

МИЛЛИОН САЛАТОВ И ЗАКУСОК

Москва, 2017

УДК 641/642
ББК 36.99
М60

М60 Миллион салатов и закусок. – М. : Т8RUGRAM / РИПОЛ классик, 2017. – 480 с.

ISBN 978-5-519-61030-8

Лёгкие или плотные, питательные или низкокалорийные, простые или сложные в приготовлении, из обычных продуктов и экзотических, овощные, мясные и рыбные салаты и закуски неизменно присутствуют на нашем столе.

В этой книге вы найдёте невероятно простые и удивительно «вкусные» рецепты салатов, бутербродов, сэндвичей, канапе и тарталеток из овощей, фруктов, мяса и рыбы, которые приведут ваших домочадцев в неописуемый восторг!

Поразите своих гостей изысканными лакомствами!
Приятного аппетита!

УДК 641/642
ББК 36.99
ВІС WBA
BISAC SKB073000

ISBN 978-5-519-61030-8

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

Введение

Легкие или плотные, питательные или низкокалорийные, простые или сложные в приготовлении, из обычных продуктов или экзотических, овощные, мясные и рыбные, салаты и закуски неизменно, изо дня в день присутствуют на нашем столе. Начинаем ли ими наш повседневный обед или ужин, используем ли как основные блюда (холодные или горячие) на праздничном столе или же пытаемся похудеть на пару килограммов, прислушиваясь к советам диетологов.

Общеизвестно, что с салатов и закусок начинаются обеды. Обычно перед основными блюдами подаются салаты из сырых (огурцов, помидоров, зеленого салата, моркови, сельдерея, белокочанной капусты, редиса и т. д.) либо вареных (картофеля, цветной капусты, зеленого горошка, кукурузы и т. д.) овощей, а также салаты с начинкой из отварной и жареной свинины, телятины, говядины, птицы или с начинкой из рыбы и морепродуктов: креветок, крабового мяса, кальмаров и т. д. Наилучший вкус сохраняют салаты, поданные к столу сразу же после приготовления, пока овощи не успели пустить сок. Однако при нехватке времени и желании разнообразить повседневное меню допускается хранение заранее сделанного и незаправленного салата в прохладном месте.

Без солений, фаршированных овощей, холодца, заливного... невозможно представить праздничный стол, в меню же фуршетного стола присутствуют только салаты и закуски. Опытные хозяйки знают, какие именно салаты и закуски подаются к тому или

иному напитку. Например, лучшая закуска к водке — блюда из соленых огурцов, сельди, разнообразные горячие мясные закуски и высококалорийные салаты. К белому вину подают сыр и фрукты, к красному — мясо и рыбу. Коньяк неизменно закусывают лимоном.

Салаты и холодные закуски подают в фарфоровых, хрустальных и мельхиоровых блюдах, вазах, селедочницах и тарелках. Горячие закуски, как правило, выкладывают на большое блюдо, режут порционными кусками, оформляют фигурно нарезанными овощами и фруктами, украшают зеленью и только после этого подают к столу.

И желание питаться разнообразно каждый день, и возможность украсить праздничный стол поразительно вкусными блюдами, и необходимость следовать советам диетологов невозможны, когда в арсенале хозяйки имеется всего лишь пять-шесть рецептов салатов: оливье, «мимоза», салат из крабовых палочек или свежих овощей. Поэтому мы предлагаем уникальную коллекцию рецептов салатов и закусок. Здесь вы найдете рецепты блюд из зелени и овощей, грибов и яиц, мяса и птицы, рыбы и морепродуктов. Среди них всевозможные салаты, простые и сложные, обычные и праздничные, большой выбор закусок, горячих и холодных, бутербродов, гренков, канапе и т. д.

Удобное и логичное расположение рецептов, простое и изящное изложение технологии приготовления блюд делают нашу книгу настоящим подарком как для начинающих хозяек, так и для тех, кто, достигнув мастерства в приготовлении популярных блюд, мечтает научиться готовить изысканные экзотические салаты и закуски.

Салаты

Салаты из зелени

Салат из зеленого лука и зелени петрушки

Ингредиенты: 1 пучок зеленого лука, 2 пучка петрушки, 1 лимон, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, просушить, мелко нарезать, посолить и оставить на 10 минут. Лимон очистить от кожуры и нарезать небольшими кубиками. Все смешать и заправить растительным маслом.

