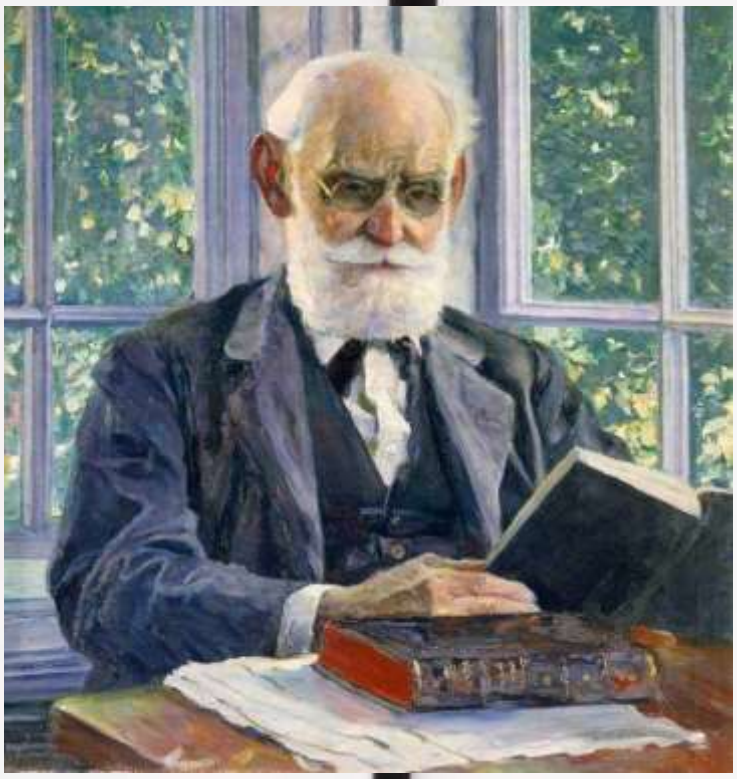
Назад в СССР:
кулинарные рецепты на страницах советских журналов

Сегодня выпускается немало новой кулинарной литературы.
А популярные ныне советские журналы незаслуженно отодвинуты, забыты... В каждой семье существовали свои фирменные рецепты, взятые из журналов, и без некоторых блюд не обходилось ни одно праздничное застолье.
Во времена СССР каждый советский человек выписывал журналы и газеты. Всегда с нетерпением ждали нового выпуска журнала с кулинарными рецептами. Это были сначала журналы «Работница» (выходит с 1914 года) и «Крестьянка (выходил с 1922 года по 2015 год)», потом «Бурда Моден» (выходит с 1987 года).

«... Нормальная и полезная еда есть еда с аппетитом, еда с испытываемым наслаждением».

И.П.Павлов



Приглашаем Вас приготовить что-нибудь вкусное и оригинальное по рецептам блюд советской кухни

Приятного аппетита!

Как приготовить вкусную пищу

Журнал «Крестьянка» 1953, №4

Как приготовить вкусную пищу

ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ

Шпинат или молодую крапиву перебрать, хорошо промыть, сварить в кипящей воде до мягкости, отжать и протереть сквозь сито. Щавель перебрать и промыть, крупные листки разрезать.

Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и пассировать в сотейнике с маслом, добавить к ним муку и продолжать жарить ещё 1—2 минуты. Затем положить в кастрюлю протёртый шпинат, хорошо перемешать, развести горячим бульоном и отваром, полученным при варке шпината, добавить лавровый лист, перец и варить 15—20 минут. За 5—10 минут до окончания варки положить в кастрюлю листики щавеля и соль. К зелёным щам рекомендуется подавать сметану и сваренное вкрутую яйцо.

На 500 г мяса — 500 г шпината, 200 г щавеля, по одной штуке коренья и лука, 1 столовую ложку муки и 2 столовые ложки масла.

МОЛОЧНАЯ ЛАПША

Лапшу положить в кипящее молоко, добавить соль и варить в течение 20—25 минут. При подаче к столу положить масло. Если вместо лапши заготовить вермишель, то варить следует 12—15 минут.

На 1 литр молока — 50 г лапши, 1 столовую ложку масла.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ

Очищенный сырой картофель быстро, во избежание потемнения, натереть на тёрке, положить в кастрюлю или миску, добавить дрожжи, разведённые в ¼ стакана тёплой воды, посолить, всыпать муку (можно добавить одно яйцо). Всё это хорошо размешать и поставить в тёплое место для подъёма. Выпекать оладьи надо на сильно разогретой с маслом сковороде. Подавать горячими, со сметаной или маслом.

На 500 г картофеля — ½ стакана муки, 25 г дрожжей, 2 столовые ложки масла.

КРУПЕНИК ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КАШИ

В рассыпчатую гречневую кашу положить творог, протёртый сквозь сито или пропущенный через мясорубку, сметану, яйца, сахар и посолить. Всю эту массу хорошо перемешать, выложить на противень или сковороду, предварительно смазанные маслом и посыпанные сухарями, разровнять, сверху смазать сметаной и поставить в горячий духовой шкаф на 30—40 минут.

Перед подачей на стол полить крупеник растопленным маслом. При желании можно масло заменить сметаной.

На 1 стакан гречневой крупы — 200 г творога, ½ стакана сметаны, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, ½ чайной ложки соли и 2 столовые ложки масла.

ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ С КРЕМОМ

Тесто. 100 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо и ¾ стакана сахара растереть, добавить 100 г сметаны (сметану можно заменить простоквашей или молоком), ½ чайной ложки соды и 3—4 столовые ложки крахмала. В полученную массу добавить муки и замесить крутое тесто. Тесто разделить на четыре части, раскатать, чтобы получились тонкие круглые лепёшки, и испечь в духовом шкафу.

Крем. В 1 стакан молока всыпать 1 стакан сахара и вскипятить. ½ чайной ложки картофельной муки развести молоком, заварить и дать остыть. Затем растереть 100 г сливочного масла, выложить его в полученную массу и взбивать в течение 30—40 минут.

Когда лепёшки остынут, каждую из них нужно смазать кремом, сложить одна на другую и поставить в холодное место на 8—10 часов.

СМЕТАННИК

Взять 300 г сметаны, 3 яйца, 1½ стакана сахара, 150 г сливочного масла, 1 чайную ложку соды, всё тщательно смешать. Затем добавить муки, чтобы получилось густое тесто, и как следует вымесить. Смазав противень жиром, выложить на него тесто и печь в духовом шкафу 30—40 минут.

Фото С. Ярославского.

СЕЛЕДКА С ГАРНИРОМ

Сельдь замочить в воде на 2—3 часа, разрезать брюшко, удалить внутренности, сделать разрез по спине от головы до хвоста и снять кожицу, начиная с головы. Вынуть позвоночную кость, а ребарные косточки срезать. Затем сельдь нарезать кусочками и положить на тарелку так, чтобы каждая половинка лежала как бы не разрезанная. Между двух половинок сельди поместить мелко нарезанный зеленый или рубленый репчатый лук, посыпать зеленью петрушки, по сторонам сельди разложить кучками мелко нарезанные вареные овощи: картофель, морковь, репу, а также вареные яйца. За этим гарниром поместить нарезанные огурцы. К готовой селедке приставить хвост и голову, а затем полить немного уксусом и маслом, по желанию смешанным с горчицей.

ВИНЕГРЕТ

На 4—5 штук вареного картофеля — 1 свеклу, 1 морковь, 2 соленых огурца, 1 свежее или моченое яблоко, 100 г квашеной капусты, 50 г зеленого лука, 2—3 столовые ложки растительного масла, ¼ стакана уксуса, 1 чайную ложку горчицы, сахар по вкусу.

