рассола надо убирать, а края бочки протирать. Кроме того, в течение нескольких дней капусту необходимо протыкать колышками из дерева не хвойных пород.

Брожение капусты длится около двух недель. Когда брожение закончится, поставить капусту в более холодное место и положить более легкий гнет.

КАПУСТА, КВАШЕННАЯ КОЧАНАМИ

Отобрать наиболее плотные, крепкие кочаны, очистить от загнивших листьев, срезать наружную часть кочерыжки, а внутреннюю надрубить ножом крест-накрест. Подготовленные кочаны уложить рядами в бочки, прикрыть сверху листьями и залить рассолом (на 1 л воды 60 г соли). Рассол все время должен покрывать капусту, а плесень надо убирать.

Кочанную капусту можно заквашивать вместе с рубленой. В этом случае целые кочаны или резанные пополам укладывают в бочку, переслаивая рубленой капустой.

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ

Огурцов 1 кг, укропу 30 г, чесноку 30 г; листья черной смородины, перец стручковый, листья хрена; воды 1 л, соли 60 г.

Сначала отсортируйте огурцы, безжалостно откиньте желтые и слишком толстые или уродливые. Рекомендуется солить отдельно крупные, средние и мелочь. Затем огурцы промыть, приготовить зелень и пряности: укроп, перец стручковый, хрен, чеснок, листья смородины.

На дно хорошо пропаренной посуды уложить зелень и пряности, затем ряд огурцов (как можно плотнее и в вертикальном положении), ряд зелени и специй и снова ряд огурцов. Сверху опять зелень и пряности. В бочонок, ведро или кастрюлю (в чем солят огурцы) влить рассол и закрыть.

ОГУРЦЫ МАЛОСОЛЬНЫЕ

Отобрать маленькие огурцы, обрезать кончики, сложить в деревянную, керамическую или стеклянную посуду, переложить чесноком, укропом, листом смородины и другими пряностями, а затем залить охлажденным рассолом. Если огурцы нужны срочно — залейте горячим рассолом. Через день огурцы будут готовы.

ГРИБЫ СОЛЕННЫЕ (холодный способ)

Солят грузди, рыжики, волнушки, белянки, сыроежки, свинушки.

Грибов 1 кг, воды 1 л, специй.

Грибы очистить, вымыть в холодной воде, вымочить в течение 2—3 суток (а волнушки до 4—5 суток), ежедневно меняя воду. Вымоченные грибы уложить в под-

готовленную посуду, пересыпая каждый ряд солью. Залить холодной кипяченой водой, на грибы положить деревянный кружок с гнетом. Держать в холодном месте. Грибы будут готовы не ранее чем через полтора месяца.

ГРИБЫ СОЛЕННЫЕ (горячий способ)

На 1 кг грибов 120 г воды, 40 г соли, лавровый лист.

Воду вскипятить, положить соль и специи, охладить, слить так, чтобы не тронуть осадка.

Грибы (подберезовики, моховички, опята, чернушки, свинушки) очистить от грязи и промыть. Залить водой и поставить на огонь, не мешая, пока не закипят. Осторожно снять шумовкой пену. Сваренные грибы откинуть, уложить в посуду и залить готовым рассолом, сверху положить гнет.

ПРЯНАЯ ЗЕЛЕНЬ СОЛЕНАЯ

Зелень петрушки, сельдерея, укропа, эстрагона надо брать после цветения. Удалить стебли и твердые черешки, промыть, нарезать, уложить в кастрюлю, пересыпать

солью (20% к весу зелени). Утрамбовать зелень до появления рассола. Сверху покрыть марлей и на кружок положить небольшой гнет.

Через день-два, когда зелень осядет, снова добавить посоленной зелени.

Соленая приправа хороша зимой как пряность.

МАРИНАДНАЯ ЗАЛИВКА

Лучшие маринады получаются на виноградном, фруктовом и спиртовом уксусе.

На 1 кг продуктов требуется 0,5 л уксусу (6%), 0,4 л воды, 0,4 кг сахара, 35 г соли и пряности: листья смородины, зелень петрушки, укропа, сельдерея, эстрагона, перец, чеснок и хрен.

Маринадную заливку можно приготовить и с другим букетом: корицей, гвоздикой, душистым перцем, лавровым листом. Заливку сначала приготовить, прокипятить 10—15 минут, добавить уксус и пряности и прогреть при температуре 90° еще минут 15.

На второй день заливку вновь нагреть до 80°, охладить и процедить.

Заливка должна полностью закрывать продукт.

ОГУРЦЫ МАРИНОВАННЫЕ

На 1 л заливки требуется 0,5 л уксусу 6-процентного, 0,5 л воды, 60 г соли, лист лавровый, корица, гвоздика, перец, багьян.

Лучше взять небольшие ровненькие огурчики. Чтобы цвет их не изменился, — промыть и на 2—3 минуты погрузить в кипящую воду, затем охладить, плотно уложить в стеклянную или керамическую посуду, пересыпать зеленью и залить маринадом.

ЛУК МАРИНОВАННЫЙ

Мариновать лучше мелкий лук. Чтобы легче очистить его от чешуи, опустите на 2—3 минуты в кипящую воду, затем охладите быстро и очистите от чешуек.

Очищенный лук до маринования хранить в холодной подсоленной воде (на 1 л воды 20—30 г соли).

Маринад обычный.

СВЕКЛА МАРИНОВАННАЯ

Свеклу очистить от ботвы и хвостов и варить в кипящей воде минут 40, затем охладить, очистить от кожицы, нарезать и залить маринадом.

КОРЕНЬЯ СУШЕНЫЕ

Корни петрушки, сельдерея и пастернака промыть, очистить от кожицы, отрезать головки и хвостики, нарезать в виде соломки и сушить на солнце или над плитой.

ХРЕН СУШЕНЫЙ

Корешки не мыть, а только тщательно выскоблить. Нарезать, высушить, а затем истолочь в ступке. Сушеный хрен в виде порошка хранить в закрытой посуде. Сушеный хрен разводят уксусом и подают как приправу.

КОНСЕРВИРОВАНИЕ ЩАВЕЛЯ

Зеленые свежие листья щавеля перебрать, вымыть и опустить на 3—4 минуты в кипяток, затем протереть. Пюре солят по вкусу, прогревают и горячим разливают в стеклянные банки. Ставят в горячую воду

и кипятят час. Банки закупоривают и охлаждают.

ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА МАРИНОВАННАЯ

На 1 л маринаду надо воды 400 г, сахару 350 г, уксусу 250 г; пряности (корица, гвоздика, душистый перец).

Черную смородину очистить, опустить на 2—3 минуты в кипящую воду, затем охладить и переложить в специальную посуду и залить маринадом.

БРУСНИКА МОЧЕНАЯ

Для сиропа требуется воды 1 л, сахару 17 г, соли 5 г, корица, гвоздика.

Сварить сироп. Спелую бруснику промыть в холодной воде, переложить в специальную посуду и залить охлажденным сиропом. Можно добавить в сироп лимонную корочку.

ТЫКВА МАРИНОВАННАЯ

Тыкву очистить от кожицы, нарезать, а затем варить в кипящей воде 10—15 минут, охладить и залить охлажденным маринадом.