Салат из зеленого лука, шпината и щавеля

Ингредиенты: 2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка шпината, 1/2 пучка щавеля, 1/2 пучка зелени петрушки, 10 маслин без косточек, 1 яйцо, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, соль по вкусу.

Зеленый лук, шпинат, щавель и зелень петрушки вымыть, просушить, мелко нарезать, посолить и сбрызнуть уксусом. Яйцо

сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать кружочками. Заправить зелень растительным маслом.

Готовый салат перед подачей к столу украсить кружочками яйца и маслинами.

Салат из зеленого лука и маринованного винограда

Ингредиенты: 2 пучка зеленого лука, 1 стакан маринованного винограда, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки 3%-ного уксуса, зелень петрушки, перец и соль по вкусу.

Зеленый лук вымыть, просушить и крупно нарезать. Смешать с маринованным виноградом, посолить, поперчить и заправить растительным маслом с добавлением уксуса.

Готовый салат перед подачей к столу украсить веточками петрушки.

Салат из зеленого лука и грецких орехов

Ингредиенты: 1 пучок зеленого лука, 10 грецких орехов, 3 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка растительного масла, зелень петрушки.

Зеленый лук вымыть, просушить и мелко нарубить. Ядра грецких орехов измельчить. Все смешать, заправить майонезом и растительным маслом.

Готовый салат перед подачей к столу украсить веточками петрушки.

Салат из зеленого лука и творога

Ингредиенты: 2 пучка зеленого лука, 1 стакан творога, 1/2 стакана сметаны, зелень петрушки, соль по вкусу.

Зеленый лук вымыть, просушить и мелко нарезать. Смешать с творогом, посолить и заправить сметаной.

Готовый салат перед подачей к столу украсить веточками петрушки.

Салат из зеленого лука и сливы

Ингредиенты: 1 пучок зеленого лука, 1 стакан маринованных или свежих слив, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки майонеза, зелень петрушки и укропа, перец и соль по вкусу.

Зеленый лук вымыть, просушить и мелко нарезать. Сливы вымыть, удалить косточки, разрезать каждую на 4 части. Все смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом с добавлением лимонного сока.

Готовый салат перед подачей к столу украсить веточками петрушки и укропа.

Салат из листьев салата, чеснока и маринованного винограда

Ингредиенты: 3–4 кочешка листового зеленого салата, 50 г зеленого лука, 4–5 зубчиков чеснока, 1 пучок петрушки, 1/3 банки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, маринованные ягоды винограда, соль по вкусу.

Листья зеленого салата вымыть, просушить и нарезать тонкой соломкой. Зеленый лук и петрушку вымыть, просушить

и мелко нарубить. Чеснок очистить и мелко нарезать. Все смешать, посолить, заправить майонезом и сметаной.

Готовый салат перед подачей к столу украсить маринованным виноградом.

Салат из листьев салата с яичным соусом

Ингредиенты: 200 г зеленого салата, 2—3 зубчика чеснока, зелень укропа и петрушки.

Для соуса: 1 стакан растительного масла, 2 яйца, 2 столовые ложки 3%-ного уксуса, 1 чайная ложка горчицы, перец и соль.

Листья зеленого салата вымыть, выложить на дуршлаг, обдать кипятком, просушить, нарезать широкими полосками. Чеснок очистить, мелко нарубить. Все смешать.

Для приготовления соуса разбить яйца, отделить желтки от белков. Желтки взбить венчиком, добавить горчицу, соль, перец и, не переставая помешивать, влить растительное масло и уксус. Полученным соусом заправить салат.

Готовый салат перед подачей к столу посыпать мелко нарубленной зеленью укропа и украсить веточками петрушки.

Салат из листьев салата с соусом из простокваши

Ингредиенты: 2—3 кочешка салата, 2 яйца, 1 пучок редиса, 2—3 свежих огурца, 1 пучок зелени петрушки.

Для соуса: 1 стакан простокваши, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3%-ного уксуса, 1—2 чайные ложки сахара, соль по вкусу.