

В. Н. Петров

ЧУДО-ОБЕД ЗА ПОЛЧАСА

Москва, 2017

УДК 641/642
ББК 36.997
ПЗ0

Петров, В. Н.
ПЗ0 Чудо-обед за полчаса / В. Н. Петров. – М. : Т8RUGRAM
/ РИПОЛ классик, 2017. – 254 с.

ISBN 978-5-519-61022-3

Наша жизнь стремительна и энергична, время на приготовление пищи заметно сократилось, и многие вынуждены покупать полуфабрикаты или консервированные продукты.

Современная женщина должна быть не только квалифицированным сотрудником, но и заботливой мамой, любящей женой и гостеприимной хозяйкой.

Благодаря приведённым в этой книге рецептам, вы сможете за максимально короткое время приготовить вкусные и полезные блюда и порадовать своих близких замечательным обедом.

Приятного аппетита!

УДК 641/642
ББК 36.997
ВІС WBF
BISAC SKB101000

ISBN 978-5-519-61022-3

© Т8RUGRAM, оформление, 2017
© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	13
ГЛАВА 1. НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ	15
ГЛАВА 2. САЛАТЫ И ЗАКУСКИ	19
Салаты	
Грибной салат с крабовыми палочками	20
Салат с крабовыми палочками	20
Куриный салат.....	21
Салат с шампиньонами	22
Салат «Зимний»	23
Салат «Ассорти»	23
Салат «Моментальный»	24
Овощной салат.....	25
Салат из соленых огурцов.....	25
Салат с соленой сельдью и капустой	26
Рисовый салат	27
Салат морской.....	27
Грибной салат с сыром	28
Салат из лосося с соленым огурцом	29
Салат из тунца	29
Салат со ставридой и орехами.....	30
Салат с маринованными огурцами.....	30
Шпротный салат	31
Салат с печенью трески.....	32
Салат с сардинами и петрушкой	32
Салат из красной капусты	33
Мясные закуски	
Колбаса с кабачками	34
Закуска из колбасы и картофеля	35
Ветчина с горчицей и тертым хреном.....	35
Закуска из колбасы и чеснока	36
Сосиски с картофелем	36
Сосиски с сыром	37
Ветчина в сухарях	38
Колбаса с сыром	38

Сосиски с зеленым луком	39
Бутерброды	
Бутерброды с килькой	40
Слоистые бутерброды	41
Бутерброды с сельдью.....	41
Бутерброды с сыром и джемом	42
Бутерброды с паштетом	42
Бутерброд с сосисками и хреном.....	43
Бутерброд с сосисками и кукурузой.....	44
Бутерброды с ветчиной	45
Бутерброды с колбасой и маринованными овощами	45
Бутерброды с плавленым сыром.....	46
Бутерброды с сардинами	47
Бутерброды с заливной телятиной	47
Жареные бутерброды с мясом.....	48
Печеные бутерброды по-итальянски	49
Печеные бутерброды с грибами.....	49
Бутерброды с рыбным ассорти	50
Бутерброды с горячей начинкой.....	51
Канаше	
Канаше с кетовой икрой	52
Канаше с крабовыми палочками	52
Канаше с сыром.....	53
Канаше со шпротами	54
Канаше с печенью трески	54
Канаше с рыбными консервами	55
Канаше с паюсной икрой, сельдью и яйцом.....	56
Канаше с килькой	56
Брускетты	
Брускетты с кедровыми орешками	58
Брускетты с помидорами	58
Брускетты с ветчиной	59
ГЛАВА 3. ЯИЧНИЦА И ДРУГИЕ БЛЮДА ИЗ ЯИЦ	61
Яичницы	
Паровая яичница с молоком.....	62
Яичница-глазунья.....	63
Паровая яичница	63

