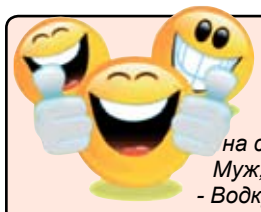

Улыбнёмся...

Жена говорит мужу:
- Водку, сок, мясо поджаришь на сковородке.
Муж, обалдев, спрашивает:
- Водку-то зачем жарить?
- Ты со своей водкой уже все мозги пропил! Повторяю: вот кусок мяса, поджаришь на сковородке.

Как сохранить продукты

Продлить свежесть зелени

Рекомендуется сразу промыть зелень (иногда в момент покупки она уже чуть вялая) и положить на 10 минут в холодную воду. Тогда веточки укропа или петрушки станут сочнее и свежее. Затем просушить зелень полотенцем или бумажной салфеткой, проверить, нет ли гнилых или повреждённых побегов — при хранении они могут ускорить процесс порчи. Завернуть пучок сухой и промытой зелени в чуть влажную ткань и убрать в герметичный контейнер или полиэтиленовый пакет. Это позволит сохранить свежесть пучка 3-4 дня.

Кроме того, эксперты рекомендуют: по возможности хранить фрукты отдельно от овощей. Морковь, капуста, брокколи в присутствии яблок и прочих фруктов могут быстрее пожелтеть и даже изменить запах.

Увеличить полезность баклажанов

Баклажаны перед готовкой нужно нарезать, посолить и оставить на полчаса. Соль «вытянет» из них воду вместе с некоторыми не слишком полезными для здоровья веществами, например, полифенолами.

Избежать почернения бананов и манго в холодильнике

Тропические фрукты созревают естественным путём в тепле. Лучше покупать не до конца созревшие бананы и полузелёные манго, затем дома положить эти фрукты в тёмное сухое место на пару дней — и они сами дойдут до кондиции. В холодильнике, где температура +7С, фрукты впитывают влагу и созревают гораздо дольше — примерно неделю. От излишней влаги они чернеют, потому что начинается процесс окисления и порчи.

Предотвратить образование белого налёта на шоколаде в холодильнике

Компоненты шоколада — это порошок и масло какао. Шоколад не рекомендуется хранить при температуре ниже +20^{0}С. В этом случае на нём образуется влага, которая вызовет белый налёт. Это происходит химическая реакция — при температуре около +7^{0}С масло меняет структуру.

Вкусные поделки

Верблюд

Вам потребуется: 1 банан, 2 клубнички, 2 зёрнышка киви.

Отрезать под углом кусочек банана. Отрезать кончик от этого кусочка и установить его вертикально. Это “шея”. Из оставшегося кусочка банана вырезать цилиндр. Нарезать его на четыре тонких кружочка. Два из них - это “уши”, два других кружочка - это “глаза” верблюда. Уложить на “шею” “уши”.

От целой клубники отрезать две тонкие пластиночки. Выложить из них “рот”. Положить сверху кусочек банана. Это “голова”. Уложить на “голову” два кружочка банана - “глаза”. “Зрачки” сделать из зёрнышек киви.

Отрезать от оставшегося кусочка банана два тонких ломтика и два толстых ломтика. Разрезать их на половинки.

Приставить “туловище” - клубнику. Выложить из тонких ломтиков “передние” и “задние ноги” верблюда. Приставить к “задним ногам” две половинки толстых ломтиков банана.

Приспособлением для вырезания шариков или ложкой сделать два “горба”. Уложить их на “туловище” верблюда.

Газета «Кухонька»

Поступил в продажу 18-й номер газеты «Кухонька».

Осень тёплая и дождливая. Грибов – «бери – не хочу». Поэтому грибные рецепты вам пригодятся.

Любителям перекусить на скорую руку мы также предлагаем несколько рецептов.

В сентябре можно продолжить заготовки на зиму. Сейчас самое время впрок запастись баклажанами, кабачками, помидорами, перцами, свёклой. А рецепты вы найдёте в нашей газете.

Михалыч приглашает на кухню мужчин и предлагает вместе с ними приготовить пельмешки с грибами, овощное ассорти и запеканку.