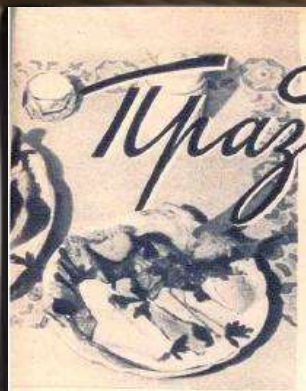
Вареный картофель, яблоки, огурцы, морковь очистить, нарезать ломтиками, кубиками или соломкой, сложить в миску, прибавить квашеную шинкованную капусту. Горчицу, соль, перец, сахар растереть с маслом и развести уксусом. Перед тем, как подать к столу, овощи смешать с приготовленным соусом, уложить в салатник, украсить ломтиками соленых, посыпать зеленым луком и укропом. Можно украсить винегрет также своими огурцами и помидорами. Винегрет получается более вкусным, если его заправить соусом майонез.

Винегрет с солеными грибами приготовляют точно так же, причем берут разные грибы — примерно 25 г на порцию.

РАССОЛЬНИК С ПОТРОХАМИ

Гусиные потроха, сельдерей 2 штуки, петрушки 2 штуки, лук репчатый 2 штуки, морковь 2 штуки, картофель 5 штук, огурцы соленые 5 штук, крупы перловой 75 г, масла топленого 5 г, или три ложки.

Очищенные потроха сварить до готовности с перловой крупой. Все овощи очистить, промыть, нарезать в виде соломки и прожарить с маслом, не доводя до желтого цвета. Картофель нарезать брусочками. Огурцы очистить от кожицы, разрезать косячками. Положить в бульон прожаренные овощи, нарезанный картофель, огурцы и крупу, варить до готовности, добавив по вкусу соли. Потроха вымыть, нарезать, положить в суп; при подаче рассольник заправить сметаной.



Праздничный стол

ГУЛЯШ ИЗ МЯСА

На 500 г мяса — 1 кг картофеля, 2 головки лука, 1 столовую ложку муки, 3 столовые ложки томата-пюре и столько же масла.

Мясо (огузок, оковалок, лопаточную часть) обмыть, нарезать кусочками в виде кубиков, посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с маслом. Затем добавить мелко нарубленный лук, мясо посыпать мукой, и все вместе слегка поджарить. Подготовленное мясо сложить в кастрюлю, залить 2—3 стаканами бульона или воды, добавить томат-пюре, 1—2 лавровых листика, накрыть крышкой и поставить тушить на 1—1,5 часа. Гуляш подать с жареным или отварным картофелем, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ

1 кг муки, масла 100 г, дрожжей 20 г, воды 2 стакана, соли 10 г, сахара 100 г, яиц 4 штуки.

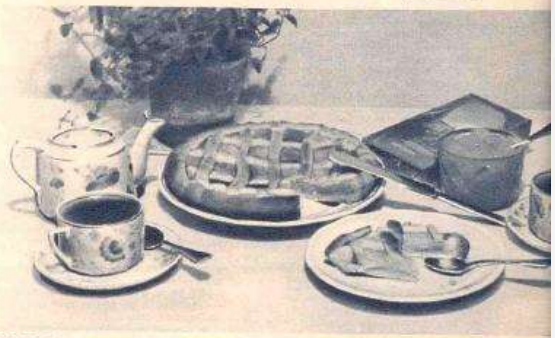
Для начинки: яблок 600 г, сахара 200 г.

Взять два стакана теплой воды, положить в них дрожжи и размешать, всыпать половину просеянной муки, размешать, покрыть и поставить в теплое место для подъема. Когда опара подойдет, положить в нее растопленное масло, оставив немного на смазывание сковороды, три яйца, сахар, соль, размешать и всыпать остальную муку, оставив часть для разделки теста, хорошо вымешать и выбить тесто, дать ему подойти.

Яблоки нарезать ломтиками, пересыпать сахаром.

Когда тесто подойдет, взять ⅔ его и раскатать, придавая форму круга или прямоугольника, в зависимости от посуды, переложить на сковороду или противень, предварительно смазанные маслом, сверху поместить яблоки. Оставшееся тесто тонко раскатать, нарезать полоски приблизительно в 1 см ширины и положить на яблоки, чтобы получилась сетка, смазать яйцом и поставить печь. Выпекается 30—40 минут. Снимать со сковороды горячим.

Фото С. Ярапольского.



Блузка из шелковой ткани. Полочки блузки выкраиваются вместе с отложным воротником. От плечевых швов отходят мягкие складочки. По линии талии застрочены вытачки. Рукав длинный, втачной. Воротник отделан кружевами.

Блузка из ткани в полоску. Втачной рукав с манжетой застегивается на пуговицы. Воротник, манжеты и планка на лифе выкраиваются из материала с поперечным расположением полос.

Двубортное полупальто, отделанное строчкой. От плечевых швов отходят вытачки. Рукава двухшовные с манжетами. Карманы прорезные, отстроченные по форме накладных.

Праздничный стол

Журнал «Крестьянка» 1953, №4

Кушанья из грибов

Журнал «Работница» 1957, №1

Кулинария

Кушанья из грибов

ГРИБНОЙ САЛАТ

МИКРА ИЗ СОЛЕНЫХ ГРИБОВ

НАЧИНКА ДЛЯ ПИРОГОВ И ПИРОЖКОВ

НАЧИНКА ИЗ СУШЕНЫХ ГРИБОВ С РИСОМ

БОРЩ С СУХИМИ ГРИБАМИ

СУП ГРИБНОЙ С КРУПОЙ

МАКАРОННИК ИЛИ ЛАПШЕВНИК С СУХИМИ ГРИБАМИ

ГОЛУБЦЫ С ШАМПИНЬОНАМИ

Н. АПТЕР.
В. ВЫШИНСКИЙ

31

Глазированные фрукты и «Салат Кубанский»

ГЛАЗИРОВАННЫЕ ФРУКТЫ

Глазированные фрукты — яблоки и груши — отлично сохраняются всю зиму. Они употребляются как на десерт, так и для отделки сладких пирогов, тортов и т. д.

Для глазировки следует отобрать плоды одинакового размера и зрелости. Прочные не, обрывают плодоножки, срезают тонкий слой кожицы, разрезают пополам и удаляют сердцевину. Если плоды жесткие, их нанизывают тупой деревянной иглой и бланшируют, то есть на 10—15 минут погружают в горячую воду. После бланшировки до варки фрукты сбрасывают в таз, наполненный чистой холодной водой, чтобы плоды не потемнели.

Потом приступают к самому процессу глазировки, в результате которого фрукты, не разваренные, пропитываются сиропом и покрываются сахарной корочкой.

На 1 кг подготовленных к варке плодов требуется 1 кг 250 г сахара.

При глазировке фрукты пять раз варят в сиропе различной концентрации. Каждая варка длится 10—15 минут.

Для первых двух варок проводится в сиропе 30%-й концентрации, то есть для первой и второй варки (каждый раз особо) приготовляется сироп из литра воды и 300 г сахара.

После первых двух варок фрукты для сохранения оставляют на 4—6 часов в сиропе. Затем в тот же сироп прибавляют 100 г сахара и варят снова 10—15 минут.

После третьей варки плоды должны стать прозрачными. Их вынимают из таза и раскладывают на решете над тазом, чтобы стек сироп и плоды слегка подсохли. Две последние (четвертую и пятую) варки производят в густом сиропе. В оставшийся от последней варки сироп снова добавляют 100 г сахара и варят вновь 10—15 минут. Затем вылавливают оставшиеся 50 г сахара и варят пятый раз тоже 10—15 минут.