Яичница с беконом.....	64
Яичница острая с сосисками.....	65
Яичница с картофелем.....	65
Омлеты	
Омлет натуральный	67
Омлет с шампиньонами	67
Омлет с сосисками	68
Омлет с капустой и творогом.....	69
Сладкий омлет	69
Другие блюда из яиц	
Яйца пошированные.....	71
Яичные хлебцы (яично-молочные гренки)	72
ГЛАВА 4. ЩИ, СУПЫ И БОРЩИ	73
Борщ с пшеном.....	74
Борщ-тридцатиминутка.....	74
Борщ вегетарианский	75
Щи с луком и тушенкой.....	76
Щи вегетарианские	77
Рассольник для студента.....	78
Рассольник	79
Уха из судака	79
Уха из тунца	80
Уха из лосося	81
Уха из угря	81
Суп с рыбными консервами.....	82
Суп со щавелем.....	83
Суп грибной с изюмом	83
Суп картофельный с грибами.....	84
Суп луковый.....	85
Суп картофельный с пельменями.....	85
Суп с ячневой крупой.....	86
Суп с консервированной кукурузой.....	87
Сырный суп	87
Суп с тушенкой	88
Овощной суп	89
Томатный суп.....	89
Суп из сосисок.....	90
Суп с горохом.....	91

Рыбный бульон.....	91
Рисовый суп с клецками.....	92
Суп из курицы	93
Суп с кольраби.....	94
Суп из тыквы	95
Суп с цветной капустой.....	95
Бульон «Аппетитный».....	96
Суп с фасолью.....	97
Суп со шпинатом	98
Суп молочный с клецками	98
Суп вермишелевый с шафраном.....	99
Суп с болгарским перцем	100
 ГЛАВА 5. МЯСНЫЕ БЛЮДА НА ВТОРОЕ.....	101
Котлеты	
Свинные котлеты паровые.....	102
Котлеты жареные	103
Котлеты из говядины	103
Отварные котлеты	104
Котлеты под шубой.....	104
Котлеты пряженые	105
Блюда из тушеной говядины	
Рагу из тушеной говядины.....	106
Тушеная говядина с грибами.....	107
Тушеная говядина с помидорами.....	107
Тушеная говядина с кабачками.....	108
Прочие мясные и рыбные блюда	
Свинина в пиве.....	110
Рулетки из красной рыбы	110
Рулетки на пару	111
Курица с чесноком.....	112
Баранина с помидорами	112
Блинчики с мясом.....	113
Рыба с пряностями	114
 ГЛАВА 6. ГАРНИРЫ	115
Гарниры из макаронных изделий	
Макароны пикантные с орешками	116
Макароны с грибами.....	117

Макароны с луком и грибами	118
Макароны с рыбой.....	119
Макароны с яйцом.....	119
Макароны с сосисками	120
Макароны с грудинкой и чесноком	121
Макароны с плавленым сыром.....	122
Макароны с печенью.....	122
Макароны с баклажанами	123
Макароны с сыром.....	124
Макароны «Фруктовые»	125
Спагетти с зеленью	125
Спагетти с грибами	126
Спагетти с плавленым сыром	126
Спагетти с чесноком.....	127
Спагетти с коньяком	128
Спагетти с яблочным вкусом	128
Спагетти с тунцом	129
Каши	
Каша гречневая по-купечески.....	130
Каша гречневая с грибами	130
Каша овсяная.....	131
Каша манная с фруктовым вкусом	131
Каша манная	132
Каша гречневая молочная	132
Каша пшенная с тыквой.....	133
Каша рисовая	133
Каша гречневая рассыпчатая.....	134
Каша пшенная с творогом	134
Запеканки	
Гречневая запеканка (крупеник)	136
Творожная запеканка	136
Капустная запеканка.....	137
Морковная запеканка	138
Гарниры из картофеля	
Картофель с сыром.....	139
Картофель с салом.....	139
Картофель в сметане.....	140
Картофель со сливками.....	140
Картофель с грибами.....	141

