

Ольга Ивушкина

***Оригинальные
салаты***



УДК 641/642
ББК 36.997
И17

Ивушкина, О.

И17 Оригинальные салаты / О. Ивушкина. — М. : Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2020. — 64 с. — (Готовим легко и просто!).

ISBN 978-5-521-75432-8

Ни для кого не секрет, что столь привычные и родные для всех нас винегреты и оливье на праздничном столе уже не вызывают у нас энтузиазма и не в силах подчеркнуть кулинарное мастерство хозяев. Если же вам не безразлично мнение гостей, то приложите чуть больше усилий и устройте себе и гостям настоящий праздник, приготовив по предложенным нами рецептам оригинальные салаты.

BIC WBA
BISAC CKB000000

ISBN 978-5-521-75432-8

© Т8 RUGRAM, оформление, 2020
© Т8 Издательские технологии, 2020

Глава 1

Салаты

необычные — лакомства различные



Салат «Гранатовый браслет»

Требуется: $\frac{1}{2}$ кг свеклы, 4 граната, 2 луковицы, $\frac{1}{2}$ стакана зерен граната.

Для соуса: 3 яйца, 6 желтков, стакан сахара, 1 ст. л. муки, $\frac{1}{2}$ литра гранатового сока, 200 г сливок.

Способ приготовления. Свеклу испеките в духовом шкафу вместе с кожицей, предварительно вымыв. Когда остынет, очистите, натрите на крупной терке и соедините с гранатовым соком (выжмите его из 4 приготовленных гранатов). Добавьте в эту смесь мелко рубленый лук и зелень. Немного посолите и перемешайте.

Для приготовления соуса разотрите желтки добела, добавьте к ним яйца, сахар и муку. Влейте в эту смесь гранатовый сок, поставьте на слабый огонь и варите, непрерывно помешивая, пока не загустеет. Затем снимите с огня, перелейте в стеклянную или керамическую миску и мешайте до тех пор, пока масса не остынет. Потом прибавьте взбитые в крутую пену сливки. Этим соусом залейте салат, а сверху украсьте зернами граната.

Салат «Фруктовый сад»

Требуется: 3 яблока, 3 груши, 10 слив (по-крупнее), 1 луковица, 2 помидора, стакан грецких орехов, банан, стакан сметаны, по щепотке соли и сахара.

Способ приготовления. Яблоки и груши очистите от кожуры и нарежьте кубиками. Бананы нарежьте дольками. Сливы очистите от косточек и кожицы и разделите пополам. Лук порубите. Помидоры аккуратно нарежьте кубиками. Теперь сложите все в миску и добавьте орехи. Из сметаны, соли, сахара и лука приготовьте соус. Для того чтобы лук не был горьким, порубите его, сложите в дуршлаг, обдайте кипятком, потом охладите. Заправьте этим соусом салат и перемешайте. Угощение готово.

Украсьте его дольками яблока, мандарина и половинками слив.

Салат «Взрыв вкуса»

Требуется: 2—3 яблока, 1 персик, один стакан консервированных вишен, $\frac{1}{2}$ стакана изюма, 200 г творога, 100 г сливок, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления. В миске смешайте творог, сливки, сахар и немного соли. Масса должна иметь консистенцию сметаны. Изюм предварительно замочите. Яблоки нарежьте кусочками, из персика выньте косточку и тоже нарежьте. Смешайте все компоненты с творожным соусом. Переложите салат в салатницу. Украсьте его изюмом и вишнями. Вишни разделите на половинки и удалите косточку. На половинки вишен положите по изюминке.

Салат «Аромат любви»

Требуется: 1 ананас, 3—4 средних яблока, 150 г сыра и 1 небольшой мандарин для украшения, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, сметаны, любой фруктовый сок, орехи.

Способ приготовления. Возьмите ананас, очистите его от кожуры и нарежьте кубиками. Яблоки и 150 г сыра тоже порежьте кубиками. Затем приготовьте сметанный соус.

Способ приготовления соуса. $\frac{1}{2}$ стакана сметаны смешайте с сахаром и любым фруктовым соком. Заправьте этим соусом салат. Выложите его в салатницу и перед подачей на стол посыпьте сверху любыми измельченными орехами.