А также в газете вы найдёте рецепты детской кухни от Михалыча, рецепты на тот случай, когда нужно дотянуть до зарплаты.

Не забыли мы и про сладкоежек.

В разделах «Яблочный рай» и «Сладкая жизнь» вы найдёте очень хорошие рецепты.

Приятного вам аппетита!

Читайте нашу газету «Кухонька»!

Для тех, кто любит готовить

«Мысль не отделяй от дела. Прочитал - хорошо, но самое главное - сделай!»

Овощной суп с грибами

Лук – 1 головка, морковь – 1 шт., картошка – 1 шт., цуккини – 1 шт., 100 г, зелёная фасоль – 100 г, шампиньоны – 100 г, бульон – 1 л, зелень, сметана, масло.

Лук нарезать мелко, грибы - пластинками, все остальные овощи тоже нарезать. Лук спассеровать на масле. Добавить морковь, обжаривать пару минут. Добавить картофель и жарить ещё 2-3 минуты. Влить бульон, вскипятить, добавить фасоль. Довести до кипения, убавить огонь и готовить под крышкой. В это время обжарить грибы до золотистой корочки. В конце добавить цуккини и обжарить всё вместе. Переложить овощи в суп и варить до готовности. Подавать со сметаной, посыпав зеленью.

Курица, фаршированная изюмом

Своеобразное сочетание компонентов делает это блюдо необычным, вкусным и пикантным.

Курица, топлёное масло - 200 г, изюм - 500 г, по 50 г мёда и сахара, соль.

Тушку промыть, сварить. Изюм тушить в разогретом топлёном масле, добавить мёд. Нафаршировать курицу изюмом, отверстие зашить. Уложить курицу в форму на живот, посолить, подлить бульона и жарить в духовке, переворачивая.

Карп, запечённый со сметаной в фольге

Карп, картофель - 6 шт., сметана – 1 ст., лук - 2 шт., соль, укроп, перец, 150 г сыра.

Выстлать фольгой форму, чтобы она свисала с боков. Смазать дно сметаной, выложить порезанный пластинками картофель, на него - лук кольцами. Уложить выпотрошенную рыбу, промазать её сметаной, посыпать приправы, специи, зелень. Посыпать сыром, фольгу завернуть, запекать полчаса.

Рулет из рыбы

Филе рыбное - 500 г, сливки (10%) – 1 ст., 100 г белого хлеба, перец, соль, 3 яйца, 1 луковица, панировочные сухари, сливочное масло, молоко – 2 ст., зелень.

Рыбу пропустить через мясорубку с хлебом (предварительно вымочить в сливках). Лук обжаренный добавить в фарш, посолить, добавить яйцо, сливки.

Для начинки взбить с молоком два яйца, добавить соль и зелень, сделать омлет.

Фарш выложить на слегка влажное полотенце, на него - омлет, свернуть рулетом, вытаскивая один край полотенца, посыпать сухарями. Запекать в смазанной форме полчаса (200ºС).

Запеканка макаронная с грибами

Макароны (лучше фигурные) - 100 г, 4 помидора, 100 г бекона, сметана – полстакана, 400 г грибов, 100 г сливочного масла, 3 яйца, зелень, чеснок – зубчик, сыр - 150 г, перец и соль.

Сварить макароны, заправить их частью масла. Порезать грибы, бекон, помидоры (предварительно снять кожицу), всё обжарить. Взбить яйца со сметаной, добавить зелень и сыр, соль, чеснок, поперчить.

Форму смазать, уложить половину макарон, грибы с помидорами и беконом, снова макароны. Залить сметанной смесью, запечь.

Сегодня заготовим – зимой найдём!

Консервированная цветная капуста с орехами

На 600-700 г капусты - 2 ст. ложки 6-процентного уксуса, 150-200 г лука, 100 г измельчённых грецких орехов, 30 г соли, красный молотый перец по вкусу.