Картофель в апельсиновом соусе	142
Картофель с чесноком	142
Картофель в сливочном соусе	143
Гарниры из капусты	
Цветная капуста, запеченная под майонезом.....	144
Цветная капуста с помидорами.....	144
Цветная капуста с оливками	145
Брюссельская капуста в сухарях.....	146
Капуста, запеченная в молоке ломтями	146
Отварная капуста в сыре	147
Капуста под горчицей	148
Красная капуста с яблоками	148
Капуста, тушенная с морковью	149
Капуста с яблоками	150
Капуста цветная с сыром.....	150
Кольраби в светлом соусе.....	151
Брокколи печеная	152
Брокколи с сыром	153
Капуста с луком по-голландски	153
Капуста брюссельская со сметаной	154
Прочие овощные гарниры	
Помидоры, фаршированные шампиньонами	155
Помидоры, запеченные с яйцом	156
Помидоры, жаренные по-восточному	157
Болгарские перцы, фаршированные кукурузой	157
Свекла апельсиновая.....	158
Суфле из тыквы	159
Тыквенные палочки с беконом.....	160
Помидоры с белым хлебом.....	160
Морковь деликатесная в сметане.....	161
Острое тыквенное пюре	162
Тыква монастырская.....	162
Холодный морковный гарнир	163
Морковь, запеченная в сметанном соусе	163
Острое овощное рагу с грибами	164
Пьяный горошек по-французски	165
Зеленая фасоль на пару.....	165
Грибы с сыром	166
Овощи, тушенные в сметанном соусе.....	166

Тушеное овощное рагу	167
Шпинат в сметане	168
Морковь, тушенная на молоке	169
ГЛАВА 7. ДЕСЕРТЫ И САЛАТЫ НА СКОРУЮ РУКУ	170
Салат фруктовый с орехами	171
Салат фруктовый с киви	171
Десерт-коктейль из курицы и фруктов	172
Салат фруктовый со сгущенным молоком	173
Десерт-коктейль с сыром	174
Десерт-коктейль с творогом	174
Десерт-коктейль с сосисками	175
Десерт-коктейль томатный	175
Десерт-коктейль яичный	176
Десерт-коктейль с цветной капустой и колбасой	177
Десерт-коктейль из овощей	177
Десерт-коктейль с маринованным перцем	178
Десерт-коктейль яблочно-морковный	179
Десерт-коктейль с редисом	180
Десерт-коктейль грибной	180
Десерт-коктейль с шампиньонами и орехами	181
Десерт-коктейль медовый	182
Десерт-коктейль капустный	182
Десерт-коктейль из овощей и фруктов	183
Десерт-коктейль яблочно-морковный	184
Десерт-коктейль «Сахаристый»	184
Десерт-коктейль сливовый	185
Десерт-коктейль из фруктов под соусом	186
Десерт-коктейль виноградный	186
Десерт-коктейль с гранатовым соком	187
Десерт-коктейль мандариновый	188
Десерт-коктейль из персиков	188
Десерт-коктейль с малиновым сиропом	189
Десерт-коктейль дынный	190
Десерт-коктейль с бананами	190
Десерт-коктейль черничный	191
Десерт-коктейль из киселя с мороженым и ягодами	191
Десерт-коктейль брусничный	192

Сливки с бананом и лесными орехами	193
Десерт-коктейль чесночный	193
Десерт-коктейль малиновый.....	194
Десерт-коктейль из крабовых палочек.....	194
Апельсины с ликером	195
 ГЛАВА 8. НАПИТКИ.....	 196
Чай	
Чай по-казахски.....	197
Чай по-русски	197
Чай по-китайски	198
Чай-пунш по-китайски	198
Пасечный чай.....	199
Чай с ананасом.....	199
Чай с цукатами	200
Чай с персиками.....	200
Яичный чай с лимоном	201
Чай-пунш по-индийски	201
Чай «Праздничный»	202
Апельсиновый холодный чай.....	203
Чай-лимонад	203
Чай с шампанским.....	204
Яичный чай	204
Чай с молоком по-монгольски.....	205
Чай с молоком по-английски.....	205
Чай с молоком по-индийски.....	206
Фруктовый чай.....	206
Чай с молоком по-шотландски.....	207
Чай с соком черной смородины.....	207
Молочный чай по-ирландски.....	208
Лимонный чай с сиропом.....	208
Молочный чай по-голландски	209
Клубничный чай.....	209
Чай с соком красной смородины	210
Пряный чай джулеп	210
Яблочный чай	211
Чай кобблер.....	211
Чай витаминный.....	212
Чай глясе	212