МОРКОВЬ МАРИНОВАННАЯ

Морковь очистить, удалив зеленые части головок, затем опустить ненадолго морковь в горячую воду, охладить, нарезать и залить маринадом.

КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ

Плотные кочаны очистить от наружных листьев, вырезать кочерыжку, а капусту мелко нарезать. Уложить в тару (лучше деревянную бочку или кадку, можно в стеклянные или керамические банки) и залить маринадом.

ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ

На 1 кг грибов требуется 120 г воды, 2—3 г уксусной эссенции, 45 г соли; лавровый лист, перец, гвоздика, корица.

Самые подходящие для маринования белые грибы; но маринуют не только их, а и подберезовики, подосиновики, маслята, опята.

Грибы очищают, сортируют, а затем варят. Откинутые охлажденные грибы заливают маринадом.

Воду довести до кипения, сложить пряности, прокипятить и добавить уксус.

ГРИБЫ БЕЛЫЕ МАРИНОВАННЫЕ

На 1 кг грибов требуется 400 г воды; уксус, соль.

Лучше шляпки отделить от корешков и мариновать отдельно.

Подготовленные грибы промыть в холодной воде, поставить на огонь. Когда грибы закипят, снять пену. К концу варки (варить 20—25 минут) добавить пряности.

Охлажденные грибы переложить в посуду для маринада.

ГРИБЫ СУШЕНЫЕ

Для сушки годятся белые и подосиновики, подберезовики и маслята. Тщательно очистить от грязи и отрезать ножки как можно выше. Сушат ножки только белых грибов.

Сушить грибы можно на солнце, в русских печах и даже духовке. При этом заслонки или дверцы оставляют приоткрытыми.

Белые грибы перед сушкой рекомендуется провялить на солнце.

ЗЕЛЕНЬ СУШЕНАЯ

Удалить стебли у петрушки, сельдерея и укропа, нарезать зелень, разложить на сите. Можно и не отделять стебли, а подвесить зелень. Когда высохнет, отделить осторожно стебель, сушеную зелень мелко раскрошить, ссыпать в банку. Держать закрытой.

СЫРЕНЬЕ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Смородины 1 кг, сахарного песка 2 кг.

Ягоды черной смородины отсортировать. Мелкие ягоды можно использовать на повидло или пюре. Отборные ягоды тщательно промыть в нескольких водах и откинуть на сито. Когда вода стечет, ягоды уложить в посуду (только не в эмалированную, так как эмаль может отскочить, и не луженую, которая окисляется). Лучше всего для этого использовать посуду деревянную или из нержавеющей стали. Ягоды тщательно растолочь деревянным пестиком или ложкой. Если нет подходящей

для этого посуды и деревянного пестика, тогда пропустить через мясорубку, а в полученное пюре всыпать мелкий сахарный песок, предварительно просеянный через сито, и тщательно все перемешать. Перемешивание припаса продолжают до тех пор, пока почти полностью не растворятся сахарные крупинки. Если же этот процесс не довести до конца, то нерастворенный сахар осядет на дно и смородиновое пюре начнет бродить.

Доведенный до готовности смородиновый припас разложить в стеклянные банки, заранее промытые, ошпаренные и просушенные, покрыть их пергаментом и завязать шпагатом. Хранят банки в прохладном сухом месте.

ПРИПАС ИЗ РЕВЕНЯ

Ревеня очищенного 1 кг, сахарного песку 1,5 кг.

Ствол ревеня очистить от нижней, розовой части и от зеленого верха, снять пленку. Очищенный таким образом ремень нарезать поперек на небольшие равные кусочки (длиной 2—3 см) и сполоснуть в хо-

лодной воде. Ревень положить в таз для варенья, засыпать сахаром и поставить на огонь, беспрестанно потряхивать, пока не появится сок. Варят до полагающейся для варенья пробы, все время помешивая ложкой.

Припас, доведенный до требуемой пробы, вылить в какую-нибудь эмалированную или фаянсовую посуду и, изредка помешивая, охладить. Охлажденный припас разложить плотно в стеклянные банки, которые обвязать и хранить в прохладном месте.

Припас из ревеня используют на сладкие пироги.

СЫРЕНЬЕ ИЗ КЛЮКВЫ

1 кг клюквы, 7—8 стаканов сахару.

Сыренье можно приготовить и из клюквы. Но не вздумайте пропускать ягоды через мясорубку: клюква — ягода нежная, лучше разотрите ее деревянным пестиком.

Сыренье, заготовленное впрок, пригодится для начинки пирогов и для морса, который особенно хорош по праздникам, когда в меню много жирных блюд.

ВАРЕНЬЕ ИЗ МАЛИНЫ

Малины 1 кг, сахарного песку 1 кг, воды 1 стакан.

Первый способ. В таз для варки варенья положить сахар и залить водой. Таз поставить на слабый огонь и помешивать содержимое, чтобы не подгорел сироп. Сироп довести до кипения и до полного растворения сахарных крупинок. Малину очистить и, если она была загрязнена, отмыть, обсушить на сите, взвесить, поместить в эмалированную посуду и залить готовым горячим сиропом. Осторожным потряхиванием посуды малину разровнять по сиропу и оставить на 30—40 минут (для выделения в сироп малинового сока). Сироп с ягодами осторожно перелить в таз для варки варенья и поставить на огонь, довести до кипения, снять, вторично отставить таз на 10—15 минут. Затем варенье снова поставить на огонь и доварить до готовности.

Второй способ. Очищенную и взвешенную малину уложить в глубокое блюдо, засыпать ее полагающимся по рецептуре сахаром и выдержать в прохладном

помещении не менее 5—6 часов, пока малина не даст сока. После этого малину и сок осторожно переложить в таз для варки варенья и поставить на медленный огонь. Изредка осторожно потряхивать для полного растворения сахара. После растворения сахара огонь усилить, не давая варенью пригореть. Варят его до пробы, снимая при этом пенку.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ

Земляники 1 кг, сахарного песку 1 кг, воды $\frac{1}{2}$ стакана.

Сварить сироп из сахара и воды.

В готовый сироп всыпать перебранную землянику. Таз слегка встряхнуть, чтобы покрыты были все ягоды. Варить варенье в один прием до пробы; пену стонять легким потряхиванием таза. Готовое варенье перелить в эмалированные кастрюли для охлаждения.

ВАРЕНЬЕ ИЗ КЛУБНИКИ (садовой)

Клубники 1 кг, сахарного песку 1 кг, воды $\frac{3}{4}$ стакана, $\frac{1}{4}$ чайной ложки лимонной кислоты.

Для варенья надо взять плотные некруп-

ные плоды одинаковой величины. Перед варкой ягоды очистить от веточек и убрать загнившие плоды. Готовый сахарный сироп снять с огня и всыпать в него подготовленные ягоды. Таз осторожно встряхивать, чтобы ягоды покрылись сиропом. После этого варенье поставить на слабый огонь и, время от времени встряхивая, варить до пробы. В процессе варки следует несколько раз снимать образующуюся пену. В конце варки можно добавить лимонную кислоту из расчета примерно 1 г на 1 кг ягод.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЕЖЕВИКИ

Ежевика 1 кг, сахарного песка 1 кг, воды 1/2 стакана, 1/4 чайной ложки лимонной кислоты.