Глазированные фрукты в сухом помещении с температурой 8—10° С могут лежать 12—16 месяцев.

П. ПАСТУХОВ

На первой странице обложки: Механизаторы Артемовского, колхоза «Рассвет» Орловской области беседуют. Фото Т. Кинтко («Диалоги продолжаются дальше»). Фото А. Шадрина.

На четвертой странице обложки: «ОСЕННИЕ ЦВЕТЫ». Фото А. ГЕРНШАСА.

Оформление номера В. ГОРТИНСКОГО.

Технический редактор Н. ПАРХОМЕНКО.

К этому номеру дается бесплатное приложение — чертежи фасадов мебели и детской одежды и «Выкройки платьев».

ВНИМАНИЮ ЧИТАТЕЛЕЙ!

Начальники и другие работники колхозно - совхозных управлений! Секретари партийных комитетов! Председатели колхозов и директора совхозов, специалисты, организаторы и мастера социалистического сельского хозяйства!

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, что начались подписка на первоклассный для вас журнал «Колхозно-совхозное производство» на 1964 год?

В отличие от журналов по отдельным отраслям сельскохозяйственного производства этот журнал освещает всю другую сельской жизни:

ЧТОБЫ УДОВЛЕТВОРИТЬ РАЗНОСТОРОННИЕ ЗАПРОСЫ ЧИТАТЕЛЕЙ, журнал рекомендует в рекламных статьях и примечаниях по вопросам сельского хозяйства, показывает, как должны выполняться новые общегосударственные отношения в деревне;

освещает опыт работы колхозно-совхозных управлений, агрономов, специалистов и мастеров сельского хозяйства;

знакомит читателей достижениями науки и передовой практики;

печатает консультации по самым различным вопросам экономики и партийно-политическим вопросам;

дает советы по медицине, домоводству, спорту;

публикует рассказы, очерки, фельетоны, стихи, песни, афоризмы;

Подписывайтесь на журнал в ближайшем почтовом отделении, почтовом и рабочем почтовых пунктах.

ПОДПИСНАЯ ПЛАТА на один месяц — 25 коп., на 3 месяца — 75 коп., на 6 месяцев — 1 руб. 50 коп., на 12 месяцев — 3 руб.

ПОДПИСКА НА ЖУРНАЛ ПРИНИМАЕТСЯ БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЯ.

КОНСЕРВЫ «САЛАТ КУБАНСКИЙ»

Для получения десяти полулитровых банок консервов нужно: капусты — 1 кг 250 г, томатов — 2 кг, перца — 750 г, лука — 500 г, соли — 70 г.

Овощи хорошо промыть. Нарезать сначала капусту, посолить ее и оставить потомить минут 10—15. Затем нарезать зеленый или бурый томаты, болгарский, желательно красный, перец, репчатый лук. Все овощи, в том числе капусту, перемешать, после чего разложить по полулитровым банкам, в которые предварительно залить по 30 г подсолнечного масла, добавить по четыре-пять горошин черного перца и красного — по вкусу. Консервы стерилизуют в течение 25 минут. После этого банки закрываются.

Г. ЛОПНЯКОВА,
заведующая лабораторией
Адыгейского консервного комбината.

Главный редактор — Н. А. КОЧЕТКОВА. Редакционная коллегия: Н. А. ЕМЕЛЬЯНОВА, П. П. КОЧЕТКОВА, П. Н. ПИНИСЕЙЧИК, Я. Е. ПИШЕНИНА, В. К. СВИЛОВА (зам. главного редактора), Е. Н. УШАКОВА, М. С. ШАГИНЯН, А. Т. ШАПОВАЛОВА (отв. секретарь).

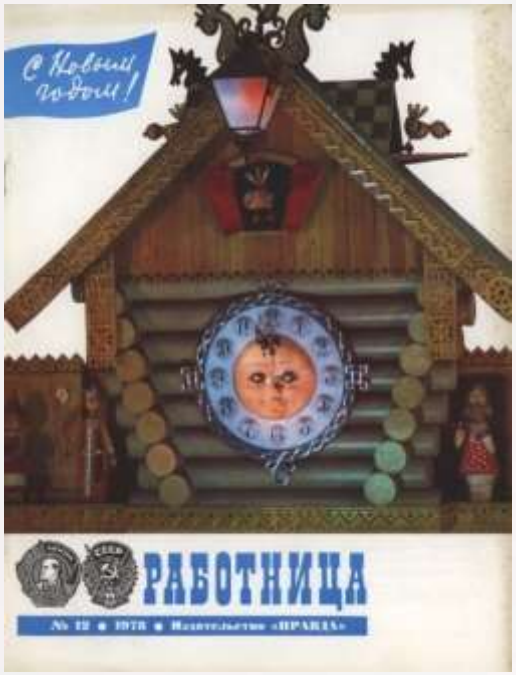
Адрес редакции: Москва, А-47, Ленинградский проспект, улица «Правды», 24. Тел. 2-30-20; 2-30-40.

Изд. № 1078. Подп. к печ. 27.IX.1963 г. Тираж 2 300 000 экз. Зак. № 1083. Заказ № 2196. Формат бум. 60×90/8. 3,75 бум. л. — 8,2 печ. л.

Ордена Ленина типография газеты «Правда» имени В. И. Ленина. Москва, А-47, ул. «Правды», 24.

Журнал «Крестьянка», 1963, №10

Новогодние рецепты от повара столичного ресторана «Россия» И.Грушевского



Журнал «Работница», 1978 , №12

ПРИГЛАШАЕМ К СТОЛУ

Не простому — новогоднему. А раз так, то и выбор блюд необычный. Каждой хозяйке хочется блеснуть своим кулинарным искусством и угостить гостей чем-то особенным (только чтобы готовить это «особенное» было не слишком хлопотно).

Вот что предлагает к праздничному столу повар столичного ресторана «Россия» **И. ГРУШЕВСКИЙ**. Все рецепты даны примерно на 3—4 человека.

САЛАТ «ОРИГИНАЛЬНЫЙ»

Горчицу, уксус, растительное масло хорошенько взбить, залить этой заправкой мелко порубленные корни и зелень сельдерея и выдержать в фарфоровой посуде на меньше часа. Затем добавить нарезанные тонкой соломкой отваренные или жареные грибы, яблоки, лимонный аспирин (или клубнику, киви), маринад, или вместе осторожно перемешать. Переложить в блюдо, сверху украсить кружочками варёного картофеля, свеклы, зелёным петрушки и подать вместе с лимоном.

На 300 г зелени и 300 г корней сельдерея, ½ стакана нарубленного подмороженного мяса, столько же грибов, яблок, по 200 г варёного картофеля и свеклы, 200 г майонеза. Для заправки: полчаша чайной ложки сухой горчицы, 3 столовые ложки трехпроцентного уксуса, полстакана рафинированного масла.

ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ «НОВОГОДНЯЯ»

Очистить сельдь, разделить на филе без кожи и костей, замочить на 3—4 часа в молоке в фарфоровой посуде. Затем вынуть, очистить кровь (или молоко), обсушить, разрезать филе, чтобы из каждой половинки получилось 3—4 кусочка.

Лук (репчатый или зеленый) мелко нарезать и соединить с яблоками, натертыми на крупной терке. Залить сметаной, перемешать, добавить уксус, соль, сахар — по вкусу. Еще раз перемешать и залить этой смесью приготовленную сельдь, украсить зеленью.

На 4 сельди: 4 пупырёнка, 3 яблока, 300 г сметаны, пол-пятка молока, зелень петрушки, соль, сахар, уксус по вкусу.