Разобранную на соцветия цветную капусту пробланшировать в кипящей воде 5 мин., сразу же охладить под струёй холодной воды. Добавить сырой нарезанный лук, орехи, измельчённый чеснок, уксус, соль и перец. Всё тщательно перемешать и плотно уложить в подготовленные банки. Стерилизовать: пол-литровые банки 15 минут, 3-литровые - 30 мин.

Домашние заготовки цветной капусты хороши как отдельная закуска или как дополнение к мясным и рыбным блюдам.

Малосольная квашеная капуста

Рассол: *3 л воды, 1 стакан соли. На один средний вилок капусты брать 2 морковки.*

Вскипятить рассол. Нашинкованную и перемешанную капусту и натёртую морковь опускать в рассол на 1 минуту и складывать в эмалированную посуду. На каждый слой капусты положить лавровый лист и душистый перец. Положить гнёт. Через 2-3 дня проткнуть палочкой. Через 3-4 суток капуста готова. Держать в холодном месте.

Заготовка для борща

1,7 кг свёклы, 1 кг капусты, 3 крупные морковки, 4 крупные луковицы, 2-3 болгарских перца.

Натереть на крупной тёрке морковь и свёклу, остальное всё порезать и поставить варить в рассоле.

Рассол: *5 стаканов воды, 7 столовых ложек томатной пасты, по 15 ч. ложек сахарного песка и соли, 3 ст. ложки 70-процентной уксусной эссенции.*

Варить полчаса. Закатать в стерилизованные банки. Выход – 5 литровых банок.

Лечо с фасолью

2 стакана фасоли, 3 кг очищенного перца, 1 кг моркови, 3,5 литра готового томатного сока, 1 кг лука, 1 стакан растительного масла, 3 ст. ложки соли, 2 ст. ложки сахара.

Фасоль замочить на ночь и отварить в большом количестве воды почти до готовности. Томатный сок (лучше сваренный из свежих помидоров) прокипятить в течение 15 минут.

Сладкий перец, репчатый лук и морковь почистить и нашинковать. Сложить в кастрюлю фасоль, овощи, добавить томатный сок. Кипятить 30 минут. Добавить соль, сахар, растительное масло. Дать закипеть и сразу выключить. Горячим разложить по подготовленным банкам и сразу же закатать.

Слива маринованная без консервирования

3 кг сливы залить кипящим маринадом на 1 сутки. Затем маринад слить, закипятить и снова залить сливу. Так - в течение 4 дней.

Маринад: *0,5 л 5-процентного уксуса, 1,2 кг сахара, 1 ч. ложка молотой корицы, 1 ст.ложка гвоздики, 20 горошин чёрного перца и 10 лавровых листов.*

Затем сливу разложить в посуду, удобную для холодильника, и залить маринадом.

Джем витаминный

3 кг очищенной и слегка отваренной моркови, по 1 кг апельсинов и яблок, 3 кг сахара, 1,5-2 л воды.

Морковь пропустить через мясорубку с крупной сеткой.

Сварить сироп из сахара и воды, разлив поровну в две ёмкости. Одну из них влить в морковь.

Апельсины почистить, разделить на дольки. Цедру на 5 мин. дважды залить кипятком и пропустить через мясорубку. Полученную массу выложить в морковь. Хорошо перемешать.

Дольки апельсина нарезать на 4-5 частей и опустить в другую часть сиропа.

Яблоки, вынув сердцевину, пропустить через мясорубку или нарезать соломкой. Соединить с апельсиновыми дольками и выдержать смесь в сиропе 2-3 часа.

Соединить морковь, яблоки и апельсины, довести до кипения на медленном огне. Постоянно помешивая, варить 10-15 мин. Разложить в стерилизованные банки, закатать. Выход - 7-8 литровых банок.

Компот “Сладкое лакомство” из кабачков с алычой

Кабачки - 2-3 шт., алыча жёлтая - 300 г, сахар - по вкусу, вода.

На дно 3-литровой банки уложить на четверть банки спелой жёлтой алычи. Кабачки очистить от кожуры и нарезать крупными кубиками или кружочками (полукружочками). Уложить сверху на алычу до верха банки. Залить горячим сиропом из воды и сахара по вкусу. Повторить заливку трижды. Кабачки будут со вкусом ананасов.