В таз для варенья всыпать сахар и влить воду. Размешанную массу поставить на небольшой огонь и варить до пробы. В горячий сироп всыпать подготовленную ежевику, встряхнуть таз, чтобы она погрузилась в сироп. К концу варки в варенье добавить разведенную в небольшом количестве воды лимонную кислоту. Хорошо перемешанное варенье доварить до пробы.

9 Прикамская кухня

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Черной смородины 1 кг, сахарного песка 1,5 кг, воды 1 стакан.

Для варенья выбирают спелые крупные ровные ягоды. Сначала их надо обдать крутым кипятком, затем накрыть чистой салфеткой и дать постоять минут 5—6, после чего воду слить, а ягоды высыпать в приготовленный кипящий сироп. Варят варенье до пробы, время от времени встряхивая таз и собирая накопившуюся пену.

ВАРЕНЬЕ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

Красной смородины 1 кг, сахарного песка 1,5 кг, воды 1 стакан.

Сначала готовят сироп (сахар должен полностью раствориться). Очищенную от веточек и промытую в холодной воде красную смородину всыпать в готовый сахарный сироп. Таз слегка встряхнуть, чтобы ягоды погрузились в сироп, и вынести в прохладное место на 8—10 часов, затем поставить на огонь и варить в два приема. Готовое варенье охладить и разложить в банки.

129

ВАРЕНЬЕ ИЗ КРЫЖОВНИКА

Крыжовнику 1 кг, 1 горсть вишневых листьев, сахарного песку 1,5 кг, воды $\frac{3}{4}$ стакана.

Для варки этого варенья крыжовник берут в недозрелом виде. Приготовленные к варке ягоды уложить вперемежку с промытыми вишневыми листьями и обдать кипятком. Закрыв посуду с ягодами чистой салфеткой, вынести в прохладное помещение на 5—6 часов. Затем воду слить, убрать листья и опустить ягоды в кипящий сахарный сироп. Вскипятив варенье один раз, его надо снять с огня на 20—30 минут, затем снова варить до готовности.

ВАРЕНЬЕ ИЗ РЯБИНЫ

Рябины 1 кг, сахарного песку 1,5 кг, воды $\frac{3}{4}$ стакана.

Собранную после первых заморозков рябину очистить от веточек, промыть в холодной воде и откинуть на сито. Обсохшую рябину рассыпать на столе и легким нажимом скалки чуть раздавить, затем уложить в эмалированную или фаянсовую

посуду, обдать кипятком и оставить на 10—15 минут, после чего снова откинуть, затем высыпать в сироп. Варенье варить до готовности, время от времени снимая пену.

ВАРЕНЬЕ ИЗ МОРКОВИ И КЛЮКВЫ

Моркови 1 кг, сахарного песку 1 кг, клюквы 300 г, воды $\frac{1}{2}$ стакана.

Морковь очистить и вымыть, нарезать и залить водой (0,75 л), дать прокипеть 5—7 минут, затем добавить перебранную клюкву и сахарный песок. Ягоды клюквы раздавить. Варенье готово, когда ломтики моркови станут прозрачными.

ВАРЕНЬЕ ИЗ МОРОШКИ

Морошки 1 кг, сахарного песку 1 кг, воды $\frac{1}{2}$ стакана.

Морошку хорошо промыть и дать стечь воде. В сахар влить воду, поставить на огонь и мешать, пока сироп не вскипит, затем засыпать ягоды и варить 30 минут. Остудить, ягоды протереть сквозь сито, снова сложить в таз или кастрюлю и варить еще 10 минут.

ВАРЕНЬЕ ИЗ РЯБИНЫ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

*Рябины 1 кг, сахарного песку 1,5 кг,
ядра грецкого ореха 400 г, воды
1 стакан.*

Варенье из рябины с орехами варить так же, как и обычное рябиновое варенье, только в конце варки добавить в него крупно раздробленные ядра грецкого ореха.

ВАРЕНЬЕ ИЗ КЛЮКВЫ

*Клюквы 1 кг, сахарного песку 2 кг,
воды $\frac{3}{4}$ стакана.*

Перебранную клюкву вымыть в нескольких водах, затем откинуть, облить крутым кипятком, после этого воду слить и использовать ее при варке сиропа. В готовый сироп всыпать обваренную кипятком клюкву и приступить к варке варенья. Довести до кипения, затем варить на медленном огне.

ВАРЕНЬЕ КЛЮКВЕННОЕ С ЯБЛОКАМИ

*Клюквы 1 кг, яблок антоновских 1 кг,
сахарного песку 2 кг, воды $\frac{1}{4}$ ста-
кана.*

Выбранную и промытую клюкву обварить крутым кипятком, откинуть и протереть деревянной ложкой. Яблоки, промытые и очищенные от сердцевины, нарезать на крупные дольки. В готовый сироп положить протертое клюквенное пюре и яблочные дольки и варить на небольшом огне, помешивая деревянной веселочкой или шумовкой. Варить 50—55 минут.

ВАРЕНЬЕ ИЗ БРУСНИКИ

*Брусники 1 кг, сахарного песку 1,5 кг,
воды 1 стакан.*

Перебранную бруснику промыть и откинуть на сито, чтобы стекла вода, затем сыпать в эмалированную или фаянсовую посуду, залить крутым кипятком на 2—3 минуты и вторично процедить через сито. Сварить сироп и высыпать в него обваренную бруснику, потряхивая таз, разровнять и варить в один прием до готовности.

ВАРЕНЬЕ ИЗ БРУСНИКИ С ЯБЛОКАМИ

*Брусники 500 г, яблок 500 г, сахар-
ного песку 1,5 кг, воды 1 стакан.*

Бруснику приготовить так же, как в предыдущем рецепте. Промытые яблоки

очистить от кожицы и сердцевины, нарезать небольшими дольками и сложить вместе с брусникой в приготовленный сахарный сироп. Варенье варить на небольшом огне в один прием до готовности.

ВАРЕНЬЕ ИЗ БРУСНИКИ С КОРИЦЕЙ И ГВОЗДИКОЙ

Брусники 1 кг, сахарного песка 1,5 кг, воды 1 стакан, 1 чайная ложка корицы в порошке, 3—4 гвоздички.

Подготовленную для варки бруснику, ошпаренную и отцеженную, высыпать в таз для варенья, засыпать сахаром, добавить воду, положить гвоздику и корицу, поставить на слабый огонь и при непрерывном помешивании варить до готовности.

ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА МАРИНОВАННАЯ

Маринад: на 1 л маринаду надо 50 г уксусу, 400 г воды, 30 г сахара и пряности по вкусу и желанию (перец душистый, корица, гвоздика).

Ягоды опустить на 2—3 минуты в кипя-

ток, откинуть, затем охладить, переложить в посудину и залить маринадом.