СЕЛЬДЬ ПО-РУССКИ

Сельдь разделить на филе и порезать тонкими полосками, сверху положить отварной картофель, отваренные грибы, зеленый лук и полить майонезом. Можно украсить продукты горкой, а их краем — дольками солёных или маринованных помидоров и зеленью.

На 4 хорошо вымоченные сельди: 500 г солёных помидоров, 50 г сушеных грибов, 250 г майонеза, картофель, зеленый лук.

ЗАКУСКА «ПРАЗДНИЧНАЯ»

Обработанную утку (или гуся) утварить или обжарить в духовке и подать холодной с соусом приготовленным порознь.

Для жаренной утки — соус **ПОТРЕНЬКИ**.

Нарезать лук кусочками в 1 см, сельдерей натереть на крупной терке, добавить растительное масло, сок лимона и специи. Залить небольшим количеством кипятка и несколько минут тушить. Остудить и подать к птице вместе с солеными, маринованными, острыми. Если утку подают целиком, соус ставят отдельно. Если разделанной на куски, соус выкладывают сверху на мясо.

На 1 кг запечённого или жареного гуся: 2 столовые ложки растительного масла, сок одного лимона, 1 корень сельдерея, мелкорезаные щепотку тимьяна или кориандра, соль, 5—6 горошин черного перца.

Для отваренной утки (гуся, индейки) — соус **«Балкарский»**.

Сметану (200 г) смешать с 5—6 ложками кефира, добавить по вкусу молоко, нарубленный чеснок, зелень (желательно укропу или укроп, перцы, винтр) и толченые орехи.

УТКА ТУШЕНАЯ «АУСТЕРИЯ»

Порционные куски утки (или гуся, индейки) обжарить в жаровне с солью и перцем, переложить в гусятницу, залить наполовину бульоном (или отваром, оставшимся от варения), положить пропаренный томат и тушить 10—15 минут, добавив красного вина.

Сушеные грибы отварить (отвар от грибов может заменить бульон), посыпать и обжарить с луком, положить в гусятницу и тушить вместе до готовности. В конце тушения влить остатки вина и посыпать рубленую зелень, можно грецкие орехи. Блюдо подавать с обжаренным хлебом (крутонами), обжаренным картофелем, зеленью, солеными, маринадами.

На 1 утку: 200 г лука, 80 г грибов, 300 г красного вина, 20 г зелени, соль, черный и красный перец, грецкие орехи по вкусу.

ТРЕСКА С ФАСОЛЬЮ

Отварить фасоль в воде с солью и зеленью, отдельно отварить треску (или филе сайды, окуня), остудить, порезать мелкими кусочками. В глубокой сковороде, на смеси сливочного и растительного масла, обжарить нарезанный лук, чеснок, отваренные грибы. Разложить 2 столовые ложки вареной фасоли, смешать с зеленью, луком.

Положить в эту смесь обжаренную рыбу и остальную фасоль, посолить, поперчить по вкусу и держать на среднем огне 15 минут. Подвинуть к столу с солеными, тушеным картофелем и обжаренным хлебом.

На 600 г трески: 200 г фасоли, 15 г зелени, 10 г сушеных грибов, 40 г растительного и 60 г сливочного масла, 4 пупырёнка, чеснок, соль, перец.

ПИРОЖКИ «СЛАВЯНСКИЕ»

Для приготовления фарша отваривают картофель, очищают его и пропускают через мясорубку с жаренным в масле репчатым луком, грибами и рубленой зеленью укропа и петрушки.

На 500 г картофеля: 200 г лука, 60 г сушеных грибов, 80 г масла, 15 г зелени, соль, перец.

Тесто для пирожков обыкновенное дрожжевое, на слишком крутом: 500 г муки, 200 г молока, 2 яйца, 20 г дрожжей, 80 г сахара, 2 столовые ложки масла, соль.

Пирожки жарят во фритюре.

«СНЕЖКИ НОВОГОДНИЕ»

Охлажденные яичные белки взбивать, чуть посолив, до тех пор, пока они не начнут загустевать. Продолжая взбивать, понемногу добавлять сахарную пудру. Взбивать до тех пор, пока белки сохранят не загустеют.

Молоко, сливки и сахарный песок вскипятить, добавить ваниль. Столовой ложкой взять взбитые белки, придать с помощью второй ложки форму яйца и осторожно опускать в кипящую смесь молока и сливок. Варить белки по 3 минуты, переворачивая вилкой. Готовые «снежки» вынуть шумовкой на сито. Дать стечь молоку. Затем молочную смесь процедить. Яичные желтки в миске растереть и тонкой струйкой влить в горячую молочную смесь, непрерывно помешивая, чтобы смесь не свернулась.

Затем поставить на очень тихий огонь и варить, размешивая и не давая закипеть, до тех пор, пока крем слегка не загустеет. Вылить его на блюдо с высоким краем и остудить.

Перед подачей к столу «снежки» положить на крем и украсить консервированными фруктами и ягодами.

На 6 яиц, разделенных на белки и желтки: стакан сахарной пудры, 200 г молока, 200 г сливок, 2 столовые ложки сахарного песку, 1 чайная ложка ванили, соль на кончике ножа.

ПИРОГ «ВАРНА»

Просеять муку два раза. В кучке муки пальцем сделать воронку и влить в нее воду, положить лимонного масла и соли. Месить 15—20 минут, пока тесто не станет сладким и не будет отходить от рук. Разделить его на небольшие дольки, скатать шарики, смазать растительным маслом, покрыть влажной салфеткой и оставить на 15—20 минут при комнатной температуре.

Затем каждый шарик раскатать в круглую лепешку, растянуть ее обеими руками на столе, на клеенке или салфетке. Растянутый тонкий лист опрыскать маслом, что ярче листа положить начинку. Подмешать края клеенки, салфетки, свернуть пирог в трубку. Закрыть отверстие, если начинка будет вытекать.

Трубки уложить открытые на смазанный маслом лист, смазать сверху взбитым яйцом.

Печь в духовке при умеренной температуре. После выпечки накрыть салфеткой, через несколько минут снять салфетку и подавать на стол.

Для теста: 600 г муки, 240 г воды, 12 г соли, 80 г сливочного масла, 1 яйцо для смазки.

Для начинки: 500 г брынзы, 5 яиц, 500 г простокваши или кефира, 7 г зелени. Яйца взбить с зеленью и молоком, добавить предварительно через мясорубку брынзу и перемешать.

НАПИТОК «СТАРОРУССКИЙ»

Вскипятить воду с медом, ванилью, корицей, цедрой лимона, соком с огня, добавить воду, размешать. Подавать очень горячим.

На 300 г кипятка: 150 г меда, ½ палочки ванилина, щепотка корицы, цедра одного лимона, пол-литра воды.

КОКТЕЙЛЬ «ПОЛЯРНАЯ НОЧЬ»

В тонкие бокалы положить по кусочку льда, затем шарик (или столовую ложку) мороженого (лучше фруктового), полить ромом (или коньяком, ликером, наливкой), в потом осторожно, с ножа, влить шампанское, чтобы со всех сторон окружить мороженое. Сразу же подавать к столу с соломинкой.

На 2 бокала: 100 г мороженого, 20 г рома, 50 г шампанского, 2 кусочка льда.

«КРАСНАЯ ШАПОЧКА»

Вымыть морковь, очистить, натереть на крупной терке, залить охлажденной кипяченой водой и оставить часа на два. Затем отжать сок, смешать с клюквенным соком, добавить сок лимона или лимонную кислоту. Подавать напиток охлажденным.