Для украшения возьмите небольшой мандарин, очистите от кожуры и разделите на дольки, оставив их соединенными у основания. Получится цветок, в середину которого вы можете положить вишню.

Салат «Парижская ночь»

Требуется: 3 небольшие моркови, 3 яблока, $\frac{1}{2}$ стакана грецких орехов, 2—3 ст. л. сгущенного молока, 2—3 ст. л. густой сметаны, 2 ст. л. ликера «Черри», 1 лимон.

Способ приготовления. Яблоки и морковь нарежьте тонкой соломкой. Всыпьте измельченные грецкие орехи. Заправьте салат сметаной, смешанной со сгущенным молоком. Напоследок влейте ликер и хорошенько перемешайте. Салат готов. Переложите его в салатницу на ножке и украсьте. Для украшения возьмите лимон и нарежьте кружочками. Из одного кружочка вырежьте

клинышки. Составьте из них одну или несколько «бабочек» и украсьте ими салат.

Салат «Нежное прикосновение»

Требуется: 1 маленькая дыня, плод манго, 200 г крупной клубники и 1 грейпфрут.

Способ приготовления. Нарезьте крупными кубиками дыню и плод манго, клубнику разрежьте крест-накрест. Сложите все это в салатницу и выжмите сок грейпфрута. Сладкие ингредиенты салата приобретут чуть кисловатый привкус. Украсьте этот салат листиками мяты для придания ему свежего и приятного аромата.

Салат «Ягодная поляна»

Требуется: 2 яблока, 2 банана, по 100 г черники, ежевики, малины, клубники; 2 ст. л. меда, 1 ст. л. лимонного сока, 3—4 листочка мяты.

Способ приготовления. Для начала очистите бананы от кожуры. Затем порежьте на кубики бананы, яблоки и клубнику. Смешайте все это с остальными ягодами и сбрызните лимонным соком. Растопите мед и полейте им салат. Все перемешайте. Сверху украсьте половинками клубники и листиками мяты.

Салат «Американская мечта»

Требуется: 250 копченого цыпленка, 2 стакана клубники, разрезанной пополам, $1\frac{1}{2}$ кг консервированных ананасов, долек мандарина и апельсина, полстакана майонеза, 3 ст. л. сметаны, 2 ст. л. концентрированного

апельсинового сока, 1 ч. л. порошка карри, 5 ст. л. обезжиренного молока, салат, кокосовые хлопья.

Способ приготовления. Перемешайте в миске клубнику и консервированные фрукты. Затем в небольшой миске смешайте майонез, сметану, концентрат апельсинового сока, карри и молоко. Это будет заправка для салата.

Подают этот салат в порционных тарелках. Выложите их листьями салата, положите на них фрукты и кусочки цыпленка, а сверху залейте заправкой. Кокосовые хлопья используйте в качестве гарнира.

Салат «Сладкое ассорти»

Требуется: 150—200 г риса, 200 г консервированного ананаса, 40 г изюма, 100 г винограда без косточек, 2 веточки сельдерея, 3 ст. л. уксусной приправы.

Способ приготовления. Сварите рис. В готовый остывший рис влейте уксус, смешайте с 2 ст. л. сиропа от ананасов и хорошо перемешайте. Затем нарежьте кусочки ананаса и вместе с изюмом и виноградом добавьте в салат. Все перемешайте и поставьте в холодильник. Подавать этот салат нужно охлажденным. К нему можно предложить полусладкое шампанское.

Салат «Малиновое безумство»

Требуется: корень сельдерея, сок $\frac{1}{2}$ лимона, молотый красный перец, 1 ч. л. неострого кетчупа, 150 г сметаны, 2 ст. л. миндаля, 100 г малины, 2 ч. л. сахарной пудры, листья салата.

Способ приготовления. Выжмите из лимона сок, а для того чтобы это легче было сделать, покатайте его по столу, слегка надавливая. Далее очистите корень сельдерея и нарежьте его соломкой. Сбрызните лимонным соком, смешайте с миндалем и сметаной, заправьте кетчупом, посолите и поперчите. Малину разомните и посыпьте сахарной пудрой. Листья салата красиво разложите на блюде, выложите на них сельдерея и полейте малиново-сахарной смесью. Для пикантности можно немного поперчить.