БРУСНИКА В СОБСТВЕННОМ СОКУ

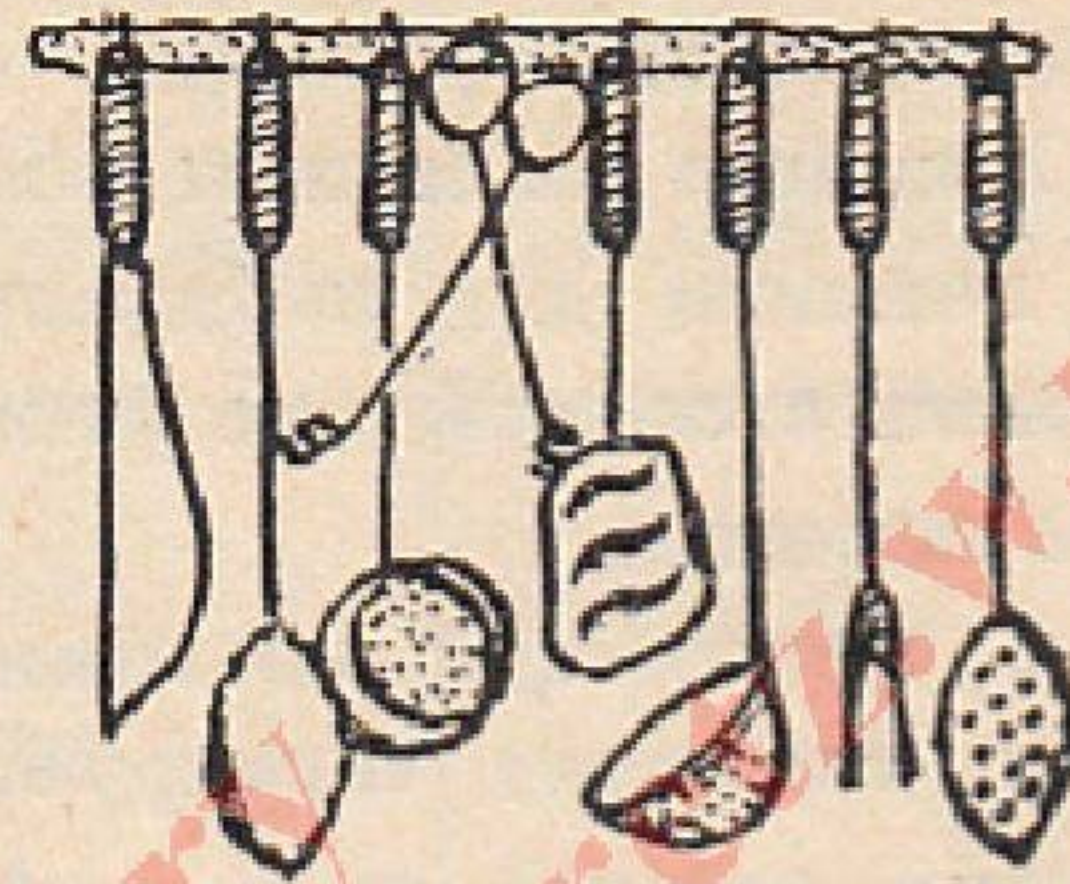
Спелую бруснику промыть, часть ягод засыпать в хорошо промытую и пропаренную бочку или кастрюлю, прикрыть деревянным кругом и прижимать, как бы утрамбовывая, до появления сока на поверхности. Затем засыпать очередную порцию ягод и снова утрамбовать до появления сока. Делать так, пока не заполнится посудина. Сверху на бруснику положить деревянный кружок с небольшим гнетом и хранить в холодном месте.

БРУСНИКА МОЧЕНАЯ

Спелую бруснику промыть в холодной воде, дать стечь воде, переложить в чистую посудину (лучше деревянную) и залить холодным сиропом. На 1 кг брусники 0,9 кг сиропа.

Сироп готовится так: на 1 л воды 17 г сахара, 5 г соли, 1 г корицы, 0,5 г гвоздики. Все это довести до кипения и охладить.

О ВАШЕЙ КУХНЕ



Кухня — не только рабочее место того, кто готовит. Очень часто на кухне собирается и вся семья, чтобы позавтракать или поужинать по-домашнему. Именно поэтому кухня должна быть не только в порядке, но и выглядеть современной, уютной комнатой.

Прежде всего надо нарядно покрасить кухню. Затем подумать о планировке — дорог каждый метр площади: на кухне должны стоять холодильник и шкаф для посуды, здесь же придется хранить продукты и кухонную утварь. Постарайтесь все разместить так, чтобы осталось место для небольшого стола, а вместо стульев используйте легкие табуретки. Очень украсит кухню деревянная посуда или керамика, стоящая на открытой полке.

Ну, а теперь о вашем производстве. На кухне необходимо иметь несколько кастрюль — лучше, если «свои» кастрюли будут для супа, для молока, каши и т. д.

Сковороды рекомендуем чугунные; и их тоже должно быть несколько — разных размеров. Очень удобны сковороды с высокими бортиками — для

жарки картофеля и овощей. Необходима гусятница для жарения и тушения птицы, мяса и овощей.

Хозяйка не может обойтись без противней и железных листов, дуршлага, венчика для взбивания, ступки с пестиком, скалки и доски для теста, корыта с сечкой для рубки мяса и овощей, сита, разных тарелок, формочек для печенья.

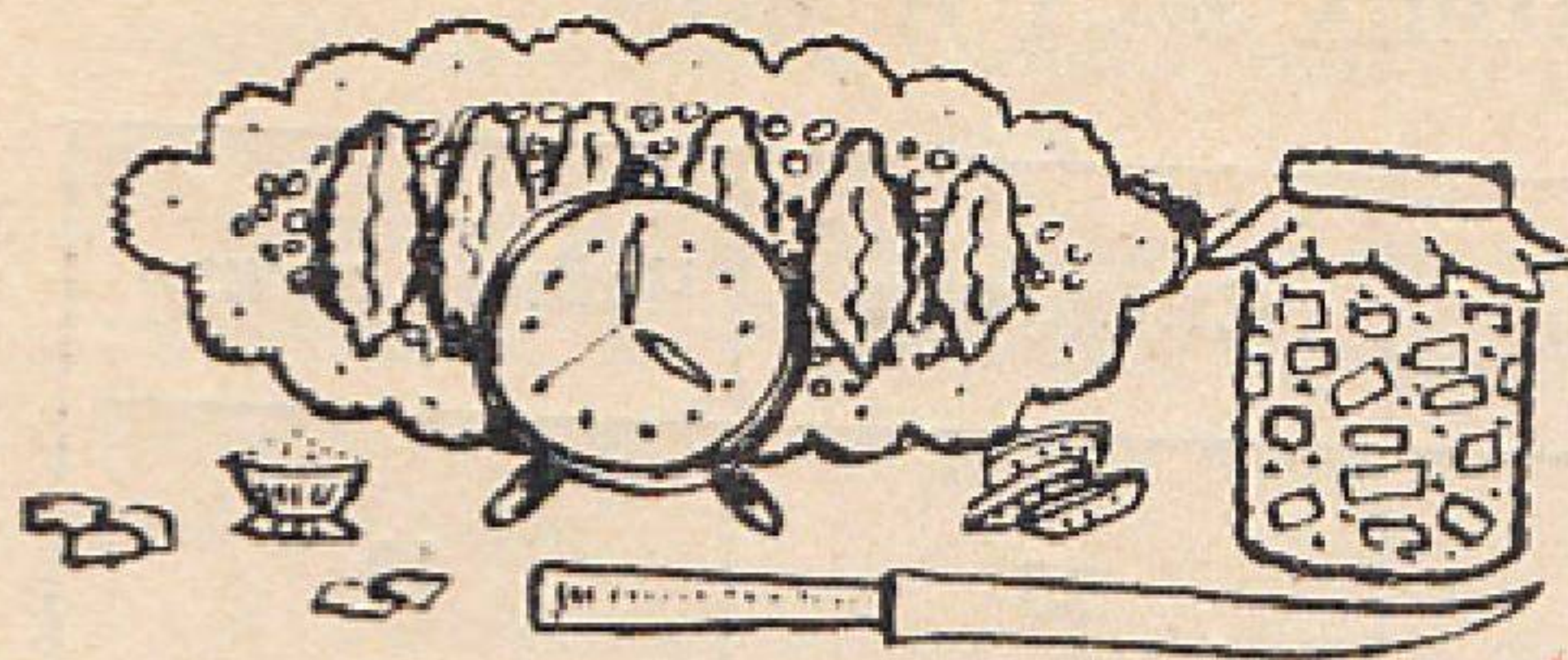
У настоящей хозяйки имеется несколько ножей, и каждый для своей цели: хлебрез, нож-рубак для мяса, нож для сыра, желобковый нож для чистки овощей и т. д. Лучше иметь кухонный набор, в котором есть несколько ножей, разные ложки, лопаточки. Не забудьте о консервном ноже и штопоре.