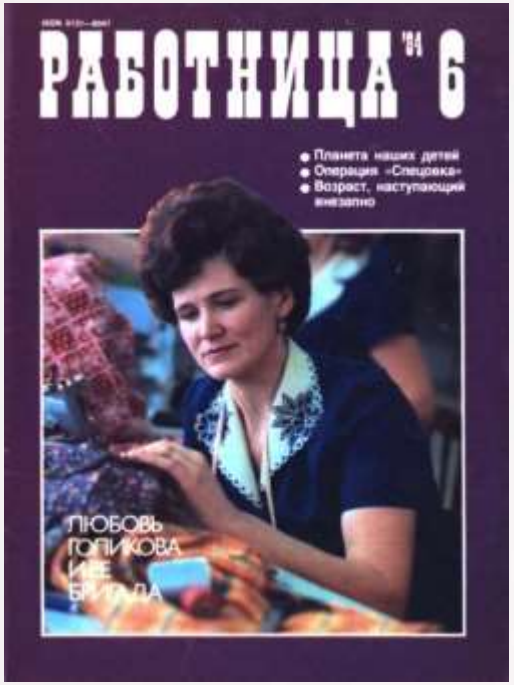
На 1 кг моркови: 5 столовых ложек клюквенного сока, полтора литра воды, 2 столовые ложки сахарного песка, 1 лимон или щепотку лимонной кислоты.

ЯБЛОЧНЫЙ НАПИТОК

Вскипятить воду с сахаром и пряностями (корицей, гвоздикой). Очистить яблоки, натереть на крупной терке. Залить яблоки остывшей водой, через 2—3 часа процедить, влить вино, охладить и подавать к столу.

На 1 кг яблок: полтора литра воды, сахар, пряности по вкусу, 200 г вина.

Рецепты с грибами из «Домостроя», XVI века



Журнал «Работница», 1984, №6,

ГРИБЫ ПРОСЯТСЯ В ТАРЕЛКУ

«Серебром и златом, любовью друзей можно поступиться, но трудно отказаться от блюда из грибов», — говорил древний римский поэт Марциал. Несомненно, здесь есть преувеличение, но оно лишний раз подчеркивает, что грибы — лакомство исключительное. Их ценили во все времена, и фантазия многих поколений сконцентрирована в разнообразных кулинарных рецептах.

Самые первые в русской истории хозяйственные советы о том, как готовить грибы, даны в «Домострое», памятнике Московской Руси, полнейшим образом описывающем быт русского человека XVI века. Из «Домостроя» и стало известно, какие грибные кушанья готовили и любили наши предки. Среди русских грибных блюд немало таких, каким дано название в честь городов, губерний или монастырей. Многие из рецептов этих блюд теперь найдешь не во всякой книге по кулинарии.

Так, в свое время были очень популярны **«щи валаамские»**. Капусту заливали водой, добавляли репчатого лука, лаврового листа, перца, петрушки, ставили парить. Отдельно варили и мелко шинковали свежие грибы, которые затем слегка поджаривали на сковороде. Когда капуста упаривалась, подсыпали слегка поджаренной муки, а затем добавляли грибы с бульоном, в котором они варились, сметану и рубленую зелень. Щи долго и медленно подогревали, чтобы гуще пропитались грибным духом.

Многим северянам издавна был известен **«паштет вологодский»**. Томили и промывали рис, в соленой воде отваривали крепенькие боровики, нарезанные дольками, и все это хорошенько смешивали с поджаренным до хруста луком, солью и черным молотым перцем.

Из муки, яиц и сметаны заводили тесто, тонко раскатывали и обкладывали им форму, смазанную жиром. Наполняли начинкой, закупоривали крышечкой из теста, поливали густым чаем и ставили в духовку.

Для этого требуется: 500 г боровиков свежих, 100 г риса, 600 г муки, 200 г сметаны, 2 головки лука, 1—3 столовые ложки масла или маргарина, 1 яйцо.

Были и более сложные, как бы «праздничные» блюда. Так, к примеру, **«суп Петра Великого»**. Трудно сказать, действительно ли любил это кушанье Петр I или это плод неуемной фантазии русских грибоедов. Однако факт остается фактом, суп под таким названием известен опытным кулинарам.

Свежие шампиньоны нарезали на мелкие кусочки, отваривали в молоке и пропускали через мясорубку. Отдельно готовили куриный бульон, подбитый мукой и яичными желтками, обитыми с молоком. К грибному фаршу добавляли фарш куриный и делали шарики, которые бросали в суп перед подачей.

А вот еще несколько старых рецептов. Многие любят заливные блюда. Однако далеко не каждый может похвастаться тем, что ел заливное из грибов.

Итак, **заливное из боровиков.** Потребуется: 350 г свежих боровиков, 50 г растительного масла, 2 столовые ложки желатина, 1 столовая ложка горчицы, желток одного яйца.

В литре соленой воды отваривают боровики и мелко рубят. В половину стакана холодной кипяченой воды всыпают желатин, дают разбухнуть в течение часа и выливают в грибной бульон, подогревают на медленном огне до полного растворения, но не кипятят. Заливают боровика и ставят в холодильник.

Готовят соус: растирают до побеления желток, горчицу, масло, соль, сахар, добавляют по вкусу пищевого уксуса.

К заливному подают горячий молодой картофель, огурцы и помидоры.

Пудинг из маслят. Потребуется: 300 г маслят, 300 г сухарей белых, 100 г пшеничной муки, 50 г тертого сыра, 2 яйца.

Варят в соленой воде грибы, откидывают на дуршлаг, обсушивают и мелко нарезают. Сухари заливают кипящим молоком. Когда они остынут, хорошенько разбалтывают, кладут масло, растертое с желтком, грибы, соль, перец и муку, чтобы смесь была густая, как сметана. Взбивают в крутую пену белки и осторожно замешивают тесто. Все запекают в форме, смазанной жиром. Подают, полив топленым маслом.

Пельмени с подосиновиками. Потребуется для теста: 500 г муки, 2 яйца; для фарша: 1 кг свежих подосиновиков, 200 г репчатого лука, 1 стакан сметаны.

Отваривают подосиновики в соленой воде, откидывают на решето и потом мелко-мелко рубят. Кладут подрумяненный на масле лук, черный молотый перец, соль и все вместе обжаривают на сковородке.

Из крутого, тонко раскатанного пресного теста нарезают кружочки, заполняют фаршем. Варят пельмени, как обычные, в соленой воде. Подают со сметаной.

Пареные боровики. Очищенные и промытые свежие белые грибы режут ломтиками, парят в котелке с малым количеством воды минут 15, добавляют соль, масло и сметану.

Грибы любят повсюду. Думается, читателю будет интересно познакомиться с грибной кулинарией зарубежных стран.

Бельгийский омлет. Потребуется: 250 г шампиньонов или каких-либо других грибов, 30 г масла или маргарина, 3 яйца, 4 столовые ложки муки, немного минеральной воды типа «Боржоми», зелень петрушки, соль, перец, жир для жаренья (на две порции).

Грибы нарезают мелкими дольками, тушат в масле в течение 5—10 минут вместе с зеленью петрушки и специями. Отдельно взбивают белки, а из желтков, муки и минеральной содовой воды готовят тесто, по густоте напоминающее сметану. Все смешивают с грибами и запекают на сковороде, как обычный омлет. Подают в горячем виде с овощным салатом.

Дождевики по-итальянски. Снять с молодых дождевиков кожицу, их отваривают в соленой воде. Затем откидывают на решето, остужают, обсушивают и, нарезав ломтиками, кладут с целыми луковицами в сотейник. Жарят на масле до тех пор, пока не выкипит половина сока. Вынимают луковицы, а грибы посыпают мукой и снова жарят минут 20. Потом заливают желтком, растертым со сметаной, прибавляют перец, рубленую зелень, щедро кропят лимонным соком и, перемешав, держат на тихом огне, не доводя до кипения.