Салат «Райское наслаждение»

Требуется: 3—4 банана, 1 средняя дыня, 2 ст. л. меда, 2 ст. л. любого кислого сока, 2 ст. л. толченых грецких орехов.

Способ приготовления. Очистите бананы и нарежьте кружочками, а дыню — кубиками. Сложите все на блюдо. А сверху залейте медом, смешанным с соком. Посыпьте орехами и все готово. Если пожелаете, добавьте в салат сметану.

Салат «Фруктовая фантазия»

Требуется: гроздь винограда без косточек, 4 апельсина, 6 ломтиков ананаса, лимонный майонез для заправки.

Для майонеза: 1 сырое яйцо, 4 ч. л. сахара, 1 ч. л. уксуса, 1 лимон, 2 стакана оливкового масла, $\frac{1}{2}$ стакана сливок.

Способ приготовления. Апельсины и ананас очистите и нарежьте кубиками. Смешайте с виноградом. А теперь приготовьте лимонный майонез.

Возьмите 1 яйцо (сырое), 4 ч. л. сахара, 1 ч. л. уксуса, сок 1 лимона, 2 стакана оливкового масла, $\frac{1}{2}$ стакана взбитых сливок. Взбейте хорошенько яйцо, добавьте в него лимонный сок, соль и сахар. Затем добавляйте по 1 ч. л. оливковое масло, каждый раз взбивая. Когда смесь загустеет, добавьте взбитые сливки. Для разнообразия окрасьте приправу в какой-нибудь цвет пищевым красителем. Заправьте салат лимонным майонезом и аккуратно перемешайте. Переложите его в салатницу и украсьте спиралью, вырезанной из цедры лимона специальным ножом.

Салат «Сон магараджи»

Требуется: 1 плод манго, 3 апельсина, 4—5 персиков, $\frac{1}{2}$ стакана сока грейпфрута, $\frac{1}{2}$ стакана очищенных и поджаренных зерен подсолнуха.

Способ приготовления. Очистите апельсин и нарежьте кубиками. Так же нарежьте очищенные от косточки манго и персик. Смешайте все фрукты в миске и полейте грейпфрутовым соком. Сверху посыпьте семенами подсолнуха.

Салат «На лесной опушке»

Требуется: $\frac{1}{2}$ кг ягод брусники, 4 ст. л. рубленых орехов, 5 ст. л. меда и стакан сливок.

Способ приготовления. Бруснику положите в глубокую миску и разомните толкушкой в пюре, добавьте мед и перемешайте. Сливки взбейте в пышную пену и покройте ими салат. Сверху засыпьте орехами. Получился замечательный лесной салат.

Салат из дыни с фруктами

Требуется: маленькая дыня, манго, 200 г крупной клубники и грейпфрут.

Способ приготовления. Нарезьте крупными кубиками дыню и манго, клубнику разрежьте на четвертинки. Сложите все в салатницу и выжмите сок грейпфрута. Сладкие ингредиенты салата приобретут чуть кисловатый привкус. Украсьте салат листиками мяты для придания ему свежего и приятного аромата.

Салат из дыни и бананов

Требуется: небольшая дыня, 3—4 банана, по 2 ст. л. меда, сливового или другого кислого сока и измельченных грецких орехов.

Способ приготовления. Бананы нарежьте кружочками, а дыню — кубиками. Сложите все на блюдо, залейте медом, смешанным с соком. Посыпьте орехами. Если пожелаете, добавьте в салат сметану.

Салат «Дачный»

Требуется: 150—200 г дыни, 3 яблока сладких сортов и 4 груши, по 200 г сливы и черешни (можно вишни сладких сортов), $\frac{1}{2}$ стакана сметаны или немного взбитых сливок, 50 г сахара.

Способ приготовления. Очистите яблоки от кожуры, если это необходимо. Удалите семена из всех плодов. Порежьте их не очень мелкими кусочками и засыпьте сахаром. Дайте некоторое время постоять, чтобы они