Деревянные доски для разделывания мяса, овощей, рыбы, резки хлеба тоже надо иметь нескольких размеров и форм (большие и маленькие, круглые и квадратные).

Сейчас на кухню пришли картофелечистка, мясорубка, овощерезка, мельница для кофе, соковыжималка, машина для приготовления коктейлей. Советуем приобрести хотя бы часть этих машин: они экономят время, облегчают труд, делают его более приятным. В кухне необходимы еще две вещи: мерная кружка с делениями и весы. Они помогут вам.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА ВЕСА И МЕРЫ

Продукты	Стакан	Ст. ложка	Чайная ложка
Мука пшеничная	160	25	10
Мука картофельная . .	200	30	10
Рис	230	25	—
Греча	210	25	—
Манная	200	25	—
Ячневая	180	20	—
«Геркулес»	90	12	—
Пшено	220	25	—
Горох (нелущеный) . .	200	—	—
Молоко сгущенное . .	—	30	12
Сметана	250	25	—
Сахарный песок	200	25	10
Соль	325	30	10



СЕКРЕТЫ ХОЗЯЙКИ

- Зимой дрожжей в тесто требуется вдвое больше.
- Если вы хотите, чтобы хрен стал «добрее», готовьте его у открытого окна или на краю горячей плиты — и резкий запах станет слабее.
- Хрен кладут даже в окрошку, он придает ей особую остроту.
- Хрен легко натереть, если оставить его на ночь в холодной воде.
- Лук станет золотистого цвета и будет вкуснее, если при жарении посыпать его сахарной пудрой.
- Свекла чистится быстрее, если опустить ее в холодную воду сразу из горячей.

•
Чтобы цветная капуста не была после варки желтого или серого цвета, добавьте в воду ломтик лимона. Не следует варить капусту в жестяных и алюминиевых кастрюлях, лучше использовать эмалированную.

•
Чтобы освежить зелень, положите ее на час в холодную воду, в которой растворена столовая ложка уксуса.

•
Прежде чем выжать сок лимона, окуните лимон на несколько минут в горячую воду. Сока будет больше.

•
Варенье никогда не засахарится, если в него во время варки добавить сок лимона.

•
Когда варите сухую фасоль, добавьте в воду несколько капель растительного масла. Фасоль станет мягче и вкуснее.

•
Соль известна всем как приправа, но не все знают ее «тонкости». Неприятный запах или осадок в подсолнечном масле можно удалить с помощью соли. Положите на литр масла чайную ложку соли — и через три дня оно станет прозрачным.

•
Рыбу нужно солить за 15 минут до жарения, тогда она не развалится.

•
Ножи точить куда легче, если полчаса подержать их в соленой воде.

•
Несколько кристалликов соли, брошенных в кофе, делают напиток особенно вкусным.

•
Если в компот из кислых фруктов добавить немножко мелкой соли он станет вкуснее. А чтобы компот быстрее остыл, поставьте его в большую кастрюлю с холодной водой, в которую насыпьте немного крупной соли.

•
Лук тоже обладает «секретами». Вот некоторые из них.

•
Если прокипятить мясной бульон с луковичной шелухой, он будет золотистого цвета.

•
Ломтик луку, брошенный в холодильник, поможет уничтожить все неприятные запахи.

•
Вы варите суп из мозговой кости. Чтобы мозг не выпал при варке, положите по кристаллику соли с каждой стороны кости.

•
Чтобы тушеное мясо было вкуснее, поджарьте его до румяной корочки, но сначала хорошо нагрейте посуду, потом положите жир. А чтобы жир не разбрызгивался, посуду осыпьте щепоткой соли.

•
Чтобы мясо, жаренное в духовке, было более сочным, смажьте его предварительно со всех сторон растительным маслом.

•
Как вы сушите грибы в современной кухне? В газовой духовке? Но для этого шляпки и корешки нужно нанизать на тоненький прутик или лучинку. Затем уложить грибы рядами поперек противня, чтобы они не касались друг друга. Под концы прутиков положите проволочную рамку (она есть в вашем кухонном арсенале).

•
Сушить грибы следует на медленном огне, приоткрыв дверь духовки. Полуготовые грибы досушивать на газовой конфорке с сеткой в алюминиевой миске.

•
Чтобы придать зеленому салату большую остроту, натрите одним зубком чеснока корочку хлеба и за полчаса до подачи на стол положите ее в салат, а потом уберите.

• Если нет лимона, заменяйте его клюквой, кислыми сливами, гранатом, ревенем, щавелем. Черешки ревеня нужно разрезать на кусочки, растолочь в фарфоровой ступке, отжать сок через марлю.

• После разделки лука, чеснока, селедки руки неприятно пахнут. Натрите их солью или смочите слабым раствором уксуса, а потом вымойте — запах исчезнет.

• Овощи лучше варить целиком: так они теряют меньше витаминов и других питательных веществ. Воду, в которой варятся овощи, нужно подсолить. Воды наливайте немного: это тоже сохраняет питательные вещества. Овощной отвар используйте для подливок и заправок.

• Мясо будет нежным, если за час до жарки хорошенько смазать его горчицей.

• Молоко сохраняется гораздо дольше, если его кипятить с сахаром (столовая ложка на литр).

• Печень говяжья станет мягче, нежнее, если перед тем как жарить опустить ее ненадолго в молоко.