Жаркое по-французски. Свежие грибы кладут в растопленное масло, заправляют солью, перцем, сахаром (достаточно одного наперстка сахарного песка), лимонным соком. После 5-минутного кипения всыпают несколько ложек муки, размешивают и через 2 минуты добавляют полстакана грибного бульона, щепотку рубленой зелени петрушки и 1 луковицу, нашпигованную гвоздикой (3—4 штуки). Продолжают жарить на медленном огне еще полчаса, а кончив, вынимают луковицу и снова сбрызгивают лимонным соком.

...Что и говорить — грибы украшают наш летний обед. И все же советуем быть осторожными с грибами, даже более того — вовсе от них отказаться тем, у кого есть какие-либо заболевания желудочно-кишечного тракта, нарушен обмен веществ.

С. МАРТЫНОВ

Блюда из капусты и клюквы

Журнал «Крестьянка», 1984, №10

СОВЕТЫ МАРИИ ИВАНОВНЫ

Хозяюшка

ПОХВАЛЬНОЕ СЛОВО... КАПУСТЕ

Еще в Древнем Риме капусту считали целебной, пили капустный сок, ели ее во всяких видах. С тех пор многократно доказано, что капуста — отличный оздоровитель. В ней есть вещества, повышающие иммунитет организма: она содержит в себе более десяти элементов таблицы Менделеева, также необходимых человеку. Но кроме того, согласитесь, капуста вкусна и представляет собой отличный материал для приготовления самых разных блюд.

Давайте же, милые хозяюшки, пофантазируем на капустную тему.

НАДЕВАЕМ ФАРТУКИ

Итак, кочаны разложены на нашем рабочем столе. Прежде всего очистим их от загнивших частей и засохших листьев. Несколько раз промоем в холодной воде. Разрежем кочан пополам, аккуратно вырежем кочерыжку, очистим ее и отдадим детям: для них кочерыжка — настоящее лакомство. Ну, а сами займемся готовкой. Для начала — пара оригинальных салатов.

САЛАТ ИЗ ВАРЕНОЙ КАПУСТЫ С ОРЕХАМИ И ЧЕСНОКОМ (на один средний кочан капусты — горсть очищенных грецких орехов, несколько долек чеснока, 2 столовые ложки майонеза, соль, перец).

Крупно нашинкованную капусту заливаем подсоленным кипятком, накрываем кастрюлю крышкой и ставим на сильный огонь. Как только закипит вода, снимем крышку и поварим капусту минут пять — пусть исчезнут неприятные запахи. Тем временем потолчем в ступке орехи вместе с чесноком. Готовую капусту отжимаем в марлевом мешочке, укладываем в миску и растираем с орехово-чесночной смесью деревянной толкушкой, как пюре. По вкусу добавляем майонез и перец.

САЛАТ ПО-МОЛДАВСКИ (на полкочана капусты — 2—3 картофелины, пару ложек тертого хрена, 100 г шпика, четверть лимона, 2 столовые ложки растительного масла, зелень, соль).

Капусту шинкуем как можно тоньше, натираем с солью, добавляем вареный картофель и шпик (нарезаем кубиками), хрен, лимонный сок, растительное масло и все хорошенько перемешиваем. Теперь осталось лишь украсить наш салат зеленью петрушки или сельдерея.

В нашем «капустном обеде» мы вряд ли обойдемся без щей.

ЩИ ПО-РУССКИ: полкочана капусты, пара некрупных морковок, корень петрушки, немного лука-порея, кусочек копченого сала, 200 г грудинки, свиные кости, лавровый лист, душистый перец, соль, зелень. Овощи шинкуем и тушим в закрытой кастрюльке с мелко нарезанной луковицей и салом в кусочках. Из грудинки и свиных костей готовим мясной бульон, добавив туда специи. Затем вливаем бульон в тушеные овощи и доводим щи до готовности. Перед подачей к столу посыпаем зеленью.

Многие из вас спрашивают, что можно приготовить из краснокочанной капусты, которую нынче все чаще выращивают на приусадебных участках. Возможно, вас заинтересует такой рецепт.

КРАСНОКОЧАННАЯ КАПУСТА С КОЛБАСОЙ. На один небольшой кочан капусты — столовая ложка бараньего жира, полстакана зеленого горошка, шмат домашней колбасы, 2 стручка паприки — красного сладкого перца, долька чеснока, соль. Красно-кочанную капусту мелко нашинковать и потушить в бараньем жире, снабдив ее чесноком, зеленым горошком и перцем, а потом тушеные овощи смешать с нарезанной кусочками колбасой.

Из капусты можно сделать даже своеобразный десерт. Скажем, такой вот напиток: на стакан сока свежей капусты — по 2 столовые ложки морковного и яблочного соков, сахар. Все эти компоненты перемешиваются, и напиток подается охлажденным.

Приятного аппетита!

БАБУШКИНЫ СЕКРЕТЫ

Капусту бабушка квасила — объеденье!

Кочаны она выбирала крепкие, среднего размера, только что с грядки, и лишь после того, как их прихватят первые заморозки.

Затем бабушка шинковала капусту, перемешивала с солью и тмином и порцию за порцией, хорошенько умяв, укладывала ее в загодя очищенную кадку. Дно кадушки бабушка тщательно выкладывала тестом из ржаной муки и выстилала капустным листом. Заполнив кадку, ставила ее в теплое место на два дня, чтобы из капусты вышла горечь и она начала бы закисать. Кстати, добавлю, что бабушка еще клала в капусту некрупные антоновские яблоки, брусники и натертую на крупной терке морковь. Через два дня бабушка накладывала на капусту деревянный кружок, на него гнет — хорошо прокипяченный булыжник и помещала кадку в погреб, не разрешая прикасаться к капусте, прежде чем она закиснет окончательно.

И еще бабушки советовали:

- Цветную капусту лучше всего тушить в молоке.
- Чтобы тушеная капуста не пахла пареной, еще в начале тушения приоткройте крышку кастрюли минут на десять.
- Когда жаришь белокочанную капусту, она выделяет много влаги и темнеет, поэтому добавлять соль лучше после охлаждения.
- Ранняя белокочанная капуста всегда немного горчит, но можно избавиться от горечи, если положить ее в кипяток на две-три минуты.
- Капусту можно квасить и целыми кочанами, небольшими. Она будет нежной и упругой, если ряды кочанов пересыпать крупно толченными зернами кукурузы.

СЛАДКОЕЖКА

Предыдущие ваше недовольство, дорогие сладкоежки. Давненько мы с вами не встречались... Ну да ладно! Думаю, кое-что сладенькое можно добавить к нашему капустному выпуску. А именно...

КЛЮКВЕННЫЙ ТОРТ. Для песочного теста возьмите 200 г пшеничной муки, 100 г сахара, 200 г сливочного масла, яйцо, столовую ложку сметаны, ванилин или натертую лимонную корку. Для бисквита: 6 яиц, 4 столовые ложки пшеничной муки, 4 столовые ложки крахмала, ванилин, 8 столовых ложек сахара. Для клюквенного желе: треть стакана клюквенного сока, три четверти стакана воды, столовую ложку сахара, чайную ложку желатина. А также клюквенное варенье — 200 г, сливки — 2 стакана.

Песочного теста для торта нам потребуется 300 г. Месить его долго не нужно, иначе торт будет рассыпаться. Бисквитное тесто будем готовить холодным способом: желтки осторожно отделим от белков, добавим к желткам приносты, большую часть сахара и взобьем. Белки взбиваем с постепенным добавлением сахара. Часть взбитых белков добавляем к желткам. Затем подсыпаем муку, крахмал и, наконец, осторожно замешиваем оставшиеся взбитые белки.