Лимонный сок очень полезен для жирной кожи. Если добавить в него немного сахарной пудры, он — прекрасный лосьон. Капля лимонного сока очищает лезвие ножа, снимает пятна от чая со скатерти, ржавчину, пятна от крови и чернил, придает белизну мрамору, пожелтевшему от огня, блеск сумочке из темной кожи, чистит медные изделия.

•
Чтобы предохранить муку от вредителей, положите в нее 2—3 дольки чеснока, завязанные в марлю.

•
Для приготовления котлет лучше всего использовать пшеничный черствый хлеб, а не белый. Свежий белый хлеб дает больше клейковины.

•
Мясной суп солят за 30 минут до конца варки, а рыбный — в самом начале.

•
Мясо, рыбу, овощи солят перед тем, как жарить, а картофель — когда он почти готов.

•
Треснувшее яйцо не вытечет, если варить его в соленой воде или слегка смазать трещину уксусом.

•
Вы печете блины, вам нужно смазывать сковородку? Если в доме нет перышка, используйте кусочек пергамента или половинку луковицы.

•
Яйцо при варке не даст трещины, если на дно кастрюли положить перевернутое блюдце.

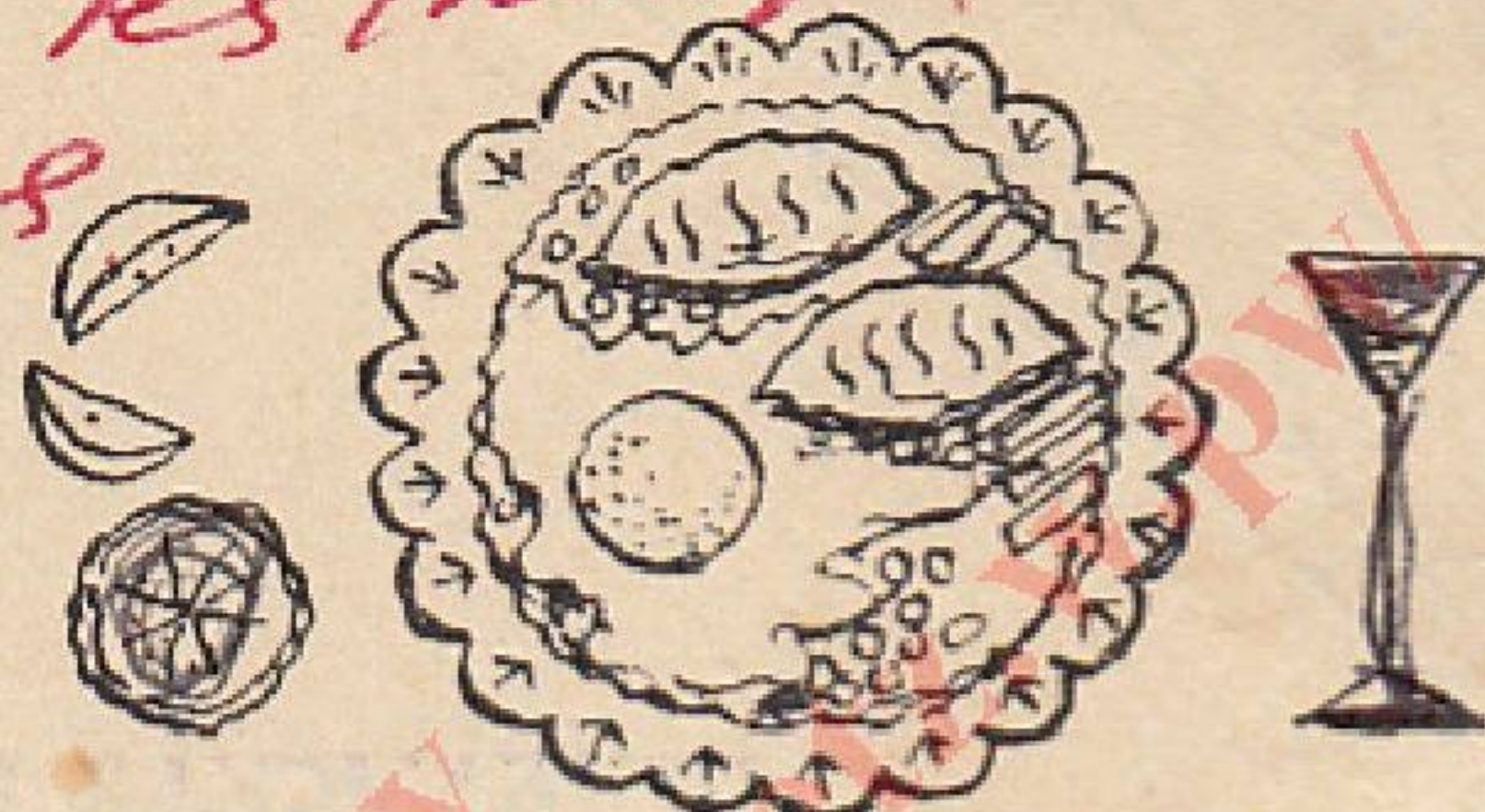
•
Гусиные и утиные яйца не рекомендуется жарить. Нельзя варить их всмятку — только вкрутую. Они должны пробыть на сильном огне не менее 15 минут.

•
Чтобы проверить свежесть яйца, его нужно опустить в соленую воду. Яйцо, которое пролежало больше пятнадцати дней, тухлое, сразу поднимется на поверхность.

•
Не выбрасывайте скорлупу от яиц: она служит превосходным удобрением для комнатных растений. Для этого ее нужно только размельчить и смешать с сахарной пудрой.