Бисквитное тесто выливаем на сильно смазанный жиром лист (толщиной 3—4 мм) и выпекаем в духовке при умеренном жаре. Пласт основания торта выпекаем в торговой форме из песочного теста. Желатину даем разбухнуть в трети стакана воды, затем растворяем в оставшейся воде, добавляем сахар и клюквенный сок. Сливки взбиваем с сахаром и ванилином в устойчивую пену.

Испеченный круглый пласт из песочного теста обмазываем взбитыми сливками. Через шесть — восемь часов испеченный бисквит обмазываем клюквенным вареньем и нарезаем на полоски шириной 4—5 см. Первую полоску скатываем рулетиком и кладем в середину круглого пласта из песочного теста. Следующие полоски накручиваем вокруг рулетика, положенного на основание торта. Торт обмазываем вареньем и заливаем остывающим желе, а бока его украшаем взбитыми сливками.

За такой клюквенный торт лучше браться, когда есть время, в выходной день. Ну а на градой за ваше терпение и аккуратность будет восторг ваших домашних и друзей.

Всего вам доброго и до следующей встречи!

ВАША МАРИЯ ИВАНОВНА

Рис. Е. КОВАЛЕВСКОЙ

Хозяюшка 2

Обед из овощей

Журнал «Крестьянка», 1986, № 9

Домоводство 3

Вот и пришла золотая пора, когда плоды долгих наших трудов, дары сада и огорода, собрана — вот они, крепкие, ядренные, всех цветов радуги, ароматные, сочные, сами просятся к нам на стол...

СОВЕТЫ МАРИИ ИВАНОВНЫ

СЕНТЯБРЬСКИЙ ОБЕД — ИЗ ОВОЩЕЙ

А. Б. В КУЛИНАРИИ

Свекла — овощ капризный, при длительной обработке она теряет свой ярко-малиновый цвет, придающий особую прелесть блюдам из нее. Чтобы этого не случилось, свеклу варят или тушат с добавлением уксуса или лимонной кислоты.

Картофель в борще или любом другом супе с добавлением свеклы и томатов вскоре приобретает неаппетитный бурый цвет. Поэтому моя бабушка клала его в суп целиком, а перед окончанием варки вынимала шумовкой и растирала толкушкой. Потом снова клала в суп и давала хорошо прокипеть. Так и я поступаю.

Будьте осторожнее с солью! Любое овощное блюдо, в особенно салаты с зеленью, лучше недосолить, чем пересолить.

НАДЕВАЕМ ФАРТУКИ

Как всегда, начинаем с салатов. Для них сейчас годится все, на что упадет ваш взгляд в огороде. Свекла, морковь, репа, брюква, любая зелень, которая еще растет на грядках...

Хорош САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ. Вариантов тут — не перечесть. Можно нашинковать и перетереть с солью. Можно добавить тертую морковь, яблоко (лучше кисло-сладкое). Можно и из одной шинкованной капусты приготовить отличный салат, тут весь секрет будет в заправке. Я, например, люблю такую: в тонкий стакан кладу 3—4 полных столовых ложки майонеза, наливаю 2—3 таких же ложки растительного масла, добавляю чайную ложечку горчицы, 2—3 чайных ложки (без верха) сахарного песку и доливаю стакан доверху холодной кипяченой водой. Хорошо размешав, заливаю шинкованную капусту минут за 10—15 до подачи на стол.

Отличный получится САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ, натертых на крупной терке; особенно он вкусен сейчас, когда в сырых овощах еще так много сока. Если готов отварной картофель, можно добавить 2—3 штуки и обязательно — мелко порезанный лук. Заправляют такой салат майонезом.

А вот САЛАТ-ВИНЕГРЕТ ПО-БОЛГАРСКИ. Отваренные свеклу, морковь, картофель режут кубиками, добавляют соленые или малосольные огурцы, мелко порезанную головку репчатого лука, зеленый горошек, квашеную капусту. Солят по вкусу, заправляют маслом и уксусом.

Что же приготовить на первое? Не знаю, как у вас, а мои всем супам предпочитают борщ. Судя по вашим письмам, дорогие хозяюшки, вы тоже любите и прекрасно умеете готовить это блюдо. А вот рецепт очень вкусного ХОЛОДНОГО СУПА ИЗ СВЕКЛЫ И ПОМИДОРОВ, который мы в своей семье готовим обычно к каким-либо торжественным случаям. Спелые, зрелые помидоры вымыть, разрезать, посолить, дать немного постоять и отжать сок. Столько же сырой свеклы натереть на терке и также отжать сок. Кожицу помидоров и свекольные отжимки залить водой и варить 10—15 минут, затем отвар процедить, охладить, соединить с ранее отжатым соком. Нарезать тонкими кружками отварные картофель, морковь, брюкву, свежие очищенные огурцы, крутые яйца, нашинковать любую зелень (петрушка, сельдерей, кинза, укроп и т. п.), разложить в тарелки, залить овощным отваром, смешанным с соком, заправить сметаной.

ВТОРОЕ БЛЮДО приготовим ИЗ ТЫКВЫ — ее нередко незаслуженно забывают, а между тем это вкусная и полезная культура. Постараемся же максимально использовать ее плоды в нашем сентябрьском обеде.

Тыкву очищаем от кожицы, зерен, нарезаем кусочками, отвариваем в подсоленной воде под крышкой и подаем со сметаной. Или обваливаем кусочки в муке и обжариваем на сковороде. Если приготовленную таким образом тыкву не успели съесть за обедом — уложим обжаренные ломтики на сковороду, зальем молочным соусом, посыплем толченными сухарями, смажем маслом и запечем в духовке. На 1 кг тыквы — стакан молока, столовая ложка муки, 2 чайные ложки сухарей, 2 столовые ложки масла.

Молочный соус готовят так: столовую ложку муки обжарить со столовой ложкой масла, развести полутора стаканами горячего молока, подливая его постепенно, варить, помешивая, 10 минут, посолить по вкусу. Этот соус можно подать к любым овощным котлетам, запеканкам.

Очень вкусна ПШЕННАЯ КАША С ТЫКВОЙ. Вариант ее так: 750 г тыквы очистить, мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить тремя стаканами воды или молока и варить 10 минут. Затем всыпать полтора стакана промытого пшена и, помешивая, варить еще 15—20 минут, добавить соль и сахар по вкусу, после чего накрыть крышкой и поставить упревать на полчаса. Отдельно подать масло.

КУЛИНАРНЫЙ АРХИВ

Вот как в старину готовили БЛИНЫ ИЗ ТЫКВЫ: тыкву весом с килограмм подготавливали, как обычно, варили до мягкости, протирали сквозь сито. Вливали литр молока и подогревали до температуры парного. Затем добавляли 15 г разведенных молоком или теплой водой дрожжей, вбивали 3 яйца, размешивали, добавляли 2—2,5 стакана муки. Полученное тесто требовалось хорошо выбить, поставить на 2 часа для подъема в теплое место, затем положить столовую ложку разогретого масла, полстакана сахару, соли по вкусу, еще раз хорошо выбить и опять поставить в тепло. Дать хорошо подняться и печь блины, как обычно.

К ЗИМНЕМУ СТОЛУ

Надо нам с вами сейчас позаботиться и о том, что мы зимой подадим к столу со своего огорода. Есть у вас неприхотливый овощ ПАТИССОН? Если да — за работу!