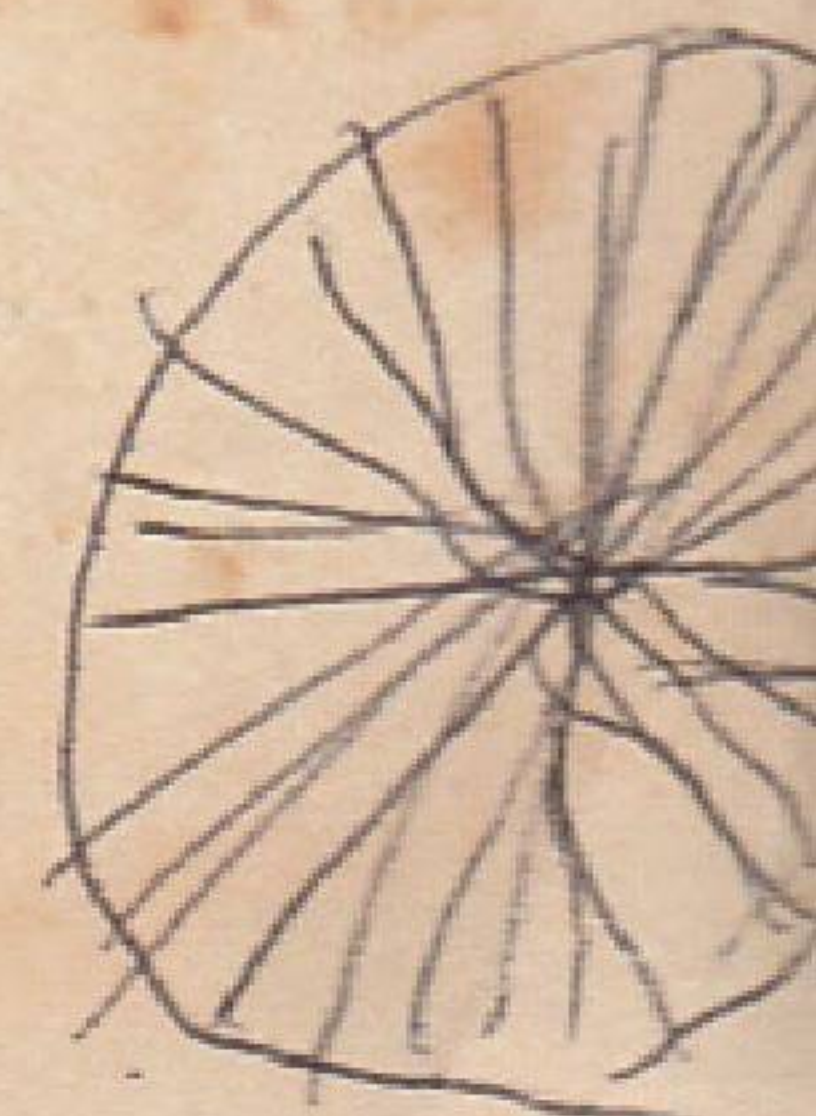
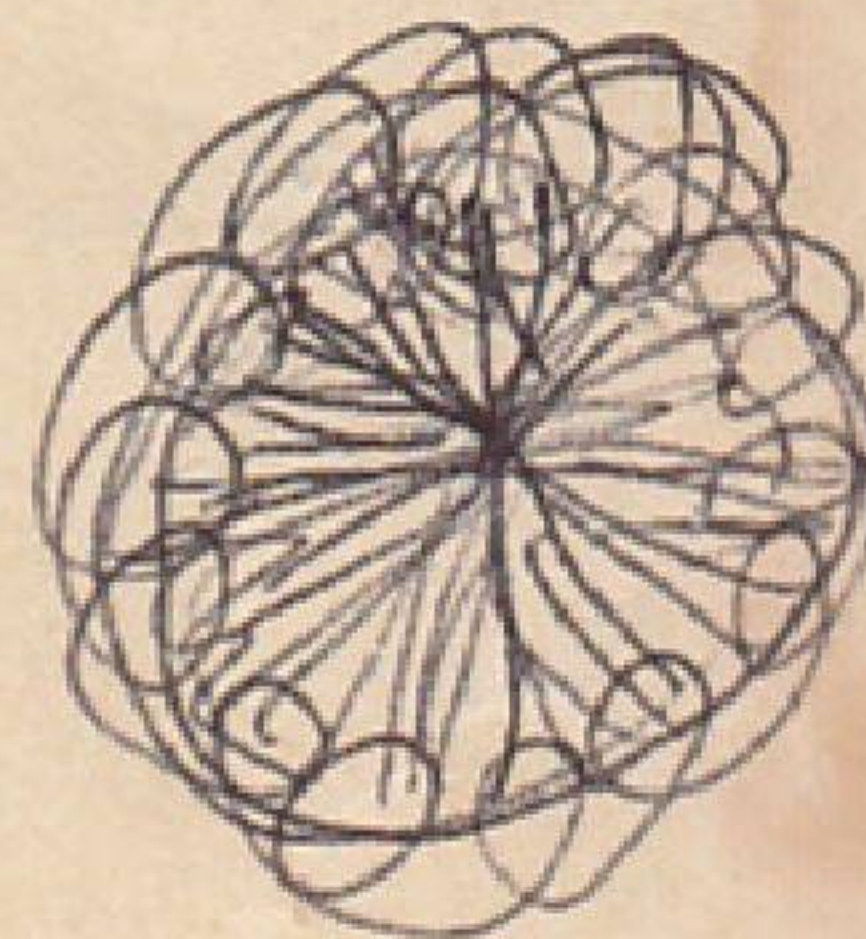
•
Загляните внутрь эмалированного чайника или кофейника... От частого употребления они темнеют внутри. Им может вернуть былой блеск чайная ложка соды (на стакан воды). Залейте этим «целебным» раствором чайник и дайте постоять несколько часов. Затем протрите, вымойте холодной водой — и чайник снова хорош.

гер. мед. кофеего 30г.
 напиток воды.
 сахар 200 гр. из сахара
 200 гр. винограда



СОДЕРЖАНИЕ

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ 9	Овощи 70
Салаты 9	Грибы 87
Закуски 17	ПИРОГИ И ШАНЬГИ 91
СУПЫ 20	БЛИНЫ И ОЛАДЬИ 103
БЛЮДА ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И РЫБЫ 34	ЯГОДЫ НА ДЕСЕРТ. КОМПОТЫ И КИСЕЛИ. НАПИТКИ 108
Мясные блюда 34	СОЛЕНЬЯ И МАРИНАДЫ, ВАРЕНЬЯ И ПРИПАСЫ 121
Рыбные блюда 47	О ВАШЕЙ КУХНЕ 133
ВЗВАРЫ, ПОДЛИВКИ, ЗАПРАВКИ 52	СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА ВЕСА И МЕРЫ 135
ПЕЛЬМЕНИ 59	СЕКРЕТЫ ХОЗЯЙКИ 136
КАШИ 63	
БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И МОЛОКА 67	
БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ 70	



7-26-98.
2-26-58
Смирнов

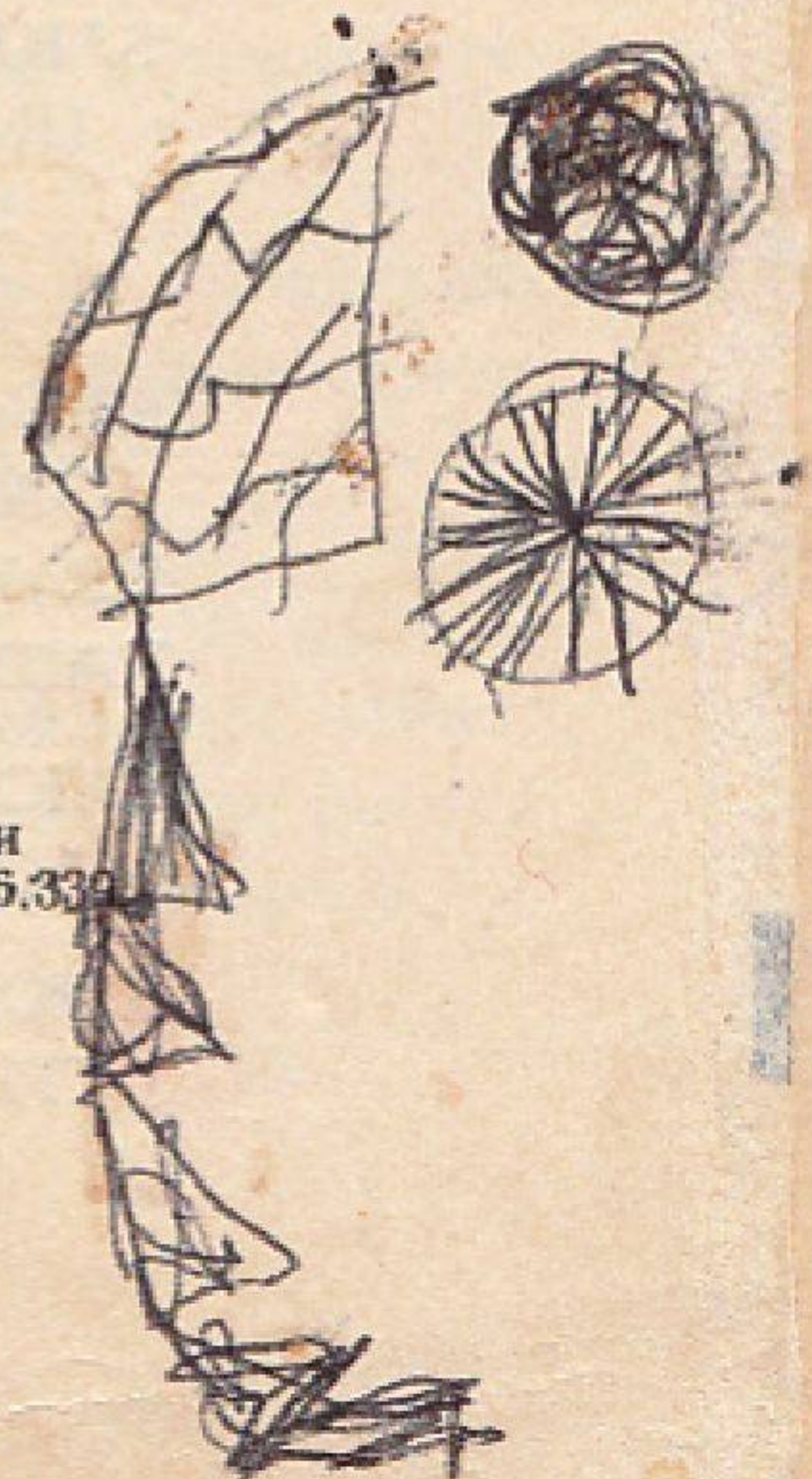
Мер. Н.Е.



ПРИКАМСКАЯ КУХНЯ

Редактор Т. М. Суворина. Художник М. В. Тарасова.
Художественный редактор В. В. Вагин. Технический редактор Т. В. Дольская.
Корректор Л. К. Пономарева.

<http://kulinarnylaretz.w.pw/>



Сдано в набор 12/VI 1967 г. Подписано в печать 21/XI 1967 г. Формат бумаги писчая № 1 70×108^{1/2}. Бум. л. 2,25; печ. л. 4,5 (усл.-прив. л. 8), уч.-изд. л. 6,33.
Тираж 50 000 экз. Цена 41 коп.

Типография изд. «Звезда», г. Пермь, ул. Дружбы, 34. Зак. 4895.

Свинок

Масло - 0,5 кг

1 - сливко (выбери, а надеемся ессомат)

1 - ст. сахара

1/2 - сахарный (растопить)

1 - слив. ст. сахар

0,5 кг - сметана

0,5 кг слив.

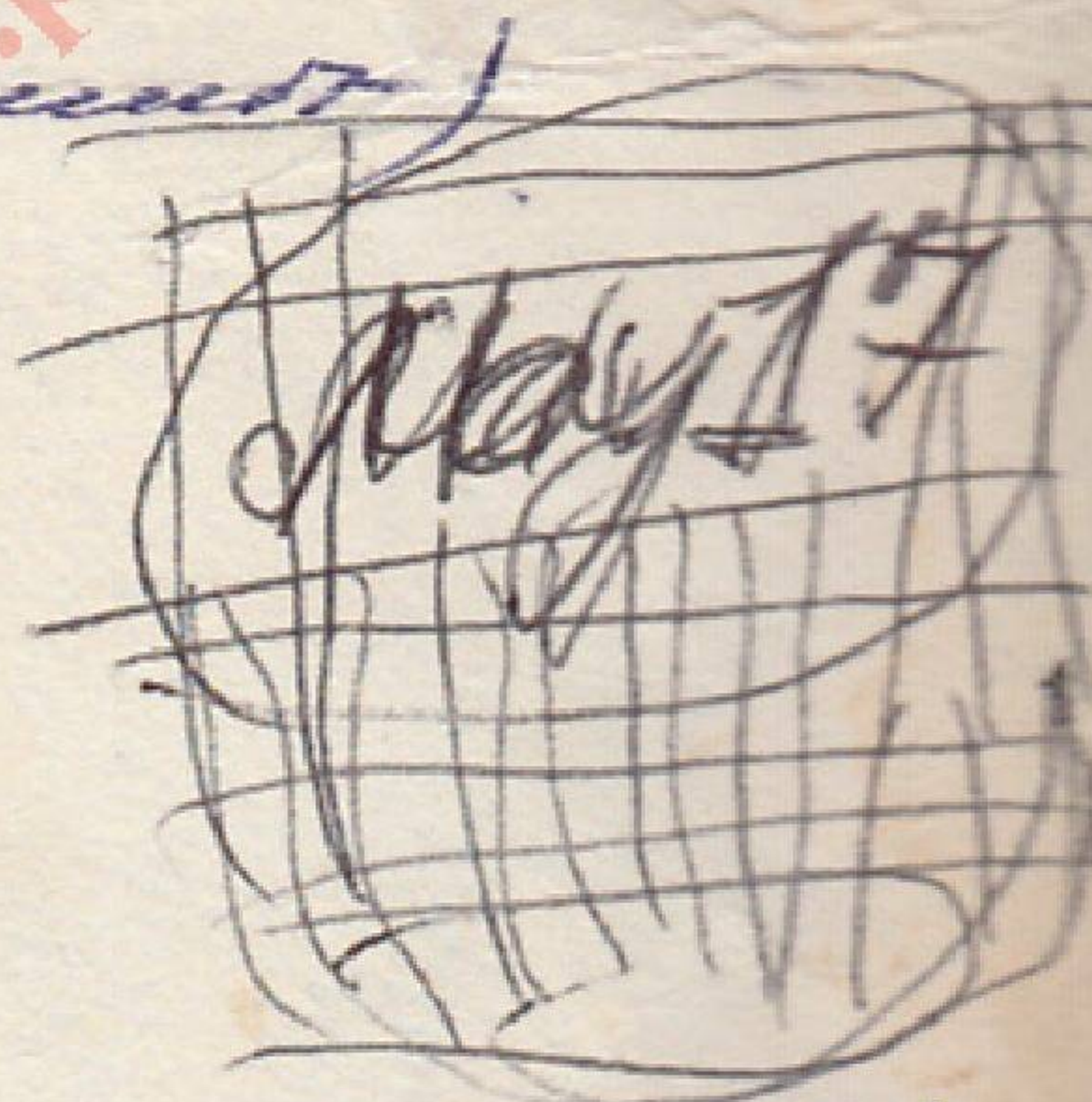
0,5 кг слив. сахар

Сахар

и слив. сахар → не забыть

и слив.

200 гр. 0,5 кг







library

<http://kulinarniylaretz.w.pw/>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>