Отберите белые или желтые патиссоны, молодые, здоровые, без повреждений, с мелкими семенами. Мелкие овощи консервируют целиком, крупные режут на дольки. Отрежьте плодоножки и чуть-чуть мякоти — около 1 см. Опустите в кипящую воду на 3—5 минут и немедленно погрузите в холодную на такое же время — для быстрого охлаждения. Разложите в банки, добавьте пряности и пряные травы — хрен, сельдерей, мяту, укроп, зелень петрушки, чеснок, а также перец черный и красный, лавровый лист; залейте маринадом: на литр воды — 70 г соли, 12—13 г уксусной эссенции. Стерилизуют патиссоны в кипящей воде, в банках 0,5 л и 1 л — 10 мин., в трехлитровых банках — 20—25 минут.

СЛАДКОЕЖКАМ...

Расскажу, как приготовить ПИРОГ ОСОБЫЙ С ГРУШАМИ. 4 желтка в течение 10—15 минут обивать с сахарной пудрой или мелким сахарным песком (3/4 стакана). Прибавить 3/4 стакана подсолнечного масла, кофейную чашечку молока или воды, стакан просеянной муки, в которую добавлено полчайной ложки соды. Хорошо размешать, выложить в смазанную маслом и подпыленную мукой форму или чудо-печку и выпекать до светло-золотистого цвета. Вынуть из духовки, поверхность пирога плотно покрыть тонкими ломтиками груш, сверху выложить взбитые в крепкую пену белки (от четырех яиц) с 4—5 ложками сахару. Снова поставить в духовку до образования румяной корочки.

Приятного аппетита!

Ваша
МАРИЯ ИВАНОВНА.
Рис. С. СИТНИКОВА.

·ХОЗЯЮШКА· приложение к журналу ·Крестьянка·

9·86

Гнёздышки из спагетти и сырные клёцки

Журнал «Бурда Моден», 1989, №5

Из макаронных изделий

Гнездышки из спагетти с овощами и сырным соусом

4 порции, ок. 755 ккал

Овощи: 1 маленький цуккини, 250 г моркови, 250 г брокколи, 125 г молодого горошка в стручках, 2 крупные луковицы, 50 г сливочного масла, сушеные пряности, мускатный орех, перец, 1/8 л белого вина, 250 г спагетти из муки грубого помола, соль.
Соус: 200 г сливок, 200 г сыра, мускатный орех, перец, соль, 1 пучок эстрагона

Овощи. Овощи помыть и почистить. Цуккини нарезать полукружьями, морковь — кружочками. Брокколи разделить на соцветья, стручки гороха разделить пополам. Лук очистить и порубить. Половину сливочного масла распустить в неглубокой посуде и высыпать в нее половину нарубленного лука. Сюда же слоями выложить морковь, брокколи, горошек и в последнюю очередь цуккини, посыпать пряностями, мускатным орехом, перцем, полить вином. Овощи тушить под крышкой примерно 15 минут. Спагетти отварить по инструкции на упаковке.

Соус. Оставшееся сливочное масло разогреть, на нем обжарить до золотистой корочки оставшийся лук. Добавить сливки, нарезанный кубиками сыр и дать ему расплавиться. Соус проварить примерно 5 минут, приправить мускатным орехом, перцем и солью. Спагетти уложить на тарелки в виде гнезд, которые наполнить овощами и полить сырным соусом. Сверху посыпать промытыми листиками эстрагона и свежетертым мускатным орехом.

Оригинальное оформление: гнездо из спагетти

Сырные клецки

4 порции, ок. 710 ккал
Тесто для клецек: 500 г пшеничной муки грубого помола, 4 яйца, соль, 1/4 л тепловатой воды
Для шпината: 125 г замороженного шпината, 1 столовая ч. ложка куркумы, 2 ст. ложки с верхом молотой паприки.
Кроме того: 125 г твердого сыра, 2 луковицы, 50 г топленого масла, лук-резанец

Тесто. Муку, яйца, соль и воду смешать и с помощью деревянной ложки вымесить гладкое тесто, пока оно не начнет пузыриться. Тесту дать постоять примерно 1/2 часа. Шпинат разморозить, хорошо отжать и измельчить до консистенции пюре. Тесто разделить на три части. Одну треть смешать со шпинатом, вторую треть — с куркумой для придания желтого цвета и последнюю часть подкрасить перцем — паприкой — в красный цвет. Из каждой порции цветного теста сделать клецки: либо вручную, набирая тесто ложкой и опуская его в кипящую воду, либо выдавливая его туда же с помощью специального пресса. Как только клецки всплывут, вынуть их шумовкой, дать воде стечь и положить на заранее подогретое блюдо. Каждый слой клецек посыпать сыром. Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить в разогретом топленом масле до образования корочки. Клецки посыпать сыром и луком-резанцем. Сверху выложить поджаренный лук. Великолепным гарниром к клецкам будет салат из свежих овощей.

Клецки из муки грубого помола

Бурда моден, 5/89 115

Эти рецепты проверены временем

Из журналов «Работница», «Крестьянка», «Бурда Моден» многие женщины вырезали рецепты, составляли свои кулинарные коллекции.

Такие «тетрадки» были не только ценным информационным ресурсом, помогающим разнообразить меню и при этом не испортить блюдо, но и свидетельством гастрономических и социальных компетенций автора. Случайный разговор на рынке или в детском саду, чаепитие на работе, поход в гости могли служить пополнению «тетрадки»: во всех этих ситуациях обсуждение еды, покупки продуктов и удачных рецептов было одной из важных тем.

Приятного аппетита!

- это вполне правильное, устойчивое выражение, давно вошедшее в русский язык. Смысл его (как и многих других устойчивых выражений), складывается не из значений слов, входящих в его состав, а из совокупности этих значений. И этот общий смысл – этикетное доброе пожелание тому, кто ест или начинает есть: «Вы уже обедаете? Приятного аппетита!» –«Спасибо».

- В латинском языке «appetitus» – значило желание, стремление. Именно в античности стали разделять понятия голод – желание насытиться и аппетит – реакцию на вкусно приготовленную еду.

- В русском языке слово «аппетит» появилось в эпоху Петра I. До этого на Руси говорили: «кушайте на здоровье» или «хлеб да соль». Фразу же «приятного аппетита» лингвисты считают калькой (буквальным переводом) французского «bon appetit». Хотя, если переводить дословно, то французы всё-таки желают друг другу хорошего аппетита. У русских, видимо, аппетит и так был всегда хороший, поэтому мы переделали фразу на свой лад. Как, впрочем, сделали и в других странах. В польском языке фраза звучит как «smacznego» – вкусного, в чешском «dobrou chut» – хорошего вкуса, а в датском: «velbekomme» – чтоб тебе стало хорошо.

- Кстати, выражение «аппетит приходит во время еды» впервые употребил французский епископ Жером де Анже в сочинении «О причинах» в 1515 году. Оно получило широкое распространение после того, как Франсуа Рабле использовал его в романе «Гаргантюа и Пантагрюэль».

Конечно, это далеко не полный обзор советской кухни. Каждый из читателей наверняка сможет вспомнить ещё не менее десятка полюбившихся с детства кушаний. Но ведь и не было задачи составить энциклопедию советской пищи. Лишь хотелось пробудить воспоминания, воссоздать незабываемую атмосферу ушедшей эпохи.

Будьте в поиске интересных рецептов и идей! Читайте, запоминайте, добавляйте в закладки, пробуйте готовить то, что вам понравилось!

Ознакомиться с указанными выше журналами можно, посетив Воронежскую областную универсальную научную библиотеку им. И.С. Никитина

Презентация подготовлена Ефремовой С.В.,

главным библиотекарем отдела читальных залов Воронежской областной универсальной научной библиотеки им. И.С. Никитина

сентябрь 2